

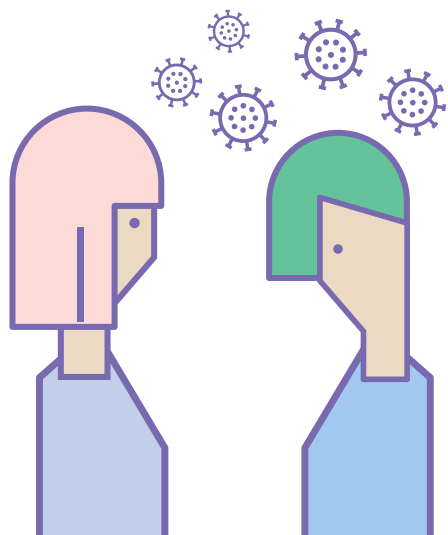
Per què és tan important detectar de forma precoç els casos de COVID-19 i els seus contactes estrets?

/ La detecció precoç de les **persones amb COVID-19** i la ràpida identificació i aïllament dels **contactes estrets** és fonamental per **tallar la cadena de transmissió i evitar possibles nous brots**.

/ A més, d'aquesta manera se'ls pot fer el **seguiment dels símptomes** i indicar-los l'**aïllament preventiu**, així com realitzar-los la **prova diagnòstica** d'estudi per detectar possibles **casos asimptomàtics de COVID-19**.

Què és un contacte estret?

/ Els **contactes estrets** són les persones amb qui **s'ha compartit espai a menys de 2 metres** de distància, **durant més de 15 minuts**, **sense mascareta** i des de les **48 hores prèvies** a l'inici dels símptomes.



Recursos sanitaris a la teva disposició

Dona't **d'alta** a l'espai de salut digital **La Meva Salut**:



- ▶ a través d'aquest formulari lamevasalut.gencat.cat/alta

Si tens símptomes, has de:

- ▶ contactar amb el teu **centre d'atenció primària**,
- ▶ trucar al **061** Respon /Salut
- ▶ o fer una eConsulta a través de **La meva /Salut**

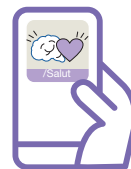
Fes seguiment dels símptomes:

- ▶ descarrega't l'aplicació **STOP COVID19 CAT**



Cuida la teva salut emocional:

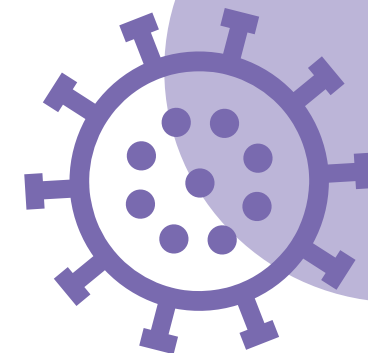
- ▶ accedeix a aquest enllaç **GestioEmocional.cat**



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus



2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut. DL B 22279-2020



Tallem
la **cadena de transmissió**
de la **COVID-19**:
detecció precoç
de casos
i seguiment de
contactes estrets

Què he de fer en cas de tenir símptomes de COVID-19?



/ Si tens febre, tos, sensació de falta d'aire, malestar general, diarrees o vòmits, has de:

▶ **contactar amb el teu centre d'atenció primària,**

▶ **trucar al 061** /Salut Respon

▶ **o fer una eConsulta a través de** La meva /Salut

/ El teu **metge o metgessa avalua els símptomes** i, **si és necessari, et fa una prova diagnòstica.**



/ Podràs consultar els resultats a través de **La Meva Salut.**

Què he de fer en cas de ser un cas sospitós?



▶ **Si ets un cas sospitós,** cal que identifiquis les persones amb qui has estat en contacte des de les 48 hores prèvies a l'inici dels símptomes o de la realització de la prova.

▶ Ho podràs fer a través del **Gestor/a COVID** o amb l'accés a **ContacteCovid.cat** que rebràs a través d'un SMS.

I si es confirma que soc un cas de COVID-19?



/ Si ets un cas **positiu de COVID-19,** se't notificarà a través del teu **centre de salut.** També rebràs un **SMS** de **ContacteCovid.cat,** des d'on pots reportar els teus contactes estrets, fer el seguiment dels símptomes, saber com aïllar-te al domicili i com tramitar la baixa laboral, si la necessites.

/ Els **professionals sanitaris** també t'informaran i et faran el seguiment.

/ Trobaràs els resultats de les proves a **La Meva Salut.**

1

/ Has de reportar els teus contactes estrets a través dels **Gestors COVID** i/o de l'eina **ContacteCovid.cat.**



2

/ Has de fer **aïllament domiciliari** fins que els professionals sanitaris t'ho indiquin, i se t'informarà de com fer-ho.



3

/ Has de **fer seguiment i vigilància dels símptomes dos cops al dia** a través de l'**app STOP COVID19 CAT.** Si no pots fer servir l'app, cal que et **prenguis la temperatura 2 cops al dia.**



4

/ Si els teus símptomes empitjoren, **truca al 061** o posa't en contacte amb el teu **professional sanitari** a través de l'**eConsulta de La Meva Salut.**

5

/ En **el cas que sigui necessari** tramitar la **baixa laboral,** ho pots fer a través de l'eConsulta de La Meva Salut.



Què passa si soc un contacte estret?



/ Sabràs si ets un **contacte estret** d'una persona amb COVID-19 mitjançant una **trucada telefònica** i un **SMS** de l'eina ContacteCovid.cat.

/ Has de **fer aïllament preventiu durant els 10 dies següents** al contacte amb el cas diagnosticat, **tant si ets positiu com negatiu.**



/ Ens posarem en contacte amb tu per tal de programar una **prova diagnòstica.**

/ Cal que **facis seguiment dels teus símptomes** a través de l'**app STOP COVID19 CAT, dos cops al dia.**



/ **Si presentes símptomes,** has de:

▶ **contactar amb el teu centre d'atenció primària,**

▶ **trucar al 061** /Salut Respon

▶ **o fer una eConsulta a través de** La meva /Salut

/ **Si estàs treballant** i no ho pots fer **des de casa,** rebràs la informació per tramitar la **baixa laboral.**

/ Si **en finalitzar el confinament** no has tingut cap símptoma, és el teu **professional sanitari** qui t'informa quan pots retornar a la teva rutina habitual.



Recorda: la detecció, la ràpida identificació i l'aïllament dels contactes estrets és fonamental per mantenir el control de la pandèmia.