médis

COVID-19

A IMPORTÂNCIA DE PREVENIR, ESCLARECER E APOIAR

A pandemia do COVID-19 colocou-nos, enquanto sociedade, em estado de alerta.

É UM DEVER DE TODOS CONHECER E COLABORAR NAS MEDIDAS DEFINIDAS PARA **O CONTROLO DESTA DOENÇA**.

O COVID-19 é um novo vírus da família dos coronavírus.

A transmissão é feita de pessoa a pessoa a partir de gotículas provenientes, por exemplo, de saliva, tosse ou espirros.

QUAIS OS SINTOMAS?

De acordo com a Direção-Geral de Saúde, os três principais sintomas são:

Febre superior 37,5°C

Tosse

Dificuldade respiratória

GRUPOS DE RISCO

- Idosos
- Pessoas com doenças crónicas, como **diabetes, doenças pulmonares** e **doenças cardíacas**.

COMO PODE A MÉDIS AJUDAR?

Se apresentar sintomas de COVID-19, contacte a linha SNS 24:

808 24 24 24

Caso não consiga ser atendido pelo SNS24, a Linha Médis através de uma equipa experiente esclarece-o sobre a doença e nos cuidados a ter.

Linha médis	218 458 888

Disponível **24 horas** por dia, **todos os dias.**

COMO PREVENIR?

Recorde as 3 grandes medidas de proteção que deve aplicar para minimizar as possibilidades de contágio.

Lavar as mãos com regularidade durante 20 segundos e usar solução antissética à base de álcool.

Lave as mãos sempre que se assoar, espirrar, tossir ou entrar em contacto direto com pessoas doentes.

Sempre que espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com o antebraço ou com um lenço de papel. Deite sempre o lenço de papel no lixo após utilização.

Evite ainda tocar na cara com as mãos.

Manter distância sobretudo com pessoas com infeções respiratórias.

Evite multidões, a partilha de objetos e opte por se manter em casa.

APOIAR E CUIDAR DA SUA SAÚDE, TAMBÉM É **SERVIÇO PESSOAL DE SAÚDE®**

www.medis.pt