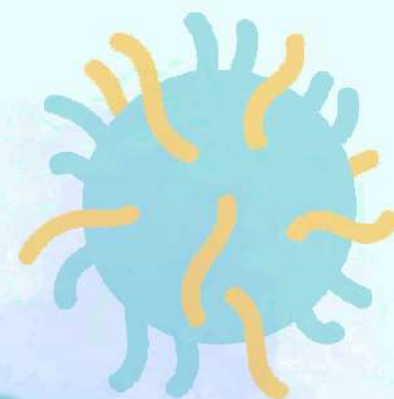




Fica a Dica:

Limpeza e Desinfecção em Casa!

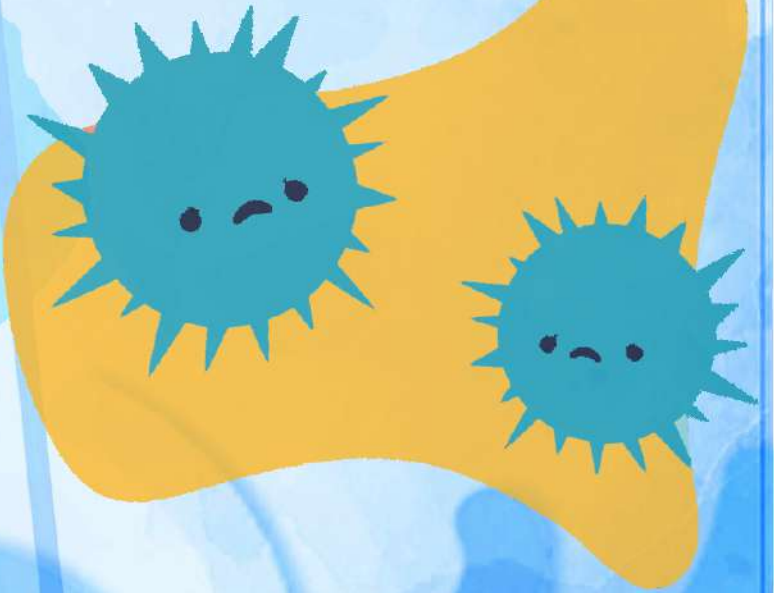
#juntoscontraocoronavirus
#COVID-19
#USPDiversidade



De acordo com a OMS e estudos científicos, o novo coronavírus, pode sobreviver por horas e até dias dependendo da superfície, temperatura e umidade do ambiente.

Por isso, é importante ficar atento para que não ocorra contaminação no momento da compra e da manipulação do alimento em casa.

Separamos algumas dicas para evitar a contaminação em casa:



Mãos

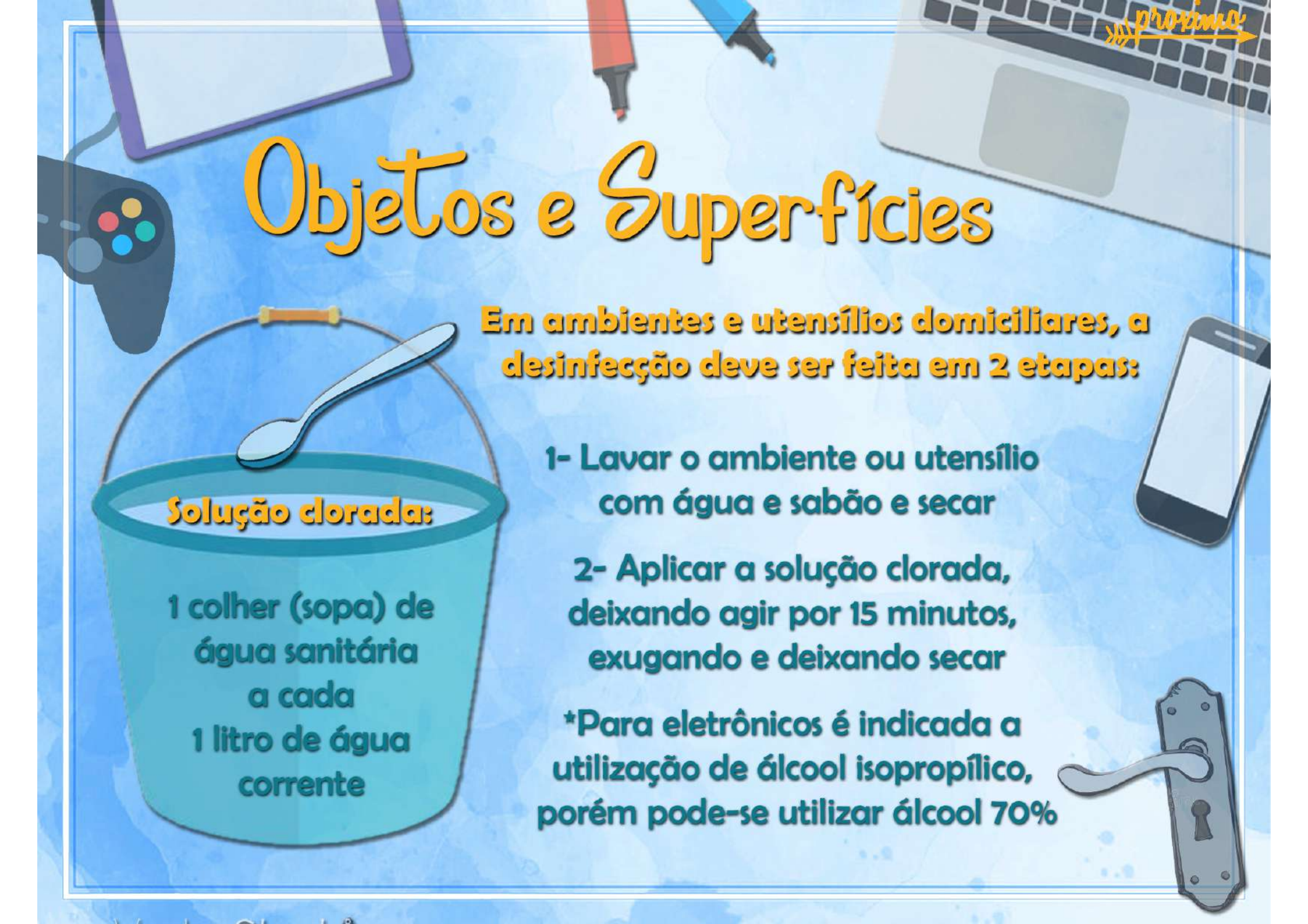
Lembre-se de lavar as mãos com água e sabão ou álcool em gel 70%

Não utilize outros produtos de limpeza na pele, eles podem causar irritação, alergias e até ferimentos graves.

Evite colocar a mão no rosto, nariz, olhos ou boca;

