

CORONAVÍRUS

#fiqueemcasa

SINTOMAS	CORONAVÍRUS
Febre	Comum
Tosse seca	Comum
Falta de ar	Comum
Cansaço	Às vezes
Dores no corpo e mal-estar	Às vezes
Dor de garganta	Às vezes
Dor de cabeça	Às vezes
Espirros	Raro
Diarreia	Raro
Coriza ou nariz entupido	Raro



VOCÊ DEVE PROCURAR UMA UNIDADE DE SAÚDE APENAS QUANDO ESTIVER COM OS 3 SINTOMAS EM VERMELHO.

PREVENÇÃO

LAVE AS MÃOS CORRETAMENTE



1 - Molhe as mãos e adicione sabão.



2 - Esfregue uma palma contra a outra.



3 - Lave os dorsos.



4 - Esfregue entre os dedos.



5 - Esfregue os polegares.



6 - Esfregue as unhas na palma da outra mão.



7 - Lave os punhos.



8 - Enxague e seque bem.

OUTROS CUIDADOS

- Higienize superfícies e objetos com álcool em gel 70%.
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos e toalhas.
- Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com a parte de dentro do braço ou use lenços descartáveis.
- Evite cumprimentos, como abraços, beijos e apertos de mãos.
- Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros das pessoas.
- Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.

GRUPO DE RISCO



Pessoas com idade acima dos 60 anos ou com doenças crônicas, cardiovasculares e diabetes devem ficar em casa.

Caso utilize medicamento de uso contínuo, entre em contato com seu médico e peça uma receita com validade ampliada. Isso reduz idas desnecessárias aos postos de saúde e farmácias.

Em caso de isolamento na própria residência

- Quem for diagnosticado com coronavírus e estiver se recuperando em casa, deve utilizar máscara continuamente, cobrindo a boca e o nariz, a fim de proteger outros moradores da residência. O isolamento recomendado é de 14 dias no mínimo.
- Lavar bem as mãos com água e sabão e limpar vaso, pia e demais superfícies com álcool 70% ou água sanitária.
- Caso outro morador da casa também tenha apresentado sintomas leves, a pessoa em recuperação deve reiniciar a contagem do isolamento de 14 dias. Se os sintomas desse outro morador forem graves, incluindo dificuldade para respirar, é necessário procurar orientação médica.

#doe #colabore #participe

PONTOS DE COLETA

Horário de funcionamento: de segunda a sexta, das 10h às 17h.

- | | |
|--|--|
| 1 Biblioteca Mário de Andrade
Rua da Consolação, 94 - República | 6 Casa de Cultura Vila Guilherme *
Praça Oscar da Silva, 110 - Vila Guilherme |
| 2 Centro Cultural São Paulo
Rua Vergueiro, 1.000 - Liberdade | 7 Casa de Cultura do Butantã
Avenida Junta Mizumoto, 13 - Jardim Peri Peri |
| 3 Teatro Arthur Azevedo
Avenida Paes de Barros, 955 - Mooca | 8 Centro Cultural Santo Amaro
Avenida João Dias, 822 - Santo Amaro |
| 4 Centro Cultural da Diversidade
Rua Lopes Neto, 206 - Itaim Bibi | 9 Cruz Vermelha Brasileira
Av. Moreira Guimarães, 699 - Indianópolis |
| 5 Tendal da Lapa
Rua Constança, 72 - Lapa | |

* Não funcionará às terças-feiras, devido à interdição do trânsito para a realização da feira livre.

Dados Bancários: PMSP/SMDU - Cidade Solidária | CNPJ: 46.395.000/0001-39
Banco do Brasil | Agência 1897-X | C/C 2020-6

Saiba mais em spcidadesolidaria.org



CIDADE SOLIDÁRIA
AÇÃO DE VOLUNTARIADO DE SÃO PAULO CONTRA O CORONAVÍRUS