



CORONAVÍRUS – Conselhos Úteis

O Município do Entroncamento divulga as medidas de higiene e de etiqueta respiratória recomendadas pela Direção- Geral da Saúde:

- Lave frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundo;
- Reforce a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após a preparação dos alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Pode também usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Use lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deite os lenços usados num caixote do lixo e lave de seguida as mãos;
- Tussa ou espirre para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evite tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Poderão ainda ligar 808 24 24 24 (SNS24) para esclarecimento de questões.

Cartaz Recomendações Gerais - [Aqui](#)

Cartaz Informação Viajante - [Aqui](#)

Linha de Apoio Social de Emergência - [Aqui](#)

+ INFO - [AQUI](#)