

COVID 19

Regressei do estrangeiro. E agora?

Contactei com caso confirmado de COVID-19. E agora?

Se regressou de uma área afetada ou contactou com caso confirmado de COVID-19

E está **sem sintomas**, deve ficar sob **vigilância** durante **14 dias**



Registrar a temperatura corporal (duas vezes por dia)



Restringir contactos sociais e não viajar



Contactar o SNS 24 se surgirem sintomas – 808 24 24 24

Se regressou de uma área afetada ou contactou com caso confirmado de COVID-19

E está **com sintomas** deve

PERMANECER EM CASA e evitar contacto próximo com outras pessoas.

Não se deslocar de imediato aos serviços de saúde e **CONTACTAR SNS 24 (808 24 24 24)**, referindo o histórico de viagem ou contacto.

Evitar partilhar utensílios e **UTILIZAR MÁSCARA CIRÚRGICA**, se possível.



Adaptado da informação e cartazes da DGS e do SNS