


Um manual que explica “Como ficar em casa?”

Quando ficar em casa ?

SARS-CoV-2 é o nome do novo coronavírus, detetado na China no final de 2019, que significa “Síndrome Respiratória Aguda Grave Coronavirus 2”.


A Covid-19 é a doença provocada pela infeção pelo coronavírus SARS-CoV-2. Este vírus propaga-se rápido e pode ser transmitido sem que o doente apresente sintomas, tornando-se muito importante prevenir e evitar o contágio.


Mais info aqui:



	Distanciamento Social	Isolamento Profilático	Isolamento
Quem?	Pessoas não expostas ao vírus, principalmente as de grupos de risco (idosos, doentes crónicos, grávidas).	Pessoas expostas ao vírus, mas sem sintomas.	Pessoas que testaram positivo ou suspeitam estar infetadas.
Quanto tempo?	Indeterminado	14 dias	Depende. 10 dias (mínimo)
Com quem Interagir?	Colegas de quarto, familiares e pequenos grupos de amigos.	Não ter contacto com ninguém. Se possível, ficar num quarto isolado, seguindo as recomendações aqui apresentadas.	
O que fazer?	Cancelar todos os encontros e eventos sociais.	Estabelecer contacto com o mínimo de pessoas possível.	
Como conviver?	Estar apenas com pequenos grupos, tendo todos os cuidados básicos pessoais.	Sair de casa só em caso de emergência. Não interagir com as pessoas que o rodeiam. Manter a distância e seguir as recomendações aqui apresentadas.	

3 passos / 2 metros





O projeto “Como ficar em casa?”, coordenado pela investigadora Joana Lages, do DINÂMIA-CET, ISCTE e realizado no âmbito do programa Gender Research For Covid 19, acaba de lançar um manual explicativo que clarifica graficamente as principais medidas a adotar em tempo de pandemia nos diferentes contextos e situações habitacionais. O manual sublinha ainda a importância da igual distribuição de medidas e cuidados a ter em casa, fomentando a coresponsabilização entre todas as pessoas com quem se vive. Este guia está disponível em português, bem como em árabe, crioulo de Cabo Verde, Inglês e, ainda, em Nepalês e Urdu, graças à colaboração da equipa de tradução do Alto Comissariado para as Migrações. “Como ficar em casa?” é um projeto de investigação ao abrigo do programa Gender Research for COVID 19, promovido pela Fundação para a Ciência e Tecnologia, pela Secretária de Estado para a Cidadania e a Igualdade e pela CIG. Visite o site do projeto (<https://comoficaremcasa.pt/manual/>) e faça o download dos ficheiros: <https://we.tl/t-nMSzikLRgY>