

# USO DE MÁSCARAS CASEIRAS

## AVISO PARA A COMUNIDADE

Ofertamos máscaras caseiras para a proteção da comunidade. Mas, **ATENÇÃO!**

- LAVE A MÁSCARA ANTES DE USÁ-LA!
- NÃO EMPRESTE! Estas máscaras SÃO para uso pessoal!
- USE SEMPRE que sair de casa ou quando estiver reunido com mais de uma pessoa.
- TROQUE se estiver molhada.
- Ao Retirar a Máscara NÃO toque na parte da frente.
- LAVE A MÁSCARA com água e sabão, enxágue, torça, coloque num recipiente com solução de 1 colher de sopa de água sanitária diluída em um litro de água. Depois de 15 minutos, retire, enxágue novamente e coloque ao Sol para secar.
- Após, lave o rosto.
- Lave as mãos com sabonete, esfregando por, pelo menos, 20 segundos.
- Secar as mãos e friccionar com álcool gel 70% também por 30 segundos.

LEMBRE-SE: NÃO BASTA SOMENTE USAR A MÁSCARA

- FAÇA UM ROTEIRO DE LIMPEZA E DESINFECÇÃO AO CHEGAR EM CASA:



- MANTENHA LIMPO E ORGANIZADO O LOCAL ONDE VOCÊ MORA.
- SE VOCÊ SE SENTIR SOZINHO E COM MEDO, PROCURE CONVERSAR COM OUTRAS PESSOAS OU LIGUE PARA O CVV (65) 3321- 4111.
- SE CUIDE E CUIDE DA SUA FAMÍLIA.
- EM CASO DE DÚVIDAS, PROCURE INFORMAÇÕES:
  - No site do SUS: [www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)
  - Whatsapp da OMS: +41 22 501 77 35

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- O isolamento social é a melhor forma de combater o COVID 19 – Portanto, **FIQUE DENTRO DE CASA!**
- Usar uma **máscara não é uma garantia de proteção contra o Covid-19**, pois os vírus também podem ser contraídos por pequenas partículas virais, conhecidas como aerossóis, que chegam aos olhos. No entanto, as máscaras ajudam na captura de gotículas, que é a principal via de transmissão do coronavírus. Elas são uma **proteção 5 vezes maior** do que ficar sem.
- Muitas pessoas têm infecções sem ter sintomas e as máscaras podem impedir que infectem outras pessoas. Com a escassez de máscaras confeccionadas pela indústria especializada, recomenda-se para a população produzir e usar **máscaras artesanais**.

**FRENTE POPULAR EM DEFESA DO SERVIÇO PÚBLICO E DE SOLIDARIEDADE AO ENFRENTAMENTO DA COVID-19:**

**ADUFMAT, ADUNEMAT, SINASEFE, SINTUF, PROFESSORES E TÉCNICOS DA UFMT e IFMT e Trabalhadores da Saúde**

Para maiores Informações:

[secretaria@adufmat.org.br](mailto:secretaria@adufmat.org.br)

