

Medidas de proteção para ida ao MERCADO

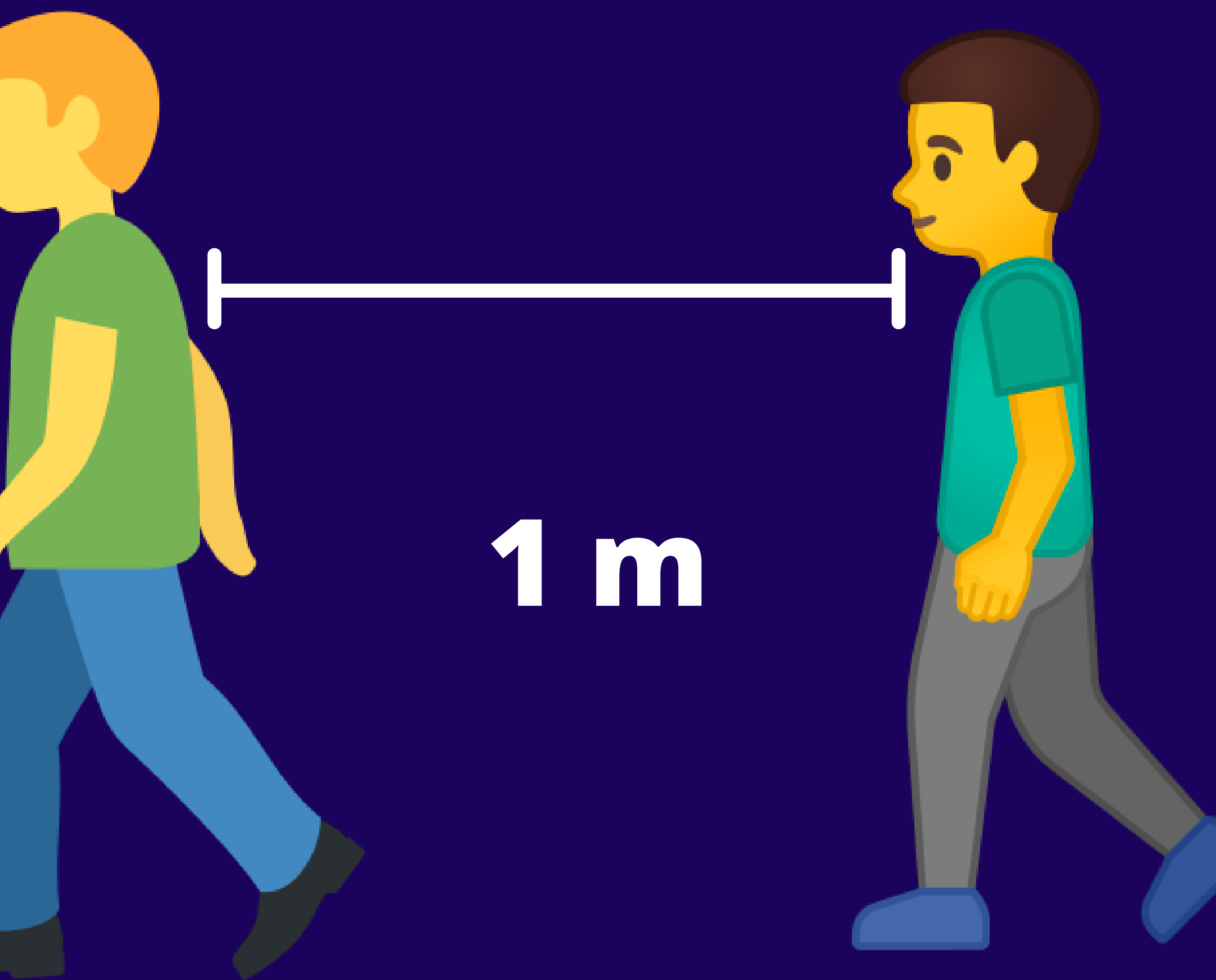


CoolClips.com



**Evite ficar perto de outra
pessoa.**

Não fique a menos de um
metro de distância;



