

LEMBRE-SE!

Caso seja possível fique em casa

Saia apenas se for necessário, nomeadamente, nos seguintes casos:

- Ir trabalhar;
- Ir às compras;
- Deslocar-se ao médico ou à farmácia;
- Ao banco, correios, ou à seguradora;
- Ir à rua passear o cão.

**Mantenha-se informado,
consultando fontes credíveis!**



NP ISO 9001
Certificado pt12/03976



Autorização
5570510311

Autorização da
DGS PA / 123



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



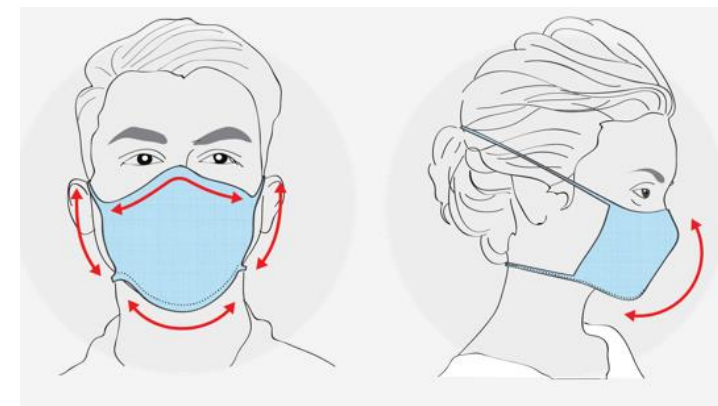
1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



Uso de máscaras na comunidade

Tel 707 10 20 30
info@atlanticare.pt

Lisboa
Largo da Lagoa, n.º 7C - Salas 109/110
2795-116 Linda-a-Velha // Portugal

Porto
R. da Constituição - 656 - 1º - 117
4200-194 Porto // Portugal

Máscaras cirúrgicas

Quem deve usar

- Pessoas mais vulneráveis, nomeadamente idosos (mais de 65 anos de idade), com doenças crónicas e estados de imunossupressão.
- Pessoas com sintomas respiratórios.
- **Pessoas que entrem e circulem em instituições de saúde.**
- Distribuidores de bens essenciais ao domicílio.
- Trabalhadores nas instituições de solidariedade social, lares e rede de cuidados continuados integrados.
- Agentes funerários.
- Profissionais que façam atendimento ao público, onde não esteja garantido o distanciamento social.

Máscaras não cirúrgicas

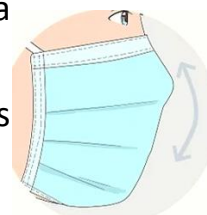
(comunitárias ou de uso social)

Quem deve usar

Todas as pessoas que permaneçam em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas (supermercados, farmácias, lojas ou estabelecimentos comerciais, transportes públicos, etc).

Procedimento para colocar a máscara

- 1º Higienizar as mãos antes de colocar a máscara;
- 2º Colocar as duas alças nas orelhas;
- 3º Ajustar ao nariz;
- 4º Puxar a parte inferior da máscara para cobrir o queixo.



Procedimento para retirar a máscara

- 1ª Higienizar as mãos antes de retirar a máscara;
- 2ª Puxar os elásticos e num movimento único puxá-la para a frente
- 3ª Descartar de seguida em local apropriado



Não esquecer o distanciamento social, de etiqueta respiratória, de higiene das mãos e a utilização de barreiras físicas para garantir a sua utilização adequada.

Fonte: Informação 009/2020 – DGS
Imagens @publico.pt



707 10 20 30

info@atlanticare.pt
atlanticare.pt



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



1º Lugar
Segurança e Saúde
no Trabalho



NP ISO 9001
Certificado pt12/03976



Autorização
5570510311

Autorização da
DGS PA / 123



AtlantiCare
SERVIÇOS DE SAÚDE, S.A.