

**QUANDO VAIS A CONSULTAS
OU ÀS URGÊNCIAS,
A TUA VOZ IMPORTA!**

**DIZ O QUE
SENTES
PELA TUA SEGURANÇA!**





FALA!

Se estiveres doente,
com dores ou magoado,
**fala sempre com
um adulto em quem
confies**, explica sempre
o que sentes.

sê um caçador de **VÍRUS** e **bactérias!**

**Lava as mãos
várias vezes ao dia.**

Quando tossires
ou espirrares, fá-lo
para o teu cotovelo
ou um lenço.



FALA PELA TUA SEGURANÇA!

No hospital ou centro de saúde, diz sempre o teu nome completo, a tua data de nascimento e se tens alergias.



REPÚBLICA
PORTUGUESA

SAÚDE



DGS
Direção-Geral
da Saúde



**Plano Nacional
para a Segurança
dos Doentes**
2021 | 2026



**Dia Mundial
da Segurança
do Doente**
17 setembro 2025

não Tenhas medo de responder:

"Dói-me aqui" ou
"estou muito cansado",
quando te perguntarem
como te sentes!

**Se te derem um
medicamento,
pergunta:**

"Para que serve?" e
"Como é que devo tomar?"

E se vires algo que não
te parece seguro...
fala com um adulto!

**sê a
estrela
da segurança
do doente!**