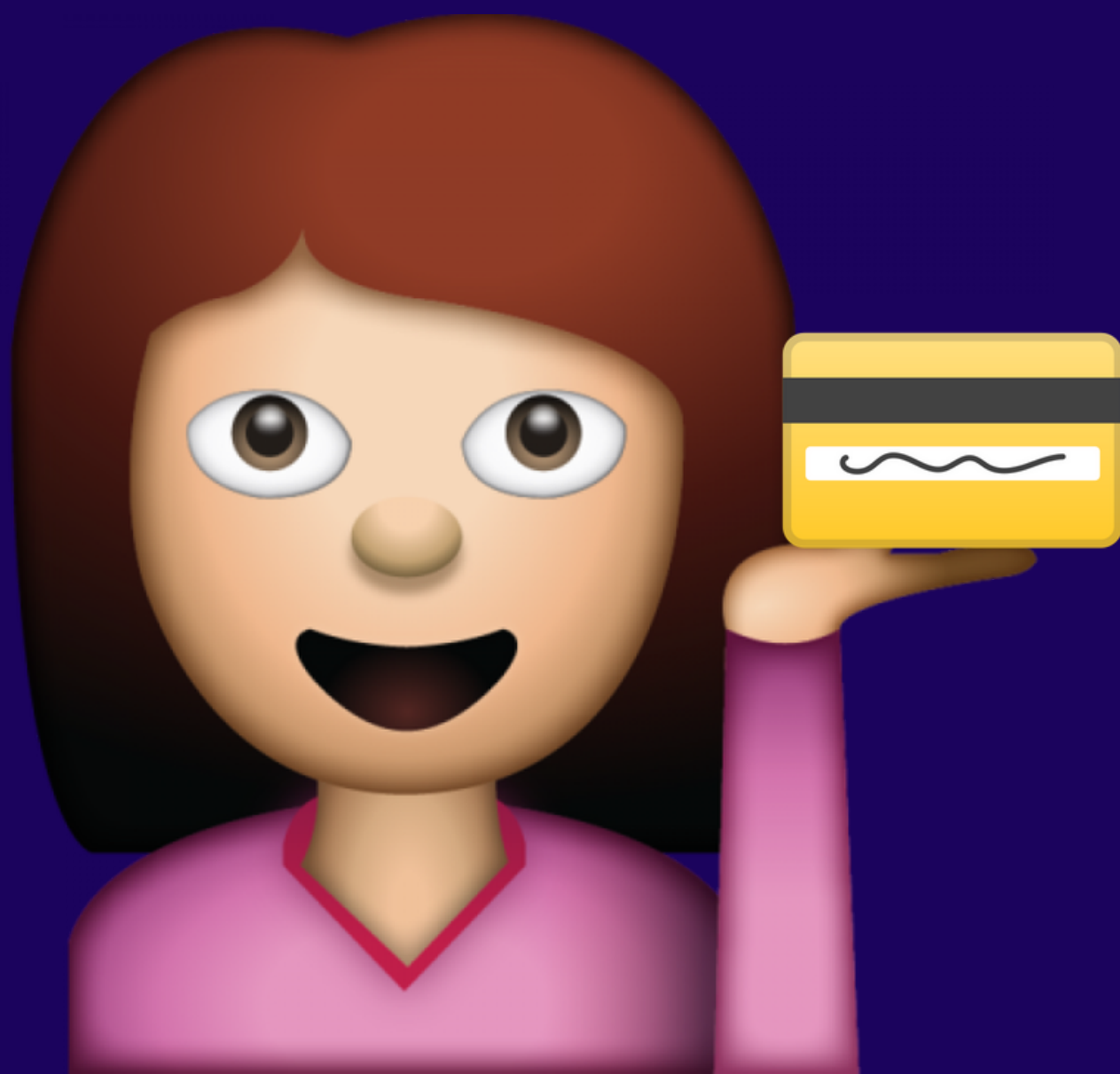
Considere sempre a sua mão suja.

Não leve a mão à boca, ao
olho ou nariz enquanto estiver
no mercado, nem para coçar,
nem para tocar nos cabelos;



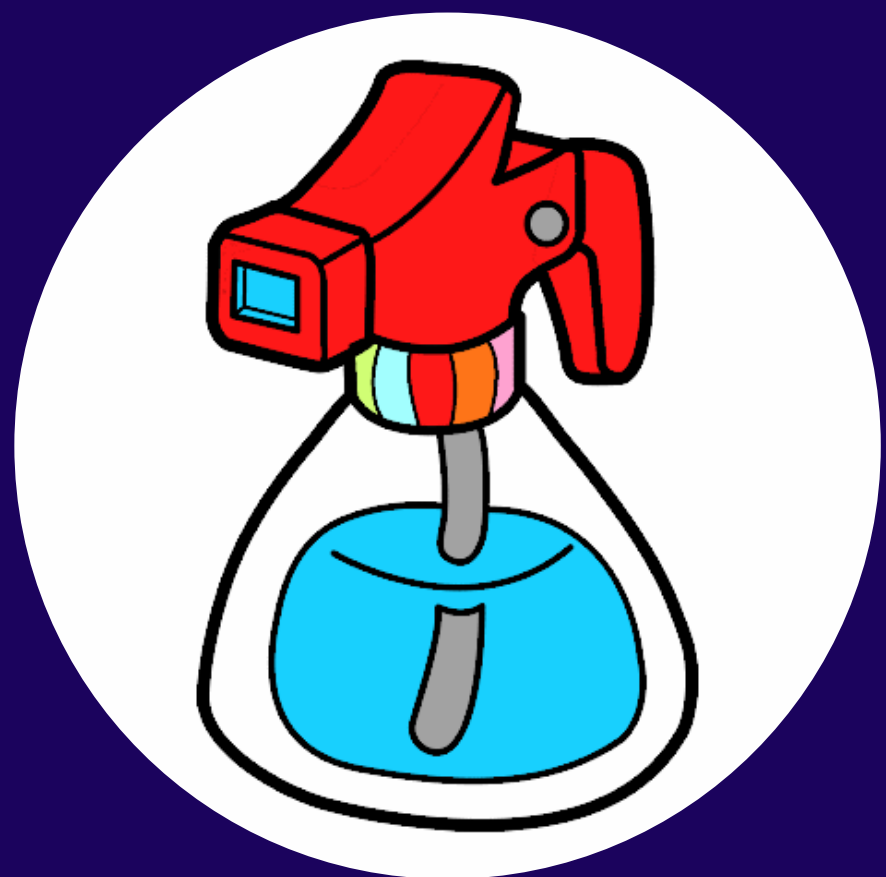
**Opte por pagar suas
compras no cartão.**

