

Indicações de Vigilância Passiva (Autovigilância)

Informa-se que foi identificado um **caso de COVID-19** na instituição / escola. No seguimento da avaliação de risco, foi determinado que os contactos próximos de alto risco terão de cumprir isolamento profilático, de acordo com as instruções da Autoridade de Saúde.

Os restantes alunos e funcionários, em que se inclui, foram identificados como **contactos de baixo risco** e deverão ficar em **vigilância passiva** até o 14º dia após a última exposição

DEVE:



Reforçar a Autovigilância de sintomas compatíveis com COVID-19: aumento da temperatura, tosse de início recente ou agravada, dores de cabeça, dores musculares, dificuldade em respirar, cansaço, alterações do paladar ou do olfato, falta de apetite, congestão ou obstrução nasal, dores de garganta, dores no peito, abdómen ou outras, enjoos, vômitos ou diarreia, fraqueza, irritabilidade, alterações na pele ou nos olhos, entre outros



Medir e registar a temperatura corporal, duas vezes por dia



Implementar rigorosamente as medidas de **distanciamento, higiene das mãos, etiqueta respiratória e utilização de máscara**, dentro do possível inclusive no domicílio, quando com outras pessoas. **Proteger especialmente os mais vulneráveis** ou com condições associadas a COVID-19 mais grave: mais idosos, com obesidade, imunossupressão ou poucas defesas, cancro ativo, diabetes, doença crónica respiratória, cardíaca, hepática ou renal, entre outras



Não frequentar locais com aglomerações de pessoas. Limitar os contactos com outras pessoas, reduzindo as deslocações ao indispensável (ex: trabalho, escola, casa) e só se não tiver sintomas



Autoisolar-se e contactar o SNS 24 (808 24 24 24) se surgirem sintomas, informando o Médico de Família e os responsáveis na escola (que informarão a Autoridade de Saúde)



Efetuar teste se indicado pela Autoridade de Saúde ou outros profissionais. Nesse caso, receberá a prescrição no telemóvel (para agendar num laboratório à escolha) ou informação sobre como proceder

Seja um agente de Saúde Pública!

Cumpra sempre as medidas de prevenção da transmissão de COVID-19:

- **Distanciamento físico**
- **Uso obrigatória de máscara**
- **Lavagem e desinfecção frequente das mãos**

