



altice
cuidados
saúde


24 anos
a cuidar de si

Novo Coronavírus COVID-19

Informações e orientações preventivas

 **Saúde**

 **altice**
cuidados
saúde



01 INFORMAÇÕES GERAIS

02 COMO SE
TRANSMITE
SINAIS E
SINTOMAS

03 ORIENTAÇÕES
PREVENTIVAS

04 RECOMENDAÇÕES

05 CONTACTOS

01 | INFORMAÇÕES GERAIS

Os coronavírus são um grande grupo de vírus detetados em várias espécies animais, alguns dos quais podem provocar infeções no ser humano com manifestações clínicas respiratórias.

2003

É noticiado o coronavírus SARS (SARS-CoV), que provocou um surto de síndrome respiratória aguda grave, com origem na China.

dez 2019

Começam a surgir várias notícias sobre um **surto de infeções respiratórias, novamente, na China**, com início na cidade de Wuhan, com um número de casos crescente.

Jan 2020

É **identificado o agente etiológico**, uma estirpe de coronavírus, nova em humanos, designado por **COVID-19**.



02 | COMO SE TRANSMITE SINAIS E SINTOMAS

A **transmissão pessoa-a-pessoa** do novo agente já foi confirmada, mas é **necessária mais informação** sobre a viabilidade/facilidade deste modo de contágio.

O **período de incubação da doença** parece ser de 2 a 14 dias.

Os **principais sintomas** são:

Febre

Tosse

Dificuldade respiratória



03 | ORIENTAÇÕES PREVENTIVAS

A Direção Geral da Saúde (DGS) recomenda o cumprimento das regras habituais para prevenir a transmissão de doenças respiratórias



Evitar contacto próximo com **pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas**

Adotar **medidas de etiqueta respiratória**: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o antebraço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel no lixo)



Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou usar solução à base de álcool;

Lavar as mãos sempre que se **assoar, espirrar ou tossir**

04 | RECOMENDAÇÕES DGS

A Direção Geral da Saúde (DGS) acompanha diariamente a situação, dando as seguintes recomendações:

- **Seguir** as recomendações das **autoridades de saúde do país**
- **Ligar o SNS 24 - 808 24 24 24**, antes de procurarem os serviços de saúde, sobretudo para:
 - **Viajantes** com história de viagem ou permanência nas **áreas afetadas, nos últimos 14 dias**
 - **indivíduos que contactaram com pessoas infetadas**, caