



EDITAL

De acordo com a Direção Geral de Saúde (DGS), relativamente aos cuidados a ter com o novo coronavírus (COVID-19), alerta para o seguinte:

- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar antes para o **SNS24 (808 24 24 24)** e seguir as suas orientações.

Recomenda-se também:

- **Lavar frequentemente as mãos**, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- **Tossir ou espirrar para o braço** com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Nos 14 dias após o regresso: o promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, sem absoluta necessidade (exceto atividades letivas e profissionais); o evitar cumprimentos com contacto físico.
- **Não acredite** em pessoas desconhecidas que, porventura, possam aparecer para **situações de burla**.

A evolução da situação pode ser acompanhada em www.dgs.pt.

Junta de Freguesia de São Félix, 18 de Março de 2020