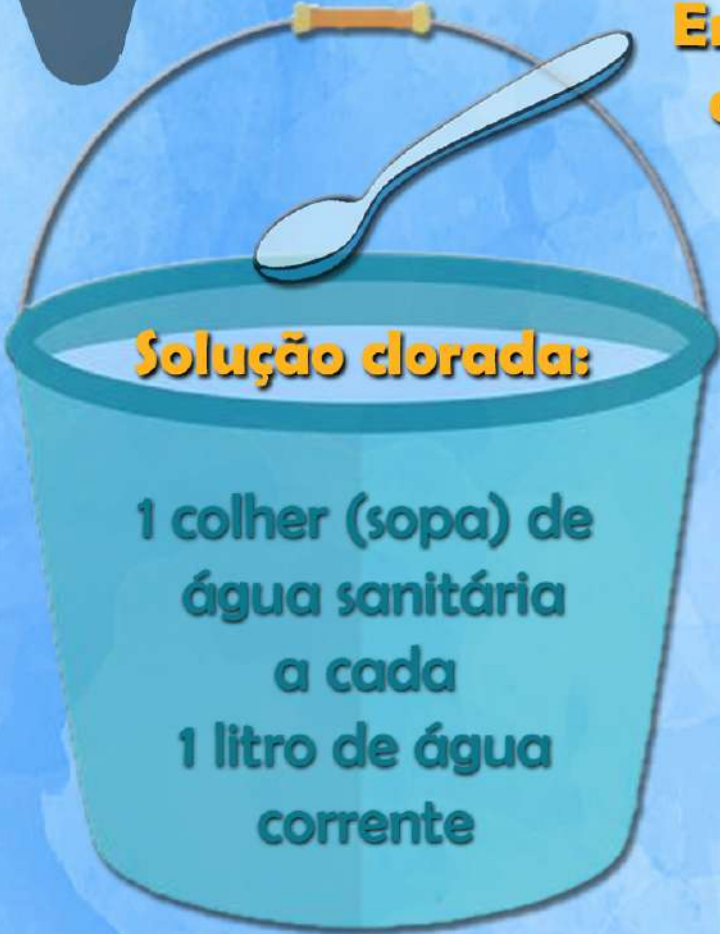
Se as mãos não estiverem limpas, elas podem contaminar alimentos, superfícies, objetos e até outras pessoas.





Objetos e Superfícies

Em ambientes e utensílios domiciliares, a desinfecção deve ser feita em 2 etapas:



Solução clorada:

1 colher (sopa) de
água sanitária
a cada
1 litro de água
corrente

1- Lavar o ambiente ou utensílio
com água e sabão e secar

2- Aplicar a solução clorada,
deixando agir por 15 minutos,
exugando e deixando secar

*Para eletrônicos é indicada a
utilização de álcool isopropílico,
porém pode-se utilizar álcool 70%

Alimentos

Embalagens e recipientes devem ser higienizados com solução clorada ou álcool 70% com auxílio de um pano



Carnes e pescados devem ser cozidos antes de consumo



Frutas, verduras e legumes devem ser imersos em solução clorada por 15 minutos. Frutas e legumes também podem ser lavados com água e sabão



Máscaras

próximo

O uso de máscaras de pano passou a ser recomendado pelo Ministério da Saúde antes de sair de casa.

A máscara tem efetividade de, no máximo, duas horas, após isso ela deve ser trocada e higienizada. Para a higienização das máscaras deve-se:



Remover a máscara pelos elásticos ou tiras com as mãos limpas



Fazer imersão da máscara em solução clorada de 15 à 30 minutos



Lavar a máscara com água e sabão e enxaguar em água corrente



Deixar secar bem. Em seguida, passar ferro quente e guardar em local limpo e seco para a próxima utilização



**A limpeza e a higiene constantes
são essenciais para quebrar a
cápsula protetora do
vírus e assim destruí-lo.**

Saiba Mais :

**“Covid-19: guia ensina como conviver
com familiares infectados”**

No momento em que o coronavírus está avançando rapidamente por todas as regiões brasileiras, o Jornal da USP traz para o leitor um guia prático de saúde para conviver com familiares com suspeita ou infecção confirmada pela covid-19 e que estão em isolamento domiciliar.

Veja mais em:

<http://abre.ai/guia-jornaldausp>

As informações contidas nesse post vieram das seguintes fontes, acesse para saber mais:

<https://jornal.usp.br/radio-usp/limpar-celulares-e-tao-importante-quanto-lavar-as-maos-para-prevenir-coronavirus/>

<https://jornal.usp.br/atualidades/o-que-fazer-com-os-alimentos-depois-de-voltar-do-mercado/>

<https://jornal.usp.br/coronavirus/>

<https://nacoesunidas.org/tema/coronavirus/>

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875

<http://abre.ai/guia-jornalsausp>