

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

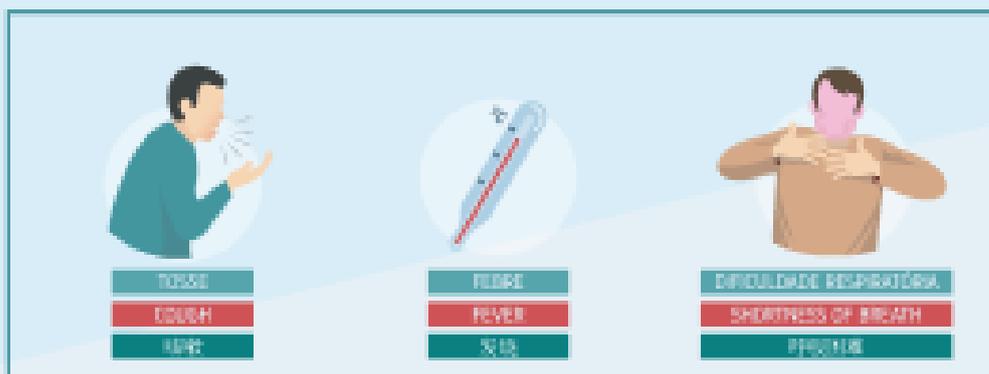
Obrigado por nos ajudar a ajudá-lo (a)!



Graça Freitas
Diretora-Geral da Saúde

NOVO | NEW | 新型冠状病毒

CORONAVÍRUS 2019 nCoV



+



OU
OR
或



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

When coughing or sneezing,
cover your mouth and nose
with tissue paper or with
your forearm

咳嗽或打喷嚏时，用肘部或
前臂掩住嘴巴和鼻子



Lave frequentemente as
mãos com água e sabão
ou use solução à base de
álcool

Wash your hands frequently
with soap and water or an
alcohol-based solution

经常用肥皂水或含酒精的
溶液洗手



Evite contacto próximo
com pessoas com infeção
respiratória

Avoid close contact with
people suffering from
respiratory infections

避免与有呼吸道感染的患
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