



A COVID-19 ainda está aqui! Dicas sobre como se proteger

1 Conheça os fatos:

- A vacinação é especialmente importante se você tiver 65 anos de idade ou mais, se tiver alto risco de ficar muito doente ou se não tiver se vacinado contra a COVID-19. *
- A proteção da vacina diminui com o tempo. É importante mantê-la atualizada.

Todas as pessoas a partir de 6 meses de idade devem receber a vacina contra a COVID-19 2024-2025!

2 Encontre vacinas e vacine-se:

- Acesse nj.gov/health/vaccines/covid-19/ ou escaneie o código QR.
- Acesse vaccines.gov.



3 Fique em casa e faça o teste:

- Se você tiver sintomas de COVID-19 (febre, tosse, coriza etc.).
- Solicite seus testes gratuitos de COVID-19 acessando COVIDTests.gov.

4 Pergunte sobre medicamentos para COVID-19:

- Converse com seu médico se você corre o risco de ficar muito doente por causa da COVID-19 (por exemplo, pessoas com problemas de saúde como asma, diabetes etc.).
- Não espere! O medicamento deve ser iniciado dentro de 5 a 7 dias após o início dos sintomas!

5 Pratique boa higiene (limpeza):

- Limpe as superfícies de alto contato (controles remotos, bancadas).
- Lave as mãos por pelo menos 20 segundos.
- Cubra a boca ao tossir e espirrar.

* A vacina, a dose e o momento recomendados podem variar dependendo da sua idade, histórico de vacinação anterior e condições médicas (por exemplo, diabetes, sobrepeso, pressão alta etc.). Converse com seu médico para saber o que é melhor para você. Para obter mais informações, acesse cdc.gov/covid/index.html.