

INFORMAÇÃO

NÚMERO: 003/2020

DATA: 20/02/2020

ASSUNTO: Recomendações para viajantes

PALAVRAS-CHAVE: Novo Coronavírus, COVID-19

PARA: Cidadãos

CONTACTOS: geral@dgs.min-saude.pt

Ex.mos Senhores,

A Direção-Geral da Saúde informa que à data, e seguindo orientações da Organização Mundial da Saúde, não existem restrições de viagens, comércio ou produtos.

O Ministério dos Negócios estrangeiros, através do seu site - <https://www.portaldascomunidades.mne.pt/pt/alertas/coronavirus-2019-ncov-3> - informa sobre viagens à China e a países da região: "Nas presentes circunstâncias, desaconselham-se todas as deslocações à Província de Hubei e viagens não essenciais à China. Esta recomendação tem em conta os potenciais riscos para a saúde e as presentes limitações à circulação no país, incluindo ligações aéreas domésticas e internacionais e recomenda prudência nas viagens a países que se encontram geograficamente próximos da China, que pela sua situação geográfica e condicionalismos locais se encontrem mais suscetíveis a uma disseminação do surto.

A Direção-Geral da Saúde reforça as recomendações de saúde para os viajantes:

- Seguir as recomendações das autoridades de saúde do país;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos parecerem sujas;
- Pode também usar-se em alternativa uma solução à base de álcool;
- Evitar contacto próximo com pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes;
- Evitar contacto com animais;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória:
 - Lave frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;

- Reforce a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Pode também usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Use lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deite os lenços usados num caixote do lixo e lave de seguida as mãos;
- Tussa ou espirre para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evite tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

As pessoas regressadas da China ou de uma área afetada devem estar atentas ao surgimento de febre, tosse e eventual dificuldade respiratória. Se surgirem estes sintomas, não se devem deslocar aos serviços de saúde, mas ligar para o SNS24 - 808 24 24 24, e seguir as orientações que lhes forem dadas. Por regra não se recomenda qualquer tipo de isolamento de pessoas sem sintomas.

Pode acompanhar a evolução da situação www.dgs.pt

Obrigado por nos ajudar a ajudá-lo (a)!



Graça Freitas
Diretora-Geral da Saúde

NOVO | NEW | 新型冠状病毒

CORONAVÍRUS 2019 nCoV



TOSSE
COUGH
咳嗽

FEBRE
FEVER
发烧

DIFFICULDADE RESPIRATÓRIA
SHORTNESS OF BREATH
呼吸困难

+



REGRESSOU DA CHINA?
HAVE YOU RETURNED FROM CHINA?
你从中国回来的吗?

OU
OR
或



CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH
AN INFECTED PATIENT
你有接触过任何患有新型
冠状病毒感染的病人吗?

LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SMS 24 ☎
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

NOVO | NEW | 新型冠状病毒 CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议

| | | |
|---|--|---|
|  |  |  |
| Quando espirar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o antebraço | Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool | Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória |
| When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm | Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution | Avoid close contact with people suffering from respiratory infections |
| 咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或前手臂掩住嘴和鼻子 | 经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手 | 避免与有呼吸道感染患者密切接触 |

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE

IF IN DOUBT, CALL

若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24

808 24 24 24