

COVID-19: O QUE FAZER...

... SE TIVER SINTOMAS

TOSSE, FEBRE, DIFICULDADE RESPIRATÓRIA, DOR DE GARGANTA, DOR NO PEITO, SONOLÊNCIA, DIARREIA, VÔMITOS

- Se estiveres em casa, avisa a tua família e não saias. Mantém-te isolado.
- Se estiveres na escola, avisa um professor. Serás encaminhado para uma sala especial.
- Nunca tires a máscara sem autorização.
- Vais ter de fazer um teste numa farmácia ou num laboratório.
- Não fiques assustado e pensa positivo. Num instante estarás de volta à escola!

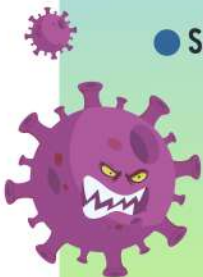


... SE TIVER COVID-19

- Se não tiveres sintomas ou se os sintomas forem ligeiros, ficas em isolamento 7 dias.
- Se tiveres sintomas moderados, saís do isolamento ao fim de 10 dias.
- Em ambos os casos, voltas à escola sem precisares de repetir teste.

... SE TIVER ESTADO COM UMA PESSOA INFETADA

- Se é uma pessoa que vive contigo:
 - . Vais ter de ficar isolado durante 7 dias, e o teu encarregado de educação terá de avisar a escola.
 - . Terás de fazer 2 testes (um até ao 3.º dia e outro ao 7.º dia).
 - . Se o segundo teste continuar negativo, terás alta.
 - . Se tiveres tido COVID-19 há menos de 180 dias, não ficas isolado e só terás de fazer um teste até ao 3.º dia e vigiar sintomas.
- Se a pessoa não viver contigo, só tens de ficar atento aos sintomas, e fazer um teste até ao 3.º dia.



COVID-19: O QUE FAZER SE TIVER SINTOMAS?

**TOSSE, FEBRE, DIFICULDADE RESPIRATÓRIA, DOR DE GARGANTA,
DOR NO PEITO, SONOLÊNCIA, DIARREIA, VÔMITOS**

- Se estiveres em casa, avisa a tua família e não saias. Mantém-te isolado.
- Se estiveres na escola, avisa um professor. Serás encaminhado para uma sala especial.
- Nunca tires a máscara sem autorização.
- Vais ter de fazer um teste numa farmácia ou num laboratório.
- Não fiques assustado e pensa positivo. Num instante estarás de volta à escola!



COVID-19: O QUE FAZER SE TIVER COVID-19?

- Se não tiveres sintomas ou se os sintomas forem ligeiros, ficas em isolamento 7 dias.
- Se tiveres sintomas moderados, saís do isolamento ao fim de 10 dias.
- Em ambos os casos, voltas à escola sem precisares de repetir teste.



COVID-19: O QUE FAZER SE ESTIVER EM CONTACTO COM UMA PESSOA INFETADA?



- Se é uma pessoa que vive contigo:
 - . Vais ter de ficar isolado durante 7 dias, e o teu encarregado de educação terá de avisar a escola.
 - . Terás de fazer 2 testes (um até ao 3.º dia e outro ao 7.º dia).
 - . Se o segundo teste continuar negativo, terás alta.
 - . Se tiveres tido COVID-19 há menos de 180 dias, não ficas isolado e só terás de fazer um teste até ao 3.º dia e vigiar sintomas.
- Se a pessoa não viver contigo, só tens de ficar atento aos sintomas, e fazer um teste até ao 3.º dia.



COVID-19: O QUE FAZER SE TIVER SINTOMAS?



Tosse seca



Febre



Dificuldade respiratória



Dor de garganta



Dor no peito



Sonolência



Dor de cabeça



Diarreia



Vômitos



NA ESCOLA

- Informe a pessoa responsável da escola.
- Dirija-se para a área de isolamento e contacte o SNS24 (808 24 24 24).
- Nunca tire a máscara.
- Na deslocação para casa ou serviços de saúde, utilize viatura própria ou, em alternativa, transporte individual.

