

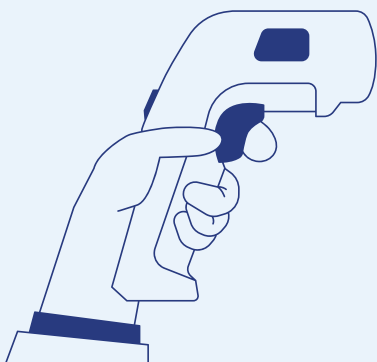
PROCEDIMENTOS DE AUTO- QUARENTENA



A auto-quarentena é recomendada para indivíduos que foram diretamente expostos ao novo Coronavírus ou têm histórico de viagens em áreas infectadas ou densamente povoadas.

FICAR EM CASA

Limite todas as viagens, a menos que saia para comprar comida, remédios e outros itens essenciais



VERIFIQUE A SUA TEMPERATURA

pelo menos duas vezes ao dia

CUIDADO COM OUTROS SINTOMAS

Os sintomas do COVID-19 incluem febre, tosse, dificuldade para respirar e fadiga





PRATIQUE O DISTANCIAMENTO SOCIAL

Se você precisar sair,
mantenha pelo menos 2 m
(6 pés) de distância dos
outros

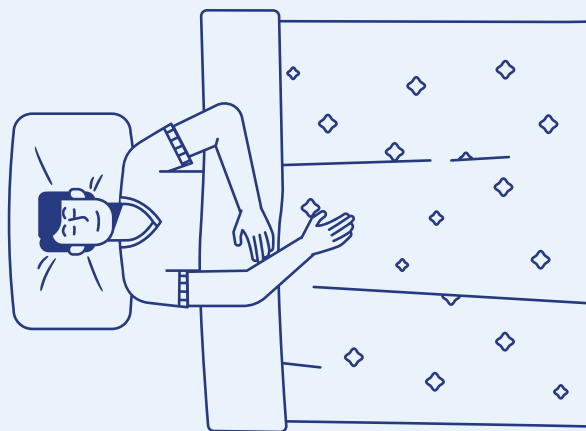


LAVE SUAS MÃOS COM SABÃO E ÁGUA

Você também pode usar
álcool ou desinfetante para
as mãos

FIQUE EM UMA SALA DESIGNADA

e usar o banheiro /
banheiro designado, se
possível



LIGUE PARA O SEU MÉDICO OU HOSPITAL ANTES DE O VISITAR

Se você precisar de atenção médica (seja por
sintomas virais ou outros motivos de cuidados
médicos), entre em contato com seu médico ou
hospital com antecedência para que eles possam se
preparar e tomar precauções para sua chegada

**FIQUE EM CASA!
DELÍCIAS DA POLI**