

COMO SABER SE ALGUÉM QUE EU CONHEÇO ESTÁ DOENTE?

QUEM ESTÁ COM O VÍRUS NO CORPO PODE NÃO SENTIR
NADINHA... MAS, SE FICAR DOENTE, PODE FICAR COM:

→ **FEBRE E TOSSE OU
DIFICULDADE DE RESPIRAR
E, ÀS VEZES, DOR NO CORPO,
DOR DE GARGANTA
E NARIZ ENTUPIDO.**

Se você ou alguém que você conhece estiver se
sentindo assim, é importante falar com um adulto.
ELES VÃO SABER O QUE FAZER.



O QUE É
ESSE TAL DE
NOVO
CORONAVÍRUS
?



É UM TIPO DE VÍRUS, um micro-organismo
tão pequenininho que é quase invisível e a
gente só consegue enxergá-lo com as lentes de
um microscópio.

O novo coronavírus gosta de viver no corpo
humano e pode passar de uma pessoa para
outra. Isso quer dizer que ele é contagioso.

ESSE VÍRUS CAUSA UMA DOENÇA QUE SE CHAMA
COVID-19.

NOME BEM ESQUISITO, NÉ? E ESSA DOENÇA NÃO É
NADA LEGAL. A GENTE FICA COM TOSSE E FEBRE E,
ÀS VEZES, COM FALTA DE AR QUANDO ESTÁ DOENTE.



PROGRAMA
SAÚDE NA
ESCOLA



Prefeitura Municipal
de Birigui



NÚCLEO
AMPLIADO DE
SAÚDE DA FAMÍLIA
E ATENÇÃO BÁSICA

COMO AINDA NÃO SE SABE TUDO SOBRE O **NOVO CORONAVÍRUS**, A ÚNICA FORMA DE SE PROTEGER DELE É TENDO ALGUNS CUIDADOS:



Lave as mãos com água e sabão sempre, sempre, sempre. Várias vezes por dia... Tem que esfregar entre os dedinhos, lavar na parte de cima, na parte de baixo, as unhas e os pulsos... quer uma dica legal? Conte até 20 em voz alta ou cante duas vezes a música "Parabéns para você" na hora em que estiver lavando as mãos.



Mãos sujas na boca, no olho ou no nariz? Nem pensar! Não deixe que esse vírus entre no seu corpinho de jeito nenhum, tá?



O álcool em gel também é muito bom para deixar as nossas mãos sempre limpinhas. Peça a ajuda de um adulto antes de usar.



Se tossir ou espirrar – **ATCHIM!** –, não use as mãos para cobrir a boca. Utilize seu antebraço ou um lenço de papel. Depois, jogue o lenço no lixo e lave bem as mãos.



Não divida copos, pratos, talheres e garrafinhas com mais ninguém. Cada um com o seu: essa é a regra!

