



DICAS

Desconfinamento

Cuidados preventivos
que deve continuar a cumprir

Os primeiros dias de **desconfinamento não fizeram subir a curva epidemiológica** em Portugal, **mas isso não significa que se possa facilitar e ignorar as medidas recomendadas** pelas DGS.

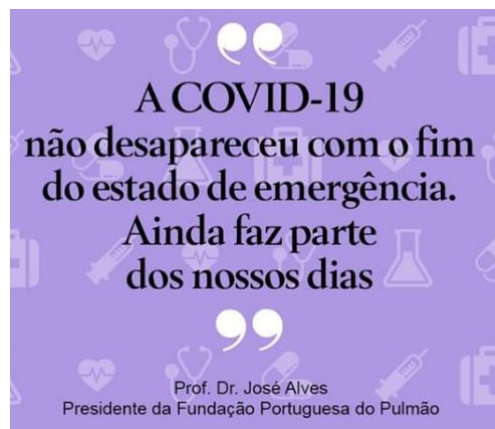
O Clube vem recordar os cuidados que deve continuar a ter de acordo com as entidades de saúde nacionais:

- 1. Continue a lavar as mãos frequentemente;**
- 2. Continue a proteger a boca e o nariz ao tossir ou espirrar;**
- 3. Continue a evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos;**
- 4. Continue a manter a distância social;**
- 5. Continue a usar a máscara cirúrgica de acordo com o que foi estabelecido;**
- 6. Continue a privilegiar as informações das fontes oficiais [Micro site DGS COVID-19](#);**
- 7. Cumpra o isolamento profilático voluntário;**
- 8. Em caso de dúvida, ligue para o SNS24 (808 24 24 24).**



«A lavagem das mãos é a medida mais efetiva para prevenir a infeção por SARS-CoV-2»

(in site Prevenir / Paciente Inteligente > Literacia em Saúde)



(in Instagram PREVENIR)



(in Instagram PREVENIR)

#Fiquealerta #Estamosjuntos

Fonte: <https://www.prevenir.pt/paciente-inteligente/literacia-em-saude/covid-19-formas-de-prevencao/>
https://www.instagram.com/p/CAKLwxQhMSW/?utm_source=ig_embed

(O Clube não tem qualquer interesse direto ou indireto nas marcas/ empresas/ entidades indicadas)

e-mail: clubemillenniumbcp@millenniumbcp.pt

Tel. internos - Delegação Norte: 7040070 | Delegação Sul: 7131020
Calçada de Palma de Baixo, 6A (Edif. Palma) • 1600-176 LISBOA • Tel. 211 131 020 • Fax. 211 101 234
Rua Sá da Bandeira, 135 • 4000-433 PORTO • Tel. 220 040 070 • Fax. 220 023 992

www.clubemillenniumbcp.pt