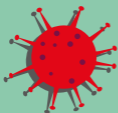




#FiqueNaAldeia



# COMO SE PEGA A DOENÇA COVID-19?



A DOENÇA É TRANSMITIDA

DE UMA PESSOA

PARA A OUTRA

E PROVOCA PROBLEMAS

RESPIRATÓRIOS E

INTESTINAIS QUE PODEM SER GRAVES

E LEVAR

À MORTE.



FOREST  
TRENDS



O **VÍRUS**, QUE A GENTE **NÃO VÊ**,  
PODE ESTAR NO **AR** OU  
NOS **OBJETOS** E ENTRA  
EM NOSSO CORPO PELA **BOCA**,  
PELO **NARIZ**  
E PELOS **OLHOS**, QUANDO:



**CUMPRIMENTAMOS COM ABRAÇOS,  
BEIJOS E APERTOS DE MÃOS;**



**COMPARTILHAMOS OBJETOS PESSOAIS  
(CUIAS, COLHERES, TOALHAS E COPOS);**



**TOSSE E ESPIRRO;**



**TOCAMOS EM SUPERFÍCIES CONTAMINADAS,  
MESMO SEM PRESTAR ATENÇÃO:**



**maçanetas de portas**



**caixas eletrônicos**



**produtos e embalagens dos  
mercados da cidade, etc.**

# QUAIS SÃO OS SINTOMAS DA COVID-19?



**PODEM SER CONFUNDIDOS  
COM OS DA GRIPE,  
MAS NÃO É GRIPE:**

**Dor de cabeça**

**Febre**

**Tosse**

**Cansaço**

**Nariz  
escorrendo**

**Dor de garganta**

**Não sentir gosto de alimentos  
nem cheiro das coisas.**

**Dificuldade para respirar**

***NESTE CASO TEM QUE  
PROCURAR O MÉDICO.***

**VOCÊ E SEUS PARENTES**

**PODEM ESTAR COM COVID-19**

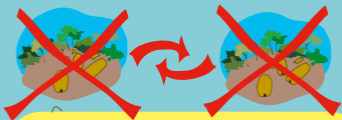
**SEM NINGUÉM SABER**



**Os SINTOMAS aparecem após  
2 a 14 Dias, mas a  
MAIOR PARTE das pessoas  
que tem o vírus NÃO  
TEM NENHUM SINTOMA**

COMO SE PROTEGER DO CORONAVIRUS?

# ISOLAMENTO:



**FIQUE NA ALDEIA** E O MÁXIMO POSSÍVEL DO TEMPO NA **SUA CASA**. EVITE VISITAR OS PARENTES E **NÃO VÁ A OUTRAS ALDEIAS**.



SE FOR MUITO **NECESSÁRIO** IR PARA A CIDADE, SÓ **UMA PESSOA JOVEM** E COM SAÚDE BOA DEVE IR E QUANDO RETORNAR DEVE FICAR **ISOLADO POR 14 DIAS**



SE TIVER MESMO QUE IR À **CIDADE** PENSE QUE **TUDO** QUE TOCAR PODE ESTAR **CONTAMINADO**

# ISOLAMENTO:



**COLOQUE BARREIRAS OU PORTEIRAS NOS ACESSOS À TERRA INDÍGENA, ESTRADAS E RIOS, E MANTENHA VIGIA**

**ALIMENTOS E OBJETOS QUE CHEGAM DA CIDADE DEVEM SER ENTREGUES NA PORTEIRA, NOS LIMITES DA TERRA INDÍGENA, E DEVEM SER LIMPOS E DESINFETADOS ANTES DE ENTRAR NA ALDEIA**



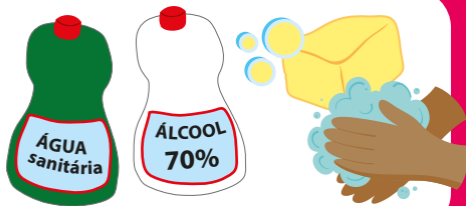
**EVITE JUNTAR MUITA GENTE E SE FOR NECESSÁRIO**



**FAZER REUNIÃO TODOS DEVEM ESTAR A 2 METROS DE DISTÂNCIA UNS DOS OUTROS, USANDO MÁSCARA E COM TODOS OS CUIDADOS DE LIMPEZA**

COMO SE PROTEGER DO CORONAVIRUS?

# LIMPEZA:



**ÁGUA, SABÃO, ÁLCOOL E  
ÁGUA SANITÁRIA DEVEM  
SER USADOS O TEMPO TODO**

**SOMENTE O ÁLCOOL 70%  
MATA O VIRUS.**

**O LÍQUIDO É BOM PARA OS  
OBJETOS, EMBALAGENS E TUDO  
O QUE VEM DA CIDADE E O  
GEL É BOM PARA AS  
MÃOS, UNHAS E PUNHOS**



# LIMPEZA:



**ÁGUA SANITÁRIA É BOM PARA LIMPAR A CASA E DEIXAR FRUTAS E VERDURAS DE MOLHO:**



**1 COLHER DE SOPA POR LITRO DE ÁGUA**

**QUEM CHEGA DA CIDADE DEVE TIRAR LOGO A ROUPA, LAVAR BEM E TOMAR BANHO**



**NUNCA COLOQUE AS MÃOS NO NARIZ, NA BOCA OU NOS OLHOS SEM LAVAR COM ÁGUA E SABÃO COM BASTANTE CUIDADO OU COM ÁLCOOL GEL**




# COMO SE PROTEGER DO CORONAVIRUS?



## MÁSCARA:

 **Utilize sempre máscaras de  
TECIDO DUPLO**  
*(MAIS EFICIENTE QUE A DESCARTÁVEL)*

 **Lave as mãos com água e sabão  
ANTES** de colocar a máscara

 **CUBRA NARIZ E BOCA ATÉ O  
QUEIXO** com a máscara

 **NÃO** coloque a MÃO na máscara  
e **NÃO TIRE PARA FALAR**

 **Sempre tire a máscara  
pelas ALÇAS LATERAIS**

# MÁSCARA:

Se a máscara for **DESCARTÁVEL** jogue direto no **LIXO, NUNCA** no **CHÃO** ou em outros locais



**LAVE** as **MÃOS** após **RETIRAR** a máscara.

Se a máscara for de **TECIDO** deixe de **MOLHO** na **ÁGUA SANITÁRIA**, lave, deixe **SECAR** ao **SOL** e se possível **PASSE A FERRO**



**QUANDO FOR TOSSIR OU ESPIRRAR CUBRA A BOCA COM A PARTE DE DENTRO DO BRAÇO**



# CUIDADOS COM A CULTURA E SEUS GUARDIÕES



OS ANCIÕES SÃO AS  
PESSOAS QUE CORREM  
MAIS RISCO DE  
PEGAREM A DOENÇA.  
PROTEJA OS ANCIÕES E  
VALORIZE A CULTURA E  
O CONHECIMENTO DO SEU POVO

ALIMENTE-SE BEM, COMA A COMIDA TRADI-  
CIONAL E ALIMENTOS QUE FORTALECEM AS  
DEFESAS DO CORPO

NÃO CONSUMA BEBIDAS ALCOÓLICAS PARA  
SE MANTER FORTE E PROTEGIDO

UTILIZE A MEDICINA TRADICIONAL, APRENDA  
COM OS MAIS VELHOS QUE CONHECEM AS  
PLANTAS E SEUS USOS, MAS LEMBRE-SE: A  
COVID-19 NÃO TEM TRATAMENTO E AINDA  
NÃO TEM CURA

NÃO TOME REMÉDIOS DA FARMÁCIA SEM  
RECOMENDAÇÃO E  
ACOMPANHAMENTO MÉDICO



**DE CADA 5 PESSOAS COM COVID-19 UMA TEM DIFICULDADES SÉRIAS PARA RESPIRAR E NECESSITA CUIDADOS MÉDICOS.**



**EM ALGUNS CASOS SÃO NECESSÁRIOS CUIDADOS ESPECIAIS E UNIDADES DE TRATAMENTO INTENSIVO COM EQUIPAMENTOS QUE NÃO ESTÃO DISPONÍVEIS**

**EVITE IR AOS HOSPITAIS E UNIDADES DE SAÚDE, VÁ SOMENTE EM SITUAÇÕES DE EXTREMA NECESSIDADE,**

**POIS SÃO LOCAIS DE RISCO PARA PEGAR A DOENÇA**



**A COVID-19 É MUITO MAIS PERIGOSA PARA PESSOAS ACIMA DE 60 ANOS, PARA QUEM JÁ TEVE OU TEM PROBLEMAS RESPIRATÓRIOS, DE CORAÇÃO, PRESSÃO ALTA E DIABETES.**



# O QUE FAZER SE TIVER ALGUÉM DOENTE NA ALDEIA?



MANTER **ISOLADO** DE  
TODOS OS PARENTES, COM  
ALIMENTAÇÃO E PERNOITE

EM LOCAIS **SEM CONTATO**  
COM AS OUTRAS PESSOAS



LAVAR AS ROUPAS  
E OS OBJETOS  
**SEPARADAMENTE**

A PESSOA **NÃO** DEVE USAR MÁSCARA  
QUANDO ESTIVER **ISOLADA**, SÓ  
UTILIZAR QUANDO ESTIVER PRÓXIMA  
DE OUTRAS PESSOAS OU  
EM ÁREAS COMUNS



**HOSPITAL**



MANTER SEMPRE **LIMPO** O  
QUARTO, A **CASA** OU LOCAL DA  
**PESSOA COM COVID-19**  
CASO PERCEBA QUE A PESSOA  
ESTÁ COM **FALTA DE AR,**

PROCURE **IMEDIATAMENTE** APOIO **MÉDICO**



**NÃO** DÊ ATENÇÃO ÀS  
MENTIRAS DA  
**INTERNET**



BUSQUE SEMPRE  
**SABER**  
A FONTE DA  
**INFORMAÇÃO**  
QUE VOCÊ RECEBE



Exemplo:  
MINISTÉRIO DA SAÚDE  
UNIVERSIDADES



**SUSPEITE** DE FOTOS E VÍDEOS DO  
WHATSAPP E **NÃO** ENCAMINHE  
PARA NINGUÉM SEM CONFIRMAR  
QUE É **VERDADE**

