

# #QUANDO CUIDO DE MIM #PROTEJO VOCÊ



## LAVE AS MÃOS

### COMO REALIZAR A LIMPEZA ADEQUADA?

1



A limpeza pode ser realizada com **Água e Sabão ou Álcool em Gel**, devendo ser **sempre repetida** após contato da mão com objetos e/ou pessoas possivelmente contaminados.

2



Limpe os espaços entre os dedos, as unhas, o polegar! **Uma lavagem das mãos bem feita é essencial** para evitar a disseminação do COVID-19.