Evitando contato com moedas
e notas de papel



**Guarde álcool em gel e
álcool 70% com um rolo de
papel.**

Coloque as compras no porta-
malas e, em seguida, abra a
porta do carro e passe álcool
gel na mão (ainda fora do
veículo)



Molhe uma folha de papel toalha com álcool líquido

70% e passe:

- No volante;
- No freio de mão;
- Na alavanca das marchas;
- Na maçaneta interna na porta;
- Nos controles dos vidros e rádio.

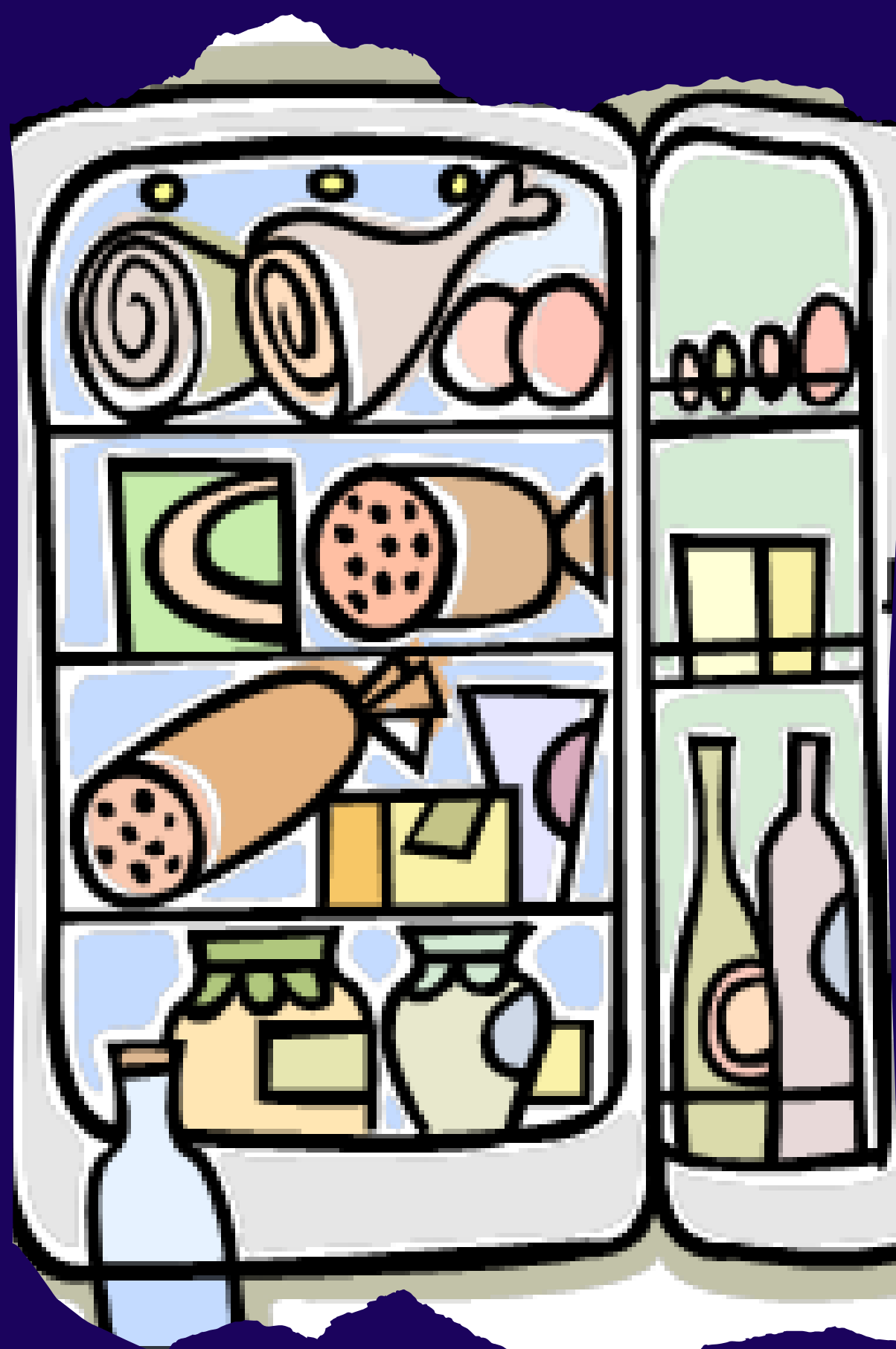


Higienize os alimentos ao chegar em casa

Lave em água corrente e mergulhe as verduras e frutas em uma solução contendo água sanitária diluída em água (seguir instruções do rótulo) e depois enxague em água corrente.



**Caso tenha comprado
itens que não são
comestíveis,
passe um álcool 70% neles
