

CORONAVÍRUS (COVID-19)

CORONAVÍRUS (COVID-19)

Informações/Orientações

O que é o Coronavírus?

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção por estes provocada pode ser semelhante à de uma gripe comum ou apresentar-se sob a forma de uma doença mais grave, da qual é exemplo a pneumonia.

Como se transmite?

Sabe-se, até à data, que são transmitidos por gotículas respiratórias, contacto direto com secreções infetadas e aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem.

Quais os sinais e sintomas?

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda, como febre, tosse e dificuldade respiratória.

O período de incubação da doença pode variar entre 2 a 14 dias.

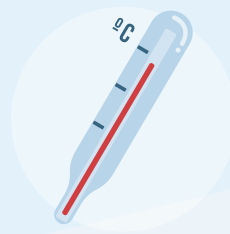
Existe vacina?

Não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção. Estão em curso as investigações para o seu desenvolvimento.



TOSSE

COUGH



FEBRE

FEVER



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

SHORTNESS OF BREATH



REGRESSOU DE ALGUMA DAS
ÁREAS AFETADAS?

HAVE YOU RETOURNED FROM ANY
AFFECTED AREAS?

OU
OR



CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO

HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH
AN INFECTED PATIENT

LIGUE PARA
PLEASE CALL

SNS 24

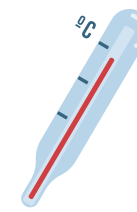
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP



TOSSE

COUGH



FEBRE

FEVER



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

SHORTNESS OF BREATH



REGRESSOU DE ALGUMA DAS
ÁREAS AFETADAS?
HAVE YOU RETOURNED FROM ANY
AFFECTED AREAS?

OU
OR



CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH
AN INFECTED PATIENT

Avaliação de Risco

O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) considera que a probabilidade de transmissão secundária na União Europeia/Espaço Económico Europeu é baixa, desde que sejam cumpridas as práticas adequadas de prevenção e controlo de infeção.

Medidas de Prevenção e Controlo

Como posso proteger-me?

A Organização Mundial de Saúde (OMS) e a Direção-Geral de Saúde (DGS) recomendam medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão de doença:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos parecerem sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar, de seguida, as mãos;
- Tossir ou espirrar para o braço, com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Evitar permanecer em locais fechados e muito frequentados;
- Evitar contacto físico com outras pessoas.

Aconselha-se, ainda a:

- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto desenvolve sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nas pessoas com quem convive), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde: telefonar para a Saúde 24 (808 24 24 24) e seguir as orientações transmitidas.

LAVAR AS MÃOS PROCEDIMENTO



Molhe as mãos com água.



Aplique a quantidade de sabonete líquido suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.



Esfregue as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



Esfregue a palma direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e vice-versa.



Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais



Esfregue o dorso dos dedos de uma das mãos com a palma da mão oposta, com movimentos vai e vem, segurando os dedos, e vice-versa.



Esfregue o polegar esquerdo, utilizando-se de movimento circular, com o auxílio da palma da mão direita e vice-versa.



Friccione, fazendo movimento circular, as polpas digitais e as unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, e vice-versa.



Friccione, fazendo movimento circular, as polpas digitais e as unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, e vice-versa.



Enxague bem as mãos com água.



Seque as mãos com dispositivo de secagem das mãos ou com toalhete descartável.

COVID-19