

Medidas de prevenção para evitar a propagação do coronavírus SARS-CoV-2

MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO

- É importante lavar as mãos com frequência.



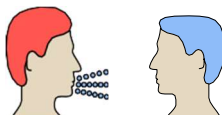
- É importante tapar a boca e o nariz com lenços de um só uso ou com a cara interna do cotovelo ao tossir o espirrar, e lavar as mãos seguidamente.



- É importante manter uma distância entre as pessoas (entre um e 2 metros).



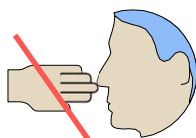
- É importante evitar o contato próximo com pessoas que tenham sintomas de infecção respiratória.



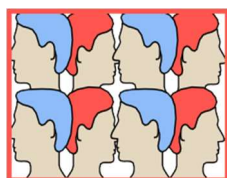
- Deve evitar partilhar comida e talheres sem lavar-nos devidamente.



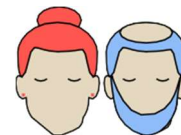
- Depois de manipular objetos, sobretudo em lugares públicos, deve evitar tocar boca, nariz e olhos sem antes lavar as mãos devidamente.



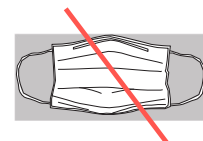
- Deve evitar aglomerações e espaços fechados com um grande número de pessoas.



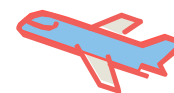
- É importante proteger pessoas idosas com doenças crónicas e evitar visitas a lares de terceira idade/residências.



- Não é necessário utilizar máscara nos espaços públicos, a não ser por indicação médica.



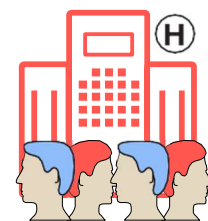
- Deve evitar viajar, a não ser que seja imprescindível.



- Recomenda-se que qualquer pessoa que apresente sintomas respiratórios e/ou febre fique em casa, sem assistir ao lugar de trabalho e limite a sua vida social.



- É importante fazer um uso responsável do sistema de saúde e apenas assistir aos centros sanitários quando seja estritamente necessário.



Se não se encontra bem,

telefone ao

061/Salut
Respon

e lhe informarão o que deve fazer.

Para mais informação, consulte canalsalut.gencat.cat/coronavirus



Generalitat
de Catalunya

/Salut