



**Doença da coronavírus (COVID-19): Para viajantes assintomáticos retornando ao Canadá
Você pode ter sido exposto ao vírus que causa a COVID-19
Quarentena mandatória (auto-isolamento mandatório)**

O Governo do Canadá adotou medidas de emergência para reduzir a introdução e a propagação da COVID-19 no Canadá. Todas as pessoas que entrarem no Canadá **DEVEM FICAR EM QUARENTENA (auto-isolamento) por 14 dias e se monitorarem para a apresentação de sintomas** sujeito à *Minimização do Risco de Exposição à COVID-19 por Ordem do Canadá (Isolamento mandatório)*.

Sua conformidade com esta Ordem está sujeita ao monitoramento, verificação e imposição. As pessoas que violarem essa Ordem podem ser retidas em uma instalação para quarentena, além de imposição de multas e/ou prisão.

- Dirija-se diretamente ao seu local de quarentena sem demora e permaneça nesse local por 14 dias a partir da data que você chegar ao Canadá. Não visite nenhum estabelecimento da comunidade.
- Você poderá usar transporte público, mas não deverá realizar nenhuma parada desnecessária no caminho de sua casa e deverá praticar distanciamento físico (social) sempre. Se tiver utilizando um transporte particular:
 - Permaneça no veículo o máximo possível.
 - Não faça nenhuma parada desnecessária no caminho.
 - Se precisar de gasolina, pague diretamente na bomba de gasolina.
 - Se precisar de alimento, use um *drive through*.
 - Se precisar usar uma área de descanso ou um hotel, não se esqueça de praticar o distanciamento físico e boa higiene.

Você deve monitorar sua saúde por 14 dias

- Febre
- Tosse
- Dificuldade em respirar





Se começar a apresentar sintomas da COVID-19 (tosse, dificuldade em respirar, febre igual ou superior a 38°C, ou sinais de febre tais como arrepios, coramento da pele, suor excessivo):

- Isole-se de outras pessoas.
- Telefone imediatamente para um profissional de cuidados médicos ou autoridade de saúde pública e descreva seus sintomas e histórico de viagem, e siga suas instruções.

É muito importante que você:

- Mantenha sempre uma distância de dois metros de outras pessoas (distanciamento físico).
- Não receba visitantes.
- Peça para alguém comprar itens essenciais como compras de mercado ou medicamento para você.
- Permaneça em um local privado, como o seu quintal ou sua varanda, se desejar sair para tomar um ar fresco.
- Lave as mãos frequentemente com água e sabão, por no mínimo 20 segundos ou, se não estiver disponível, use um gel desinfetante para mãos à base de álcool.
- Evite tocar no rosto.
- Cubra a sua boca e nariz com seu braço ao tossir ou espirrar.
- Limpe e desinfete superfícies regularmente.
- Siga as instruções fornecidas e on-line em: www.canada.ca/en/public-health/services/publications/diseases-conditions/coronavirus-disease-covid-19-how-to-self-isolate-home-exposed-no-symptoms.html



Autoridades de Saúde Pública		
Províncias e Territórios	Número de telefone	Website
Colômbia Britânica	811	www.bccdc.ca/covid19
Alberta	811	www.myhealth.alberta.ca
Saskatchewan	811	www.saskhealthauthority.ca
Manitoba	1-888-315-9257	www.manitoba.ca/covid19
Ontário	1-866-797-0000	www.ontario.ca/coronavirus
Quebec	1-877-644-4545	www.quebec.ca/en/coronavirus
New Brunswick	811	www.gnb.ca/publichealth
Nova Scotia	811	www.nshealth.ca/public-health
Prince Edward Island	811	www.princeedwardisland.ca/covid19
Newfoundland and Labrador	811 ou 1-888-709-2929	www.gov.nl.ca/covid-19
Nunavut	1-867-975-5772	www.gov.nu.ca/health
Northwest Territories	911	www.hss.gov.nt.ca
Yukon	811	www.yukon.ca/covid-19



Provisões especiais

- Exceções poderão ser feitas para determinados indivíduos ou tipos de trabalhadores que fornecem serviços essenciais.
- Trabalhadores nesses setores devem contactar seus empregadores para instruções específicas, manter sempre uma distância de dois metros de outras pessoas, monitorar-se de perto para a apresentação de sintomas e seguir as instruções fornecidas acima no caso de apresentarem sintomas.