

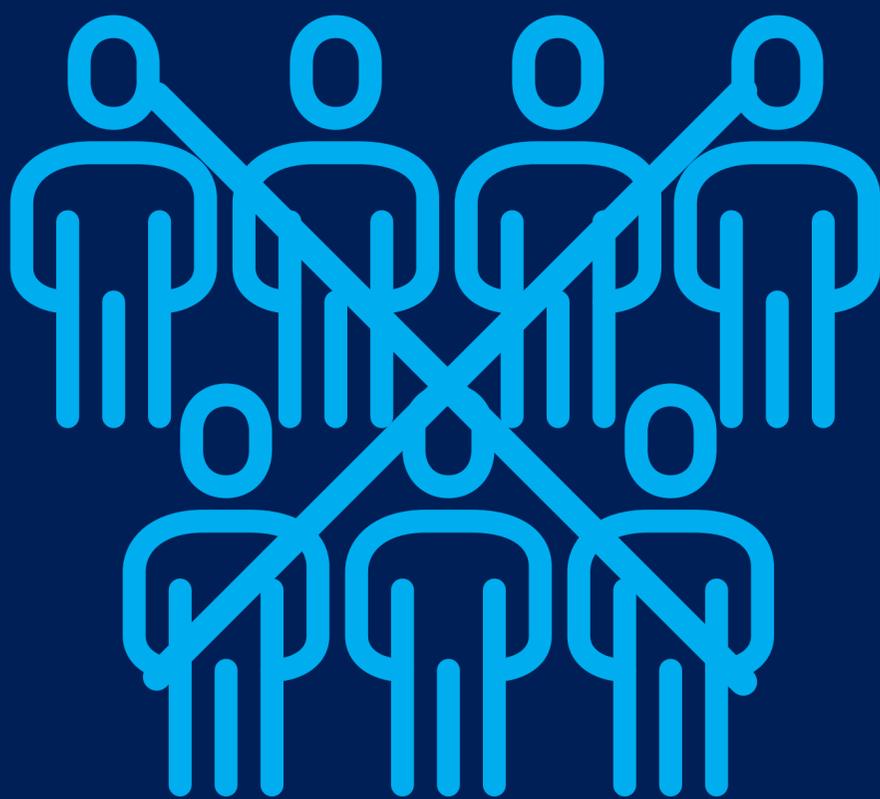


**engemon**

# **COVID-19**

**TUDO O QUE  
VOCÊ PRECISA  
SABER E FAZER**

# COMO POSSO ME PROTEGER?



**Evite aglomerações e confraternizações de qualquer tipo. Só saia de casa em casos realmente necessários como para trabalhar, comprar alimentos ou medicamentos.**



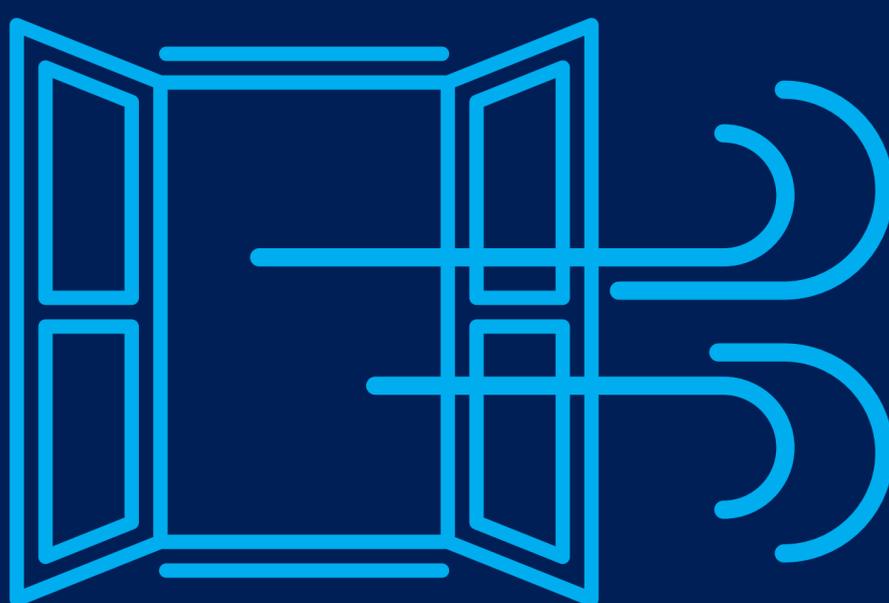
**Lave as mãos com água e sabão e higienize-as com álcool em gel (70%) com frequência.**



