

## DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES

### SUPERFÍCIES RÍGIDAS



MESAS, CADEIRAS, TORNEIRAS, CASAS DE BANHO...

### OBJECTOS TOCADOS COM FREQUÊNCIA



PUXADORES, INTERRUPTORES, TECLADOS, MATERIAL DE TRABALHO...

FREQUÊNCIA DE LIMPEZA RECOMENDADA:  
**6 X POR DIA**

## EM 3 PASSOS:



**1. LIMPE**  
PARA OBTER UMA DESINFECÇÃO EFICAZ, ELIMINE O MATERIAL ORGÂNICO (COM ÁGUA E DETERGENTE).



**2. EXAGUE**  
PARA REMOVER OS DETERGENTES.



**3. DESINFETE**  
PASSAR DESINFETANTE EM TODA A SUPERFÍCIE.



DEVERÁ SER UTILIZADO PAPEL ABSORVENTE PARA EFECTUAR A DESFECCÃO E DEITADO DE IMEDIATO NO LIXO

## DILUIÇÃO DE HIPOCLORITO DE SÓDIO (LIXÍVIA)



\*1 LITRO DE ÁGUA + 10 ML DE LIXÍVIA



## LAVE AS MÃOS COM FREQUÊNCIA

### Lavagem das mãos

medidas simples salvam vidas

Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas. Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

Duração total do procedimento: 40-60 seg.

- Molhe as mãos com água
- Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
- Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa
- Palma com palma com os dedos entrelaçados
- Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados
- Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa
- Enxague as mãos com água
- Seque as mãos com toalhete descartável
- Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual
- Agora as suas mãos estão seguras.

## DESINDECTE AS MÃOS COM FREQUÊNCIA

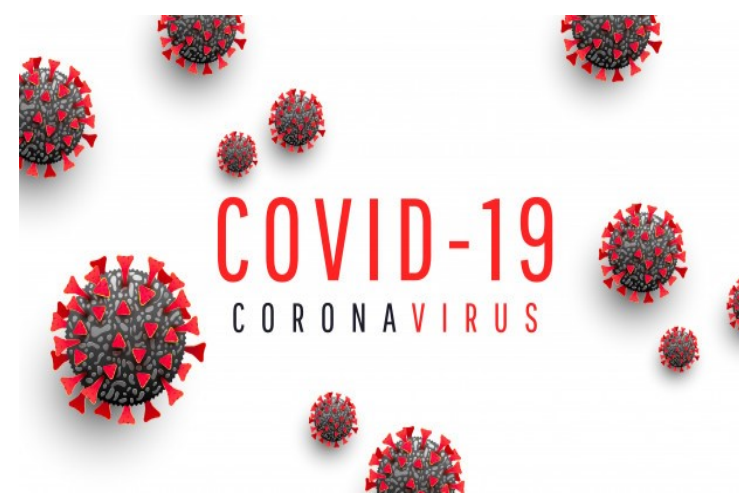
### Fricção Antissética das mãos

medidas simples salvam vidas

Higienize as mãos, friccionando-as com solução antisséptica de base alcoólica (SABA). Lave as mãos quando estão visivelmente sujas.

Duração total do procedimento: 20-30 seg.

- 1a Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies
- 1b
- 2 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- 3 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa
- 4 As palmas das mãos com dedos entrelaçados
- 5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados
- 6 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- 7 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa
- 8 Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.



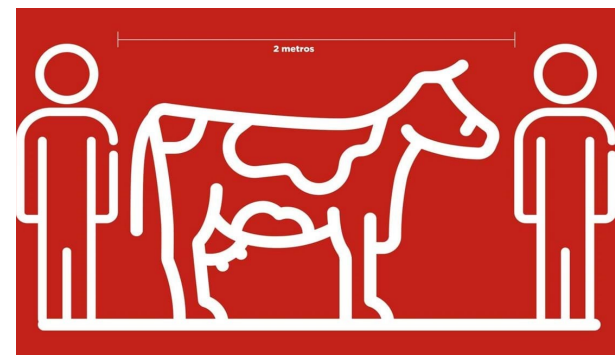
# COVID-19

## CORONAVIRUS

**USO OBRIGATÓRIO**  
MÁSCARA DE PROTEÇÃO FACIAL



**MANTENHA A DISTÂNCIA DE SEGURANÇA**



EQUIVALENTE AO ESPAÇO OCUPADO POR UMA VACA