

# 6 PASSOS SIMPLES

## PARA SE MANTER SAUDÁVEL E PREVENIR A TRANSMISSÃO CRUZADA DE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS

### ETIQUETA RESPIRATÓRIA PARA OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

1



Cubra a boca e o nariz com um lenço ou com a mão, ao tossir e espirrar

4



Se tiver tosse persistente, deve consultar um médico!

2



Descarte os lenços ou toalhetes usados, para o contentor apropriado

5



Promova o ensino aos doentes e visitantes, sobre o cumprimento da etiqueta respiratória

3



Não se esqueça de lavar as mãos com água e sabão, ou friccionar com SABA, após tossir ou espirrar!

6



Ofereça máscara cirúrgica aos doentes que estão em sala de espera, com tosse ou outra sintomatologia respiratória!