**Ao tossir ou espirrar, não cubra o nariz e a boca com as mãos. Use a parte interna do braço ou um lenço de papel, descartando-o no lixo imediatamente após o uso.**



**Não compartilhe objetos de uso pessoal como talheres, toalhas, pratos e copos.**



**Mantenha os ambientes arejados.**



**Evite contatos físicos com outras pessoas, apertos de mão, beijos e abraços.**



**Evite tocar os olhos, o nariz e a boca com as mãos antes de higienizá-las com água, sabão e álcool em gel (70%).**



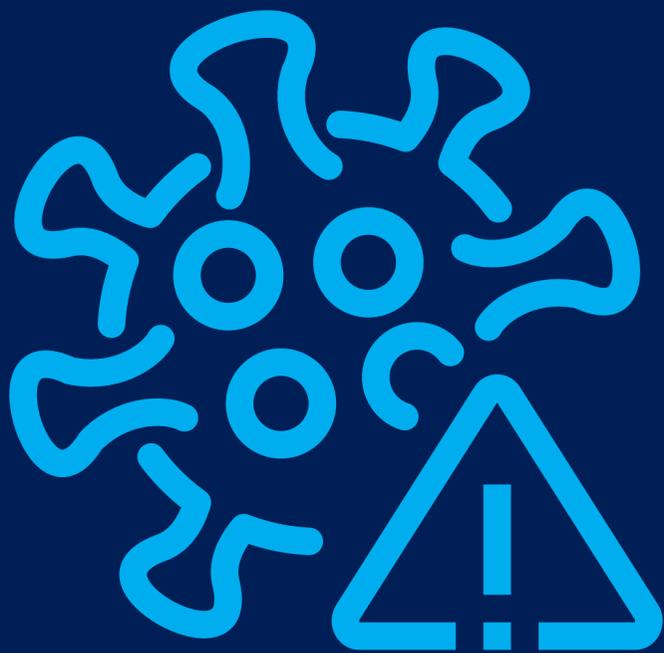
## **Precisou sair?**

**Ao chegar em casa,  
lembre-se de higienizar  
as mãos e seus objetos  
pessoais como celular,  
chaves e carteira.**

**Tire os sapatos e  
coloque toda a roupa  
utilizada no dia para  
lavar o quanto antes.**

# COMO O CORONAVÍRUS (COVID-19)

## É TRANSMITIDO?



**Altamente contagioso, o vírus pode ser transmitido de uma pessoa doente para a outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros) das seguintes formas:**



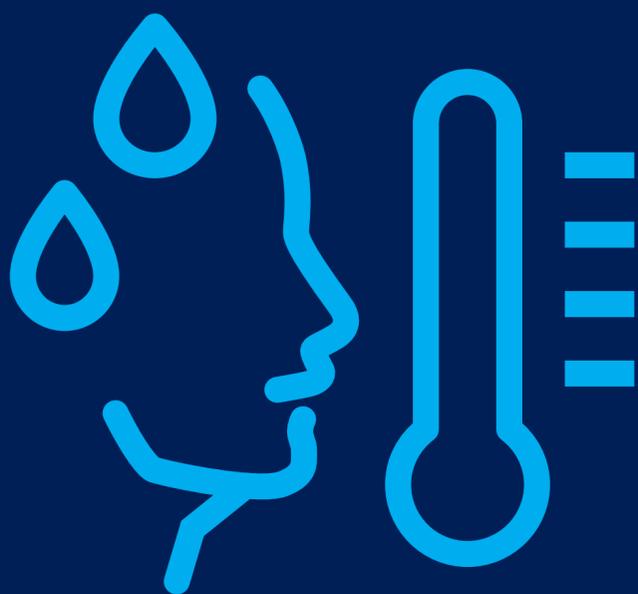
- **Tosse**
- **Espirro**
- **Gotículas de saliva**



- **Catarro**
- **Toque ou aperto**
  - **Objetos  
ou superfície  
contaminadas**

# **QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS SINTOMAS?**

**Muito similares aos de uma gripe, os sintomas, geralmente, são de leves a moderados, mas alguns casos podem ficar graves – principalmente para quem faz parte do grupo de risco.**



**Febre**



**Tosse**



**Dificuldade para respirar**



**CUIDAR DE SI E DE  
QUEM AMAMOS PARA,  
EM BREVE, ESTARMOS  
JUNTOS NOVAMENTE.**



CONFIE NA ENGENHARIA.  
**CONFIE NA ENGEMON.**

[engemon.com.br](http://engemon.com.br)

 /engemonbrasil

 @engemon

 /engemon