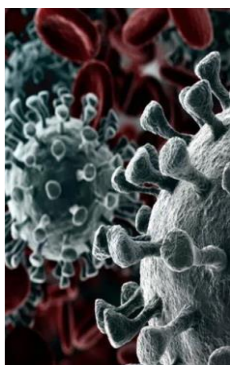


## COVID - 19



**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?** Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora ainda não se conheça mais pormenores.

**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.

### AVALIAÇÃO DE RISCO

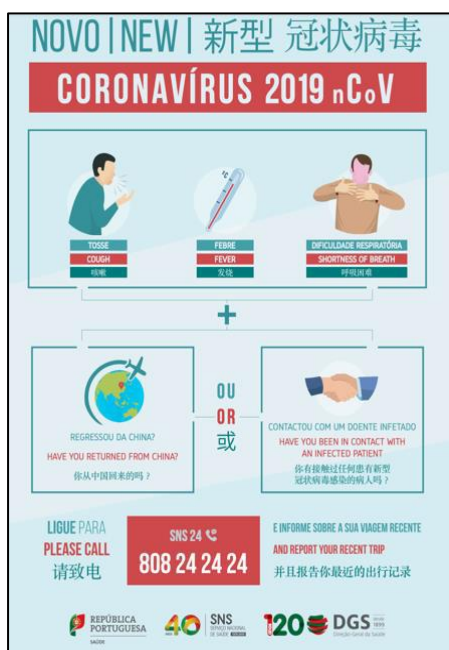
O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) considera que existe, neste momento, uma probabilidade moderada de importação de casos nos países da União Europeia/Espaço Económico Europeu (UE/EEE). A

probabilidade de transmissão secundária na UE/EEE 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 da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão da doença:

- ✚ Evitar contacto próximo com doente/s com infeção respiratória;
- ✚ Lavar frequentemente as mãos, especialmente, após contacto direto com pessoa/s doente/s;
- ✚ 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 sempre que se assoar, espirrar ou tossir.



**NOVO | NEW | 新型冠状病毒 CORONAVÍRUS 2019 nCoV**

**TOSSE**  
COUGH  
咳嗽

**FEBRE**  
FEVER  
发烧

**DIFICULDADE RESPIRATÓRIA**  
SHORTNESS OF BREATH  
呼吸困难

**REGRESSOU DA CHINA?**  
HAVE YOU RETURNED FROM CHINA?  
你从中国回来的吗?

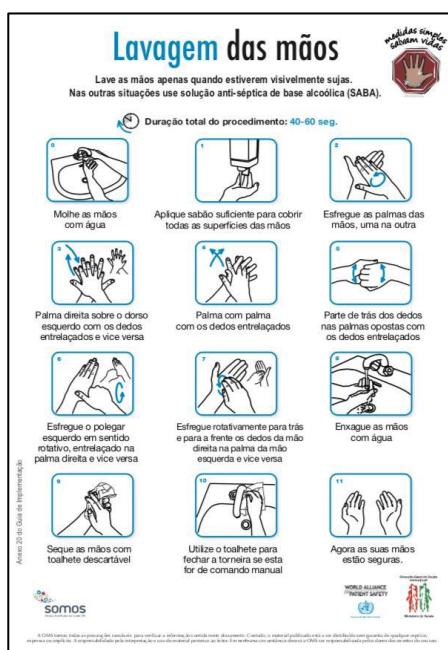
**OU**  
**OR**  
**或**

**CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO**  
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PERSON?  
你有没有接触过任何患有新型冠状病毒的病人吗?

**LIGUE PARA**  
PLEASE CALL  
请致电

**SNS 24**  
**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



**Lavagem das mãos**

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.

- Molhe as mãos com água.
- Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.
- Esfregue as palmas das mãos, uma na outra.
- Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa.
- Palma com palma com os dedos entrelaçados.
- Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados.
- Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa.
- Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa.
- Enxague as mãos com água.
- Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual.
- Agora as suas mãos estão seguras.
- Seque as mãos com toalhete descartável.



**NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV**

**SABES COMO TE PODES PROTEGER?**

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

**LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA**  
Antes das refeições, quando chegas à escola e a casa

**NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS E COMIDA**

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

**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

**SNS 24**  
**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 | Direção-Geral da Saúde

Fonte: Adaptado de Direção-Geral da Saúde. COVID-19: Perguntas Frequentes.  
Disponível em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)