ou deixe ao sol direto por
duas horas, no mínimo;**



Higienize também os produtos não comestíveis

Passa álcool 70% neles ou deixe ao sol direto por duas horas, no mínimo



Ao chegar em casa:

- Tire os sapatos
- Troque de roupa
- Lave as mãos e os braços
(até o cotovelo)



Não transite em casa com
'roupa de rua'.

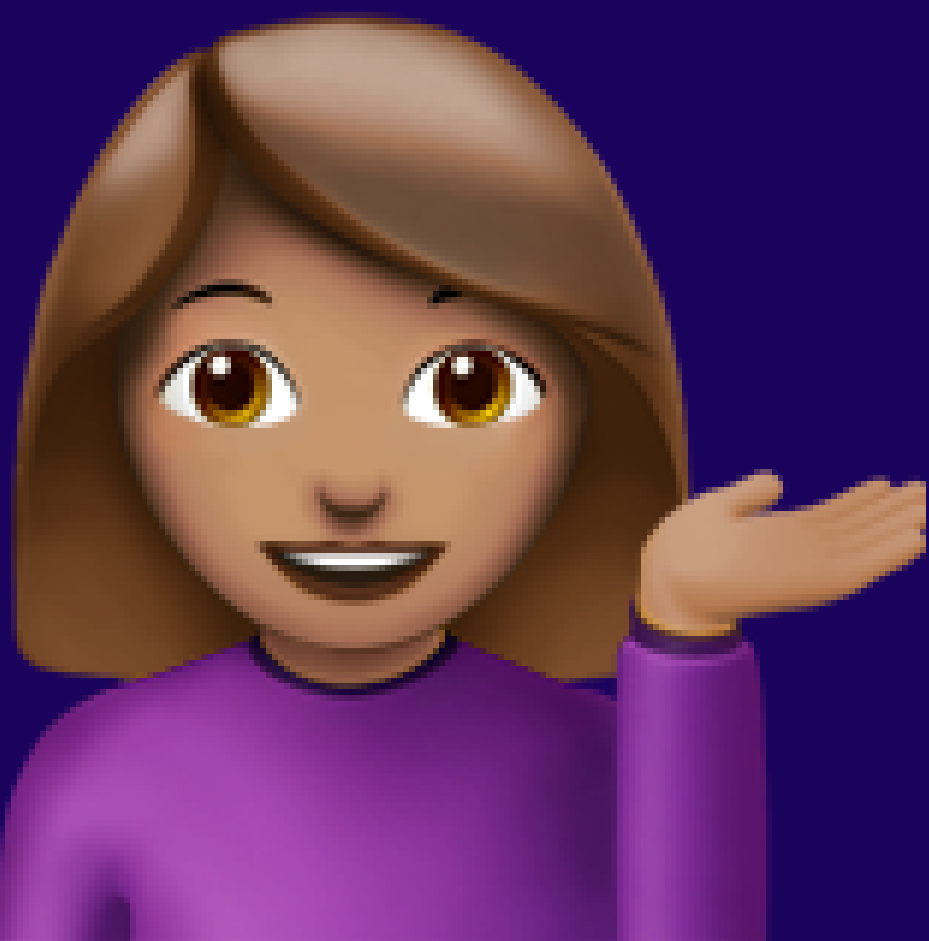
É importante fazer a higienização uma vez ao dia com álcool 70% dos seguintes lugares:

- Torneiras;
- Maçanetas das portas
- Chaves de casa e do carro;
- Celular e tablet;
- Notebook;
- Teclado e mouse.



E, claro,
sempre em
caso de dúvida:
lave as mãos!





Fonte:

<https://noticias.ufsc.br/2020/03/professor-da-ufsc-especialista-em-pandemias-indica-medidas-de-protecao-para-a-ida-ao-mercado/>