

COVID-19

Que cuidados devo ter durante o internamento?



Lavar frequentemente as mãos!

Use água e sabão ou uma solução de base alcoólica, durante 20-30 segundos. Tenha especial cuidado à chegada ao internamento, antes e depois de tocar na criança, após espirrar, assoar, tossir, ir à casa-de-banho ou mudar as fraldas.

Evitar tocar na cara.

Cumprir a etiqueta respiratória: ao tossir ou espirrar, tape a boca com o antebraço ou utilize um lenço descartável.



Evitar o contacto social. Não interaja com outras crianças ou cuidadores durante o internamento.

Deve usar máscara durante todo o tempo de permanência no internamento e deve ter cuidado na manipulação da máscara. Pode ser veículo de transmissão do vírus e criar uma falsa sensação de segurança.



Lavar e/ou desinfetar todos os objetos que traz consigo para o internamento. Podem ser veículo de transmissão do vírus. **Tente trazer apenas o essencial.**

Caso desenvolva sintomas (**tosse, secreções nasais ou febre**) ou tenha conhecimento de contacto com alguém com COVID-19 deve avisar de imediato os enfermeiros e ligar para a **Saúde 24 (808 24 24 24)**



Links úteis

Para mais informação:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>

<https://covid19.min-saude.pt/>

Situação mundial:

<https://www.worldometers.info/coronavirus>

Cuide de si para podermos cuidar de todos!

