

# COVID-19: O QUE FAZER...

## ... SE TIVER SINTOMAS

**TOSSE, FEBRE, DIFICULDADE RESPIRATÓRIA, DOR DE GARGANTA, DOR NO PEITO, SONOLÊNCIA, DIARREIA, VÔMITOS**



- Se estiveres em casa, avisa a tua família e não saias. Mantém-te isolado.
- Se estiveres na escola, avisa um professor. Serás encaminhado para uma sala especial.
- Nunca tires a máscara sem autorização.
- Vais ter de fazer um teste numa farmácia ou num laboratório.
- Não fiques assustado e pensa positivo. Num instante estarás de volta à escola!

## ... SE TIVER COVID-19

- Se não tiveres sintomas ou se os sintomas forem ligeiros, ficas em isolamento 7 dias.
- Se tiveres sintomas moderados, saís do isolamento ao fim de 10 dias.
- Em ambos os casos, voltas à escola sem precisares de repetir teste.

## ... SE TIVER ESTADO COM UMA PESSOA INFETADA

- Se é uma pessoa que vive contigo:
  - . Vais ter de ficar isolado durante 7 dias, e o teu encarregado de educação terá de avisar a escola.
  - . Terás de fazer 2 testes (um até ao 3.º dia e outro ao 7.º dia).
  - . Se o segundo teste continuar negativo, terás alta.
  - . Se tiveres tido COVID-19 há menos de 180 dias, não ficas isolado e só terás de fazer um teste até ao 3.º dia e vigiar sintomas.
- Se a pessoa não viver contigo, só tens de ficar atento aos sintomas, e fazer um teste até ao 3.º dia.

