

---

**DIRETORIA DE VIGILÂNCIA DA SAÚDE  
SUBCOORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA**

**COMO POSSO ME PREVENIR CONTRA O NOVO CORONAVÍRUS?**

1. Higienize frequentemente as mãos, seja lavando-as com água e sabão ou utilizando álcool gel à 70%;
2. Evite tocar nos olhos, nariz e boca, já que as mãos são importantes veículos de contaminação;
3. Mantenha pelo menos 1,5 metro de distância entre você e qualquer outra pessoa. Quando alguém tosse ou espirra, pulveriza pequenas gotas líquidas do nariz ou da boca, que podem conter vírus;
4. Certifique-se de que você e as pessoas ao seu redor seguem uma ETIQUETA RESPIRATÓRIA. Isso significa cobrir a boca e o nariz com a parte interna do cotovelo ou com o lenço descartável quando tossir ou espirrar. Em seguida, descarte o lenço usado imediatamente. Gotas espalham vírus;
5. Não compartilhar objetos de uso pessoal. Estudos têm mostrado que o novo coronavírus pode permanecer nos objetos por até nove dias, se eles não forem higienizados;
6. Higienize regularmente o ambiente e mantenha-o ventilado. A circulação do vírus diminui em ambientes limpos e arejados;
7. Se tiver sintomas leves como coriza e febre, fique em alerta mas permaneça em casa. Além de protegê-lo, é importante para ajudar a evitar a propagação do vírus;
8. Se apresentar coriza, febre e tosse, dirija-se a um posto de saúde. E em casos de coriza, febre, tosse e falta de ar, dirija-se a um serviço de urgência;
9. Mantenha-se atualizado sobre os pontos de ocorrência mais recentes do COVID-19 (cidades ou locais onde a doença está se espalhando amplamente). O site do Ministério da Saúde fornece essas informações em tempo real. Acesse: <http://plataforma.saude.gov.br/novocoronavirus/>. Se possível, evite viajar neste período – especialmente se for uma pessoa idosa ou tiver câncer, diabetes, doenças cardiovasculares ou pulmonares;
10. Para denúncias de locais que estão desrespeitando os decretos municipais, utilizar os seguintes canais de comunicação: 156, [www.falasalvador.ba.gov.br](http://www.falasalvador.ba.gov.br), [ouvidoria@salvador.ba.gov.br](mailto:ouvidoria@salvador.ba.gov.br), [vigilanciasanitaria@salvador.ba.gov.br](mailto:vigilanciasanitaria@salvador.ba.gov.br);
11. Utilize o Tele Coronavírus (155) para orientações e esclarecimentos sobre o COVID-19.

**Salvador, 26 de março de 2020**