

CORONAVÍRUS (COVID -19)

Esclareça as suas dúvidas e proteja-se.

■ O que é COVID-19?

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan.

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infecção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

■ Como se transmite?

A transmissão do COVID-19 faz-se por:

- Contacto próximo com pessoas infectadas pelo vírus;
- Superfícies contaminadas;
- Objetos contaminados.

Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir directamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objectos ou superfícies que rodeiam a pessoa infectada. Por sua vez, outras pessoas podem infectar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

■ Quais os sintomas?

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

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

■ Como se proteger?

Nas áreas afectadas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene e etiqueta respiratória para reduzir a exposição e transmissão da doença:

Adoptar medidas de etiqueta respiratória:

- Tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o cotovelo, nunca com as mãos; deitar sempre o lenço de papel no lixo);
- Lavar as mãos frequentemente. Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto directo com pessoas doentes;
- Evitar contacto próximo com pessoas com infecção respiratória.

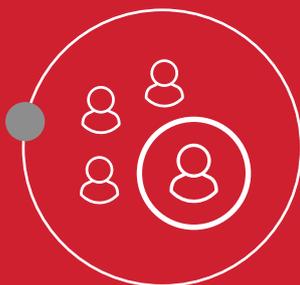
RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool.



Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo.



Se regressou de uma área/ país afetado, evite contacto próximo com outras pessoas.



Se apresentar sintomas ou se tiver dúvidas, fale connosco.

A consulta médica por Video-chamada permite ter acesso a um médico de Medicina Geral e Familiar. Este serviço é gratuito e está disponível de 2^a a 6^a feira, das 09h às 19h.

Cuide de todos, cuidando de si!

Contacte o SNS24 e siga as orientações.

808 24 24 24

Informação em constante actualização, consulte o site da DGS.

<https://covid19.min-saude.pt/>