

ANNEX3.-EL TRÍPTIC DE SEGUIMENT DE CONTACTES

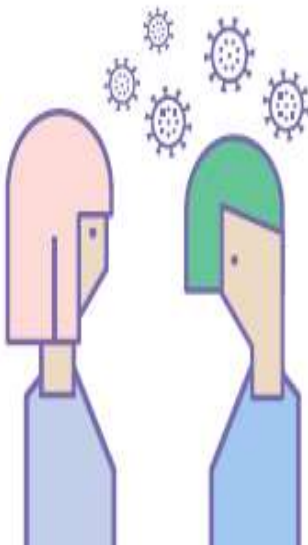
Per què és tan important detectar de forma precoç els casos de COVID-19 i els seus contactes estrets?

/ 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/Salut Respon**
- ▶ 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



Tallem
la **cadena de transmissió**
de la **COVID-19**:

detecció precoç
de casos
i seguiment de
contactes estrets