



COVID-19: e agora?

AS RESPOSTAS QUE PRECISA EM LINGUAGEM ACESSÍVEL

Informação útil e credível para saber o que fazer quando tem sintomas, um teste positivo ou contacto com um caso confirmado de COVID-19.

1

Aceda ao site
covid19.uphill.pt
e clique em "Iniciar"

2

Escolha as opções de
resposta de acordo com
a sua situação

3

Leia as recomendações
mais adequadas para si
e saiba o que fazer

ESTEJA BEM INFORMADO



A ciência e as regras mudam.
Tem dúvidas sobre o que fazer?
Não se preocupe! Aqui, está tudo
atualizado.

AJUDE O SEU MÉDICO A AJUDÁ-LO



Saiba antecipadamente quais as
perguntas que o seu médico lhe vai
fazer, as datas e outros detalhes
relevantes e prepare a informação.

ESTIVE EM CONTACTO COM UM CASO CONFIRMADO



- Sou contacto de alto risco ou baixo risco?
- Estou vacinado. Preciso de fazer teste PCR?
- Quantos dias devo ficar em isolamento?

[ESCLARECER
DÚVIDAS](#)

ESTOU COVID-19 POSITIVO



- Fiz um auto-teste positivo. O que faço agora?
- Não tenho sintomas. Quando tenho alta?
- Preciso de baixa médica. Como obter?

[ESCLARECER
DÚVIDAS](#)

INFORME-SE E SIGA AS RECOMENDAÇÕES

Esta é uma plataforma puramente informativa destinada a simplificar o acesso informação credível para esclarecer dúvidas no âmbito da COVID-19. Todas as recomendações divulgadas são inteiramente baseadas nas orientações da Organização Mundial da Saúde, Centro de Controle e Prevenção de Doenças e da Direção-Geral da Saúde. Não substitui o aconselhamento médico e a consulta da documentação oficial das autoridades de saúde em Portugal. **Em caso de emergência, ligue 112.**