



**Ao tossir ou espirrar,
cubra o nariz e a boca
com cotovelo flexionado
ou lenço de papel.**

Saiba mais em www.dentistaspelasaude.com.br





Deve ser realizada **higiene das mãos** toda vez que elas **parecerem sujas**, e **antes e depois** de:

- Contato com qualquer pessoa;
- Ir ao banheiro;
- Após tocar em quaisquer superfícies;
- Higienizar por no mínimo 20 segundos.

Saiba mais em www.dentistaspelasaude.com.br



Higiene das mãos



1) Molhe as mãos



2) Aplique sabão



3) Esfregue as palmas



4) Esfregue os dedos



5) Esfregue as unhas



6) Esfregue o dorso das mãos



7) Esfregue os polegares



8) Esfregue os punhos



9) Enxague as mãos



10) Seque as mãos



11) Feche a torneira



12) Mão limpa

Saiba mais em www.dentistaspelaude.com.br



Apoio institucional:



CONSELHO
FEDERAL DE
ODONTOLOGIA



**Lavar o rosto com aguá
e sabão por 20 segundos
após higiene das mãos
e antes do atendimento
odontológico.**

Saiba mais em www.dentistaspelasaude.com.br





**Pacientes e profissionais
de saúde devem evitar
tocar olhos, nariz e boca
com as mãos não lavadas.**

Saiba mais em www.dentistaspelasaude.com.br





Prenda o **cabelo** e evite
usar **brincos, anéis**
e correntinhas.

Saiba mais em www.dentistaspelasaude.com.br

