

COVID-19



Como higienizar as mãos



1. Molhe as mãos com água



2. Aplique sabonete suficiente para cobrir as superfícies das mãos



3. Esfregue a frente e as costas das mãos, entre os dedos e por baixo das unhas durante 15-30 segundos



4. Enxague com água corrente



5. Seque com uma toalha limpa, toalha de papel ou com o secador de mãos



Se usar uma solução a álcool, use o suficiente para cobrir a palma e as costas das mãos e os dedos, esfregue durante 15-30 segundos, e deixe evaporar