

Medidas de Higiene Básicas

- Lavar as mãos com frequência com água e sabão durante pelo menos 20 segundos.
- Usar lenços de papel para se assoar.
- Deitar os lenços de papel usados no lixo e lavar as mãos de seguida.
- Reforçar a lavagem das mãos antes e depois das refeições e após usar a casa de banho.
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.
- Contactar a linha SNS 24 (808242424) se apresentar sintomas: febre, tosse e dificuldades respiratórias.