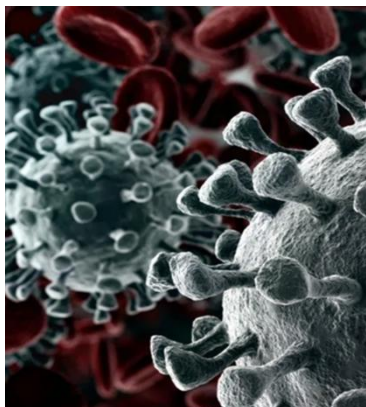


# COVID-19 - Comunidade Escolar

## 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)**

**TOSSO  
COUGH**    **FEBRE  
FEVER**    **NECESSITO RESPIRATÓRIA  
DIFFICULTY OF BREATH**

**+**

**REGRESSOU DE ALGUMA DAS  
ÁREAS AFETADAS?  
HAVE YOU RETURNED FROM ANY  
AFFECTED AREA?**    **OU  
OR**    **CONTACTOU COM UM DOENTE AFETADO?  
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**

REPÚBLICA PORTUGUESA    40 ANOS    SNS    120 ANOS    DGS

## 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.

- 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
- Seque as mãos com toalhete descartável
- Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual
- Agora as suas mãos estão seguras.

Atenção: 20 de Guia de Implementação.

somos    WORLD ALLIANCE FOR PATIENT SAFETY

A OMS lançou today a preparação manual para verificar a eficácia do conteúdo deste documento. Contudo, a versão final publicada será a ser distribuída com grande de qualidade gráfica, imagens e fotografias. A responsabilidade pela implementação deste documento é da DGS. Este documento não substitui a OMS ou qualquer outra entidade pública ou privada que tenha sido mencionada.

**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    120 ANOS    DGS    REPÚBLICA PORTUGUESA

**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**    **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    40 ANOS    SNS    120 ANOS    DGS    Desde 1899  
Direção-Geral da Saúde