

# INFORMAÇÃO

NÚMERO: 005/2020

DATA: 27/02/2020

Maria da Graça  
Gregório de Freitas

Digitally signed by Maria da Graça  
Gregório de Freitas  
DN: c=PT, o=Direção-Geral da Saúde,  
ou=Maria da Graça Gregório de Freitas  
Date: 2020.02.27 06:55:35 Z

---

ASSUNTO: Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo corona

PALAVRAS-CHAVE: Novo coronavírus; COVID-19.

PARA: Cidadãos

CONTACTOS: geral@dgs.min-saude.pt

---

Às **crianças, jovens e adultos** que regressem de **uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus**, como o Norte de Itália, China, Coreia do Sul, Singapura, Japão ou Irão, a Direção-Geral da Saúde informa que à data, seguindo orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), não existem restrições à sua estadia no nosso país.

No entanto, aconselha-se, nos próximos 14 dias:

- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar para o SNS24 (800 24 24 24);
- Seguir as orientações do SNS24.

Recomenda-se também:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos ou as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Evitar permanecer em locais fechados e muitos frequentados nos 14 dias após o regresso;
- Evitar contacto físico com outras pessoas durante 14 dias após o regresso.

A evolução da situação pode ser acompanhada em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

Estas medidas enquadram-se na Emergência de Saúde Pública Internacional declarada pela OMS, na sequência da epidemia por um novo coronavírus. Os Países aumentaram a sua vigilância para diagnosticar rapidamente possíveis novos casos de COVID-19.

Obrigado por nos ajudar a ajudá-lo (a)!



Graça Freitas  
Diretora-Geral da Saúde