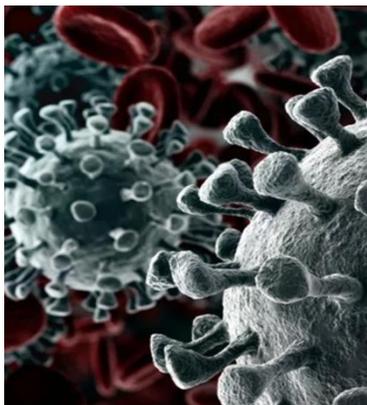


COVID-19 - Comunidade Escolar

PERGUNTAS FREQUENTES



O QUE É O CORONAVÍRUS? Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O QUE É ESTE NOVO CORONAVÍRUS? O novo coronavírus, intitulado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em janeiro de 2020 na China, na Cidade de *Wuhan*. Este novo agente nunca tinha sido identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de *Wuhan*, doença entretanto designada como COVID-19. A fonte da infeção é, ainda, desconhecida.

TRANSMISSÃO, SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO

COMO SE TRANSMITE? A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados. A doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo. As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

QUAIS OS SINAIS E SINTOMAS? As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção 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. O período de incubação da doença pode variar entre 2 a 14 dias.

EXISTE UMA VACINA? Não existe vacina. Sendo um novo vírus, estão em curso as investigações para o seu desenvolvimento.

EXISTE TRATAMENTO? O tratamento para a infeção por SARS-CoV-2 é dirigido aos sinais e sintomas apresentados.

CORONAVÍRUS (COVID-19)

REGRESSOU DE ALGUMA DAS ÁREAS AFETADAS? HAVE YOU RETURNED FROM ANY AFFECTED AREAS? **OU** CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO? HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PATIENT?

LIGUE PARA PLEASE CALL **808 24 24 24** E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE AND REPORT YOUR RECENT TRIP

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 120 DGS Direcção-Geral da Saúde

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

COMO POSSO PROTEGER-ME? A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão da doença:

- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel ao lixo);
- Lavar as mãos frequentemente. Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto direto com pessoas doentes;
- Evitar contacto próximo com pessoas com infeção respiratória.

Lavagem das mãos *medidas simples salvam vidas*

Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas. Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

Duração total do procedimento: 40-60 seg.

1. Molhe as mãos com água

2. Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos

3. Esfregue as palmas das mãos, uma na outra

4. Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa

5. Palma com palma com os dedos entrelaçados

6. Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados

7. Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa

8. Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa

9. Enxague as mãos com água

10. Seque as mãos com toalhete descartável

11. Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual

Agora as suas mãos estão seguras.

WORLD ALLIANCE FOR PATIENT SAFETY

somos

A OMS lançou today a campanha mundial para ensinar a etiqueta de higiene das mãos. O conteúdo do material publicitário é a ser distribuído em grande escala em todo o mundo. Este material é apenas informativo e não substitui a orientação profissional de saúde. Não se responsabiliza pela utilização deste conteúdo sem o devido cuidado.

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

SABES COMO TE PODES PROTEGER?

QUANDO ESPIRRARES OU TOSSIRES TAPA A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO

LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES O TEU PROFESSOR ENSINA-TE

NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 120 DGS Direcção-Geral da Saúde

NECESSITO DE USAR MÁSCARA FACIAL SE ESTIVER EM PÚBLICO? De acordo com a situação atual em Portugal, não está indicado o uso de máscara para proteção individual, exceto nas seguintes situações:

- pessoas com sintomas de infeção respiratória (tosse ou espirro);
- suspeitos de infeção por SARS-CoV-2;
- pessoas que prestem cuidados a casos suspeitos de COVID-19.

COMO SEI SE ESTOU INFETADO? Se tem febre ou tosse ou dificuldade respiratória e se regressou recentemente de uma área afetada ou contactou com caso provável ou confirmado de COVID-19, ligue para o SNS 24 (808 24 24 24) e siga as orientações dos profissionais de saúde.

LIGUE PARA PLEASE CALL 请致电 **808 24 24 24** E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE AND REPORT YOUR RECENT TRIP 并且报告你最近的出行记录

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE 40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 120 DGS Desde 1899 Direcção-Geral da Saúde