

# Proteja os outros de ficarem doentes

Quando espirrar ou tossir **cubra a boca e nariz** com o cotovelo ou um lenço



**Deite fora os lenços em caixote fechado logo após a utilização**

**Lave as mãos** com sabão e água ou solução alcoólica após tossir, espirrar e tratar de doentes



*Adaptado de*

