

● Cuidados no transporte público: ●

- Distanciamento, se possível;
- Use a sua máscara;
- Evite levar as mãos ao rosto;
- Higienize as mãos, frequentemente, com álcool gel a 70%;
- Procure o local mais próximo as janelas e mantenha-as abertas.

Ao arrumar a sua mochila, só leve o indispensável 😊

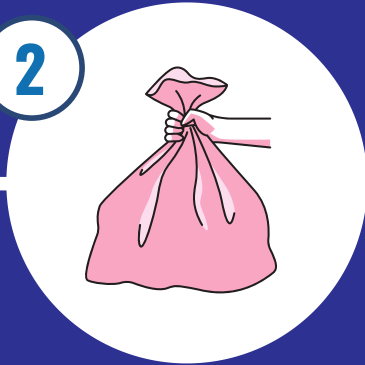
Chegada à unidade

1



Vá com sua máscara caseira - leve mais duas sobressalentes, alocadas em local protegido e não soltas na mochila/bolsa

2



Leve na mochila/bolsa um saco para as máscaras sujas e um saco para a roupa suja

3



Ao chegar à unidade procure imediatamente um vestiário com pia ou banheiro, caso já esteja com sua máscara cirúrgica.

4



Se tiver que pegar a máscara no setor, higienize as mãos, antes de manuseá-la máscara, guarde-a em um saco/envelope limpo e vá para o vestiário/banheiro.

6



Troque a sua máscara cirúrgica caso perceba-a molhada, independentemente do tempo de uso, e manuseie-as sempre pelos elásticos laterais.

5



No vestiário higienize as mãos e retire a máscara caseira, guarde-a no saco plástico e higienize novamente as mãos antes de pôr a máscara cirúrgica. Ajuste-a em seu nariz.

7



Troque a roupa de casa pela roupa de uso na unidade ou vista o seu jaleco.

Saída da unidade

- Tire a roupa do hospital e guarde em um saco plástico. Vista a roupa de casa e higienize as mãos, tire a máscara cirúrgica (descarte-a), higienize as mãos novamente e ponha a máscara caseira limpa (diferente daquela que usou anteriormente). Tome banho ao chegar em casa