

O Que é Isolamento Social?



Isolamento Social é para pessoas que já estão doentes e testaram positivo para COVID-19. Todos que moram em sua casa devem ficar em casa se alguém em sua casa tiver um resultado positivo para COVID-19.

Isolamento Social é para pessoas que estão doentes, mas que não estão doentes o suficiente para ir ao hospital. O seu médico pode pedir para você se recuperar em casa. O isolamento mantém as pessoas doentes afastadas das saudáveis e impede a propagação da doença. Mesmo em sua casa, você deve tentar ficar o mais longe possível dos outros. Ficar em Casa EXCETO para obter ajuda médica.

Isolamento Social significa:



Ficar em Casa



Se Você está Doente e Precisa estar Menos de 2 Metros de Alguém em Sua Casa, Ambos Precisam Usar Uma Máscara Médica



Fique em um Quarto Diferente dos Outros em Sua Casa



Use um Banheiro Diferente



Limpa superfícies que são tocadas com frequência (p.e. maçanetas, interruptores de luz, puxadores de vaso sanitário, lavatórios, bancadas, e qualquer coisa de metal).



Esforce-se para não usar os mesmos itens pessoais que os outros

O Que é Isolamento Social?

O que devo fazer se eu testar positivo para COVID-19?

Você precisa se isolar até que esteja sem febre e melhore por pelo menos três dias, e faz pelo menos sete dias de que você ficou doente.

E os outros em minha casa?

Fique isolado o máximo possível. As outras pessoas em sua casa devem colocar em quarentena por pelo menos 14 dias desde a última vez que estiveram ao seu redor. Todos em sua casa devem colocar em quarentena até que todos fiquem melhores.

Nem todos será testado para COVID-19.

A propagação de COVID-19 está mudando rapidamente em Utah. Nem todo mundo que fica doente precisa ser testado para COVID-19. Um médico decidirá se você precisa fazer o teste. Um médico também pode testá-lo para outras doenças (como a gripe) antes de testar para COVID-19. Se você tiver sintomas como febre, tosse seca, ou dificuldade de respirar, CHAME um médico. Você e todos em sua casa devem se isolar até que todos estejam melhor.

Se você tem sintomas de emergência, chame seu médico imediatamente. Alguns dos sintomas de emergência incluem*:



**Dificuldade em Respirar
ou Falta de Ar**



**Dor ou Pressão no
Peito que não
Desaparecem**



**Sentindo-se Confuso
ou Não Conseguir
Acordar Facilmente**



**Se seus Lábios ou
Rosto Parecerem
Azuis**

*Estes não são todos os sintomas de emergência. Ligue para o seu médico se estiver preocupado.



Lave suas mãos com água e sabonete por 20 segundos..

- Depois de tossir ou espirrar
- Depois de tocar em superfícies que são tocadas com frequência (p.e. maçanetas, interruptores de luz, puxadores de vaso sanitário, lavatórios, bancadas, e qualquer coisa de metal).
- Antes de cozinhar ou comer e depois de usar o banheiro.