

## ☐☐ Carnaval com alegria e saúde!

Categoria: Turismo e Lazer

Secretarias: Turismo e Lazer

Data de Publicação: 13 de fevereiro de 2026

Para curtir o Carnaval com segurança, a Vigilância Epidemiológica traz algumas orientações importantes:

- ☐ Hidrate-se bem para prevenir a desidratação;
  - ☐ Opte por uma alimentação leve e de boa procedência;
  - ☐ Use protetor solar e evite exposição ao sol entre 10h e 16h;
  - ☐ Escolha roupas e calçados confortáveis;
  - ☐ Use preservativo para prevenir infecções sexualmente transmissíveis;
  - ☐ Se estiver com sintomas gripais, evite aglomerações.
- 
- ☐ Divirta-se com responsabilidade e aproveite a folia com saúde!