

NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO



PERMANEÇA EM CASA

– Não se dirija ao trabalho, à escola ou espaços públicos, nem transportes públicos



SEPARADO DE OUTROS –

Deve permanecer numa divisão própria e evitar contacto com outros em espaços públicos



NÃO PARTILHE ITENS –

Não partilhe pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros itens.



NÃO RECEBA VISITAS –

Não convide pessoas a sua casa. Caso seja urgente falar com alguém, faça-o por telefone.



LIGUE ANTES AO MÉDICO

– Evite deslocações desnecessárias a serviço de saúde e ligue antes.



LAVE AS MÃOS – Lave as mãos frequentemente, com água e sabão durante, pelo menos 20 segundos



MÁSCARA SE NECESSÁRIO –

Se lhe foi recomendado deve utilizar máscara quando estiver com outras pessoas.



AO ESPIRRAR E TOSSIR –

Tape a boca e o nariz com um lenço descartável, deite o lenço no lixo e lave as suas mãos.



MONITORIZA SINTOMAS –

Meça a sua temperatura diariamente e informe se surgir um agravamento dos sintomas.



CUIDADO COM RESÍDUOS –

Coloque os resíduos produzidos num saco diferentes dos restantes.

ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS:

LIGUE: SNS 24

COMUNICAÇÃO DE SUSPEITA DE INFEÇÃO:

808 24 24 24