

COMO IR AO MERCADO DE FORMA SEGURA

em época de pandemia



@alunoscontraocorona

ANTES DE IR AO MERCADO

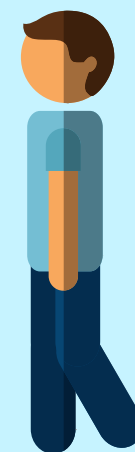


@alunoscontraocorona



Se você for do grupo de risco, peça para alguém ir ao mercado por você.

Dos moradores da mesma casa, procure ir apenas uma pessoa por vez.



Evite várias idas ao mercado. Se possível, planeje suas compras para que elas possam durar alguns dias.



@alunoscontraocorona

DURANTE AS COMPRAS

- Use uma máscara de pano, se possível
- Fique a pelo menos 2 metros das outras pessoas
- Não leve às mãos ao rosto

PARA PAGAR



@alunoscontraocorona

Se possível, não utilize cédulas ou moedas. Prefira pagar suas compras com cartão!



NO MEIO DE TRANSPORTE



@alunoscontraacorona

Tenha sempre um lenço de papel (ou papel toalha) e álcool 70% para higienizar as partes que você vai tocar em seu meio de transporte!



CHEGANDO EM CASA



@alunoscontraacorona

- Tire os sapatos antes de entrar em casa
- Lave muito bem as mãos
- Troque de roupa e tome um banho



E AS COMPRAS?



@alunoscontraocorona

Deixe as frutas, legumes e verduras de molho por 15 min em solução sanitária diluída. Em seguida, enxágue bem com água corrente e deixe secar antes de guardar.



E AS COMPRAS?



@alunoscontraocorona

Higienize todas as embalagens que serão armazenadas (mesmo se não forem de produtos comestíveis), uma a uma!



Pode ser com água e sabão, álcool líquido 70%, solução sanitária diluída ou produto de limpeza multiuso.

MAIS ALGUMA COISA?



@alunoscontraocorona



Descarte as sacolas!

Passa álcool 70% nas
maçanetas, chaves e
no celular!



Fontes:

.World Health Organization (Organização Mundial da Saúde). COVID-19 and food safety: guidance for food businesses. 7 de abril de 2020.

.Ministério da Saúde.

.www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html.

Acesso em 17 de abril de 2020.