



AJUDE A REDUZIR A PROPAGAÇÃO DA COVID-19

TOME MEDIDAS PARA REDUZIR A PROPAGAÇÃO DA DOENÇA DO CORONAVÍRUS (COVID-19):



Siga a orientação da autoridade de saúde pública local.



Lave as mãos frequentemente com água e sabão durante, no mínimo, 20 segundos.



Use gel desinfetante para as mãos à base de álcool se não estiverem disponíveis água e sabão.



Tente não tocar nos olhos, nariz ou boca.



Evite contacto próximo com pessoas que estão doentes.



Tussa e espirre para a manga da camisa e não para as mãos.



Fique em casa o máximo possível e se precisar sair de casa pratique o distanciamento físico (aproximadamente 2 metros).

SINTOMAS

Os sintomas da COVID-19 podem ser bastante ligeiros ou mais graves, e podem demorar até 14 dias a surgirem após a exposição ao vírus.



FEBRE

(superior ou igual a 38 °C)



TOSSE



DIFICULDADE EM RESPIRAR

SE APRESENTAR SINTOMAS



Isole-se em casa para evitar a propagação da doença para outras pessoas.



Evite visitar idosos ou aqueles com problemas de saúde. Eles apresentam risco elevado de desenvolver doenças graves.



Telefone com antecedência antes de visitar um profissional de cuidados da saúde ou telefone para a autoridade de saúde pública local.



Se os sintomas piorarem, contacte o seu prestador de cuidados médicos ou autoridade de saúde pública imediatamente e siga as suas orientações.

PARA OBTER INFORMAÇÕES SOBRE A COVID-19:

☎ 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus