

(ポルトガル語)

避難所での感染症の予防について

SOBRE AS MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA TRANSMISSÕES DE INFECÇÕES NO ABRIGO

No abrigo, devido à escassez de alimento e impossibilidade de descanso suficiente, a resistência física diminui. Além disso, a convivência com grande número de pessoas pode causar epidemias de gripe, resfriado e diarreia.

Medidas preventivas para evitar doenças infecciosas (como gripe, resfriado, diarreia e outras doenças causadas por norovírus).

- (1) Lavar as mãos antes de comer, após ir ao banheiro e após auxiliar idosos e crianças a irem ao banheiro.
※Onde houver falta de água, usar desinfetantes que contenham álcool ou lenço de papel desinfetantes para limpar as mãos.
- (2) Usar máscara
※Se a quantidade de máscaras for pequena, dar prioridade do uso de máscara para pessoas com os sintomas de febre, tosse, espirro ou coriza.
※Se não houver máscara disponíveis, usar lenço ou lenço de papel para cobrir a boca e o nariz quando for tossir ou espirrar, desviar o rosto e manter uma distância acima de 1m das pessoas ao redor. O lenço de papel deverá ser jogado diretamente no lixo logo após o uso.
- (3) Na medida do possível, usar máscara e luvas quando manipular vômitos e fezes.
- (4) Abrir a janela várias vezes ao dia para ventilar.
- (5) Usar luvas para diminuir a contaminação por bactérias ao preparar sopas ou bolinhos de arroz (onigiri).
- (6) Aquecer bem alimentos que precisam ser aquecidos antes do consumo.