

Água e sabão. Paula sabe que é a combinação certa contra a infecção.



Quando se trata de combater uma infecção, um dos primeiros tratamentos preventivos do mundo continua a ser um dos melhores. Para combater uma constipação comum, garganta inflamada ou gripe não existe nada melhor do que lavar as mãos.

Lave frequentemente as mãos com água e sabão—especialmente antes de preparar uma refeição ou de comer, depois de utilizar a casa de banho, de despejar o lixo ou de mudar uma fralda.

Cubra os cortes e arranhões com um penso para evitar infecções (a ferida não tem de “respirar”). Certifique-se de que muda o penso regularmente.

THE PARTNERSHIP FOR
HEALTHCARE EXCELLENCE

Para mais sugestões, visite www.partnershipforhealthcare.org