

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 09.11.20

Para aqueles que foram instruídos a ficar em quarentena ou isolamento domiciliar

A maioria das pessoas que desenvolvem doença por coronavírus (COVID-19) sofre apenas de sintomas ligeiros, mas algumas pessoas podem ficar muito doentes. Por esta razão, estamos a tentar conter a propagação da infeção na população. Alguns são instruídos pelo médico a ficar em casa.

- Aqueles que foram diagnosticados com COVID-19 devem ser completamente isolados de outras pessoas.
- Aqueles que não tenham sido diagnosticados com COVID-19, mas podem ter sido expostos a uma infeção, devem ficar em quarentena.
- A quarentena também se aplica a quem chega à Noruega de diversos países.

O que é isolamento domiciliar?

Se foi diagnosticado com COVID-19 por um médico ou se está a aguardar o resultado do teste, deve manter-se completamente isolado para não infetar outras pessoas. O isolamento domiciliar significa que deve estar isolado de todos, incluindo as pessoas com quem vive. Não pode sair de casa, deve permanecer sozinho num quarto, comer no quarto e não partilhar toalhas com mais ninguém. Se o seu estado piorar, entre em contacto com o serviço de saúde pelo telefone 116 117. Também é possível ficar isolado no hospital. O isolamento dura até o médico indicar que não é mais infeccioso ou até.

O que é quarentena?

Se um médico lhe informou que não está doente, mas que teve exposição significativa à infeção, deve entrar em quarentena. O mesmo se aplica a quem chega à Noruega de diversos países. Deve ficar em casa ou em outro local adequado, mas a quarentena não é tão rigorosa como o isolamento domiciliar. A quarentena significa que deve reduzir ao máximo o contacto com outras pessoas, mas não precisa de ficar completamente isolado. Não deve ir à escola, ao trabalho, ou a outras atividades. Não pode viajar de transportes públicos (autocarro, elétrico, metro, comboio, avião ou ferry), mas pode fazer caminhadas sozinho. Se começar a tossir, desenvolver uma infeção na garganta, tiver febre ou sentir dificuldade em respirar, é importante que entre em contacto com o serviço de saúde pelo telefone 116 117. O teste de COVID-19 é gratuito na Noruega.

A quarentena dura 10 dias após a sua chegada à Noruega ou após a sua última exposição a uma infeção.

Informasjon til deg som har fått beskjed om å holde deg hjemme
Språk: Portugisisk/Português

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 09.11.20

Mantenha-se atualizado! As autoridades pedem a todos os residentes na Noruega que leiam as informações pertinentes e as recomendações sobre o coronavírus em www.fhi.no e www.helsenorge.no. As recomendações estão sujeitas a alterações. As informações estão disponíveis em norueguês e inglês. Se achar difícil entender as informações, aconselhamos que peça ajuda a alguém.