

Busque uma Unidade Básica de Saúde se apresentar sintomas, como febre, tosse, coriza, dor de garganta, perda de olfato e/ou paladar, diarreia, dor muscular ou nas articulações, dor de cabeça, dor abdominal e vômitos.



## Vaccine-se

Informe-se sobre a vacinação em sua unidade de saúde de referência.

# GESTANTES

Como proteger você e seu bebê da covid-19



Grávidas e mulheres que deram à luz recentemente têm maior chance de desenvolver complicações relacionadas à covid-19

## Tenha uma rotina saudável

Evite bebidas alcoólicas, não fume, durma bem, tenha uma alimentação saudável e pratique atividades prazerosas.



## Testou positivo para covid-19?

Mantenha-se em isolamento e em caso de sintomas, procure seu médico.



Mantenha o distanciamento social, a etiqueta respiratória e use máscara.

Lave as mãos corretamente com água e sabão.

Quando não for possível lavar as mãos, higienize utilizando álcool em gel 70%.

## Não abandone o seu pré-natal

Procure sua unidade de referência para marcação e realização de consultas e exames.

