

# Proteja a si mesmo e aos outros para não ficarem doentes

## Lave suas mãos

- após tossir ou espirrar
- quando cuidar de enfermos
- antes, durante e após preparar alimentos
- antes de comer
- após usar o banheiro
- quando as mãos estiverem visivelmente sujas
- após tocar em animais ou dejetos de animais



[Logo: OMS]

*This translation was not created by the World Health Organization (WHO).*

*WHO is not responsible for the content or accuracy of this translation.*

*Translated by The Spanish Group LLC a certified translation service.*

*Source: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>*

*Additional Translated Material: <https://thespanishgroup.org/blog/Covid-19-WHO-Guidelines-pt>*