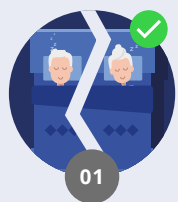
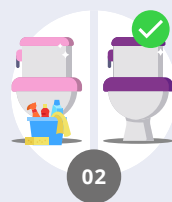


CUIDADOS NA CONVIVÊNCIA COM PESSOAS EM ISOLAMENTO

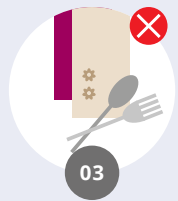


Manter distância.

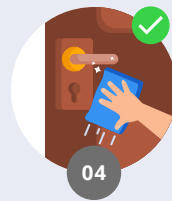
Dormir em quartos separados ou, caso não seja possível, em camas separadas



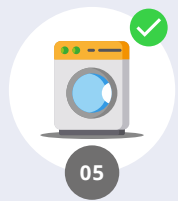
Se possível utilizar casas de banho diferentes. Caso contrário, a pessoa infetada deve utilizá-la por último



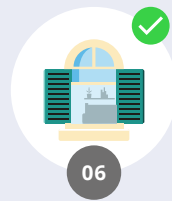
Não partilhar toalhas, talheres, copos e outros objetos



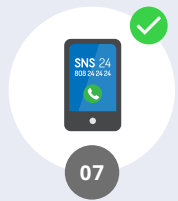
Limpar e desinfetar as superfícies de contacto frequente (interruptores, mesas, maçanetas, etc)



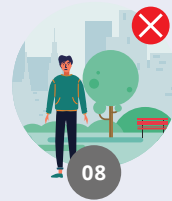
Lavar a roupa, lençóis e toalhas a temperaturas elevadas



Arejar frequentemente a casa



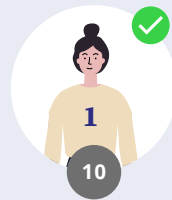
Ligar para o SNS24 se surgirem sintomas como febre, tosse ou dificuldade respiratória



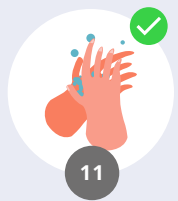
Não deve sair de casa. Deve cumprir o tempo indicado para isolamento



Evitar contacto com outras pessoas, especialmente grupos vulneráveis como idosos, doentes crónicos, imunossuprimidos ou grávidas



Se a pessoa infetada precisar de um cuidador, deve ser no máximo uma pessoa



Lave as mãos com água e sabão ou uma solução à base de álcool, após contacto com a pessoa infetada



Monitorize os seus sintomas diariamente. Veja a temperatura 2 vezes ao dia