

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19



ISOLAMENTO O QUE É? QUAIS OS CUIDADOS A TER?

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Que cuidados deve ter?

Deve **MANTER-SE EM CASA**, em isolamento social.



NÃO vá trabalhar, à escola ou a espaços frequentados por outras pessoas.



EVITE as suas atividades fora do domicílio, saindo apenas se tiver indicação para tal.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Que cuidados deve ter?

Dentro de casa, se morar com outras pessoas:



Tenha um **QUARTO**, e se possível, **UMA CASA DE BANHO SÓ PARA SI**. Se não tiver casa de banho separada, não partilhe artigos de higiene pessoal, o sabonete ou a toalha. Use um sabonete exclusivo para si ou sabão líquido.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Que cuidados deve ter?

Dentro de casa, se morar com outras pessoas:



NÃO PARTILHE ITENS DOMÉSTICOS (loiça, utensílios de cozinha, toalhas, roupas de cama, entre outros).

Depois de os usar, **LAVE-OS** cuidadosamente a temperaturas elevadas (70-90°C).

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Que cuidados deve ter?

Dentro de casa, se morar com outras pessoas:



Se andar pela casa, **USE MÁSCARA**. Verifique o **AJUSTE DA MÁSCARA À CARA**, garantindo que tapa totalmente o nariz, a boca e as áreas laterais da cara.

Se tiver barba, poderá complementar com um **LENÇO DE PAPEL** para tapar totalmente as áreas laterais da cara.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19



**SEJA UM AGENTE
DE SAÚDE PÚBLICA**

**PROTEJA-SE A SI E AOS
OUTROS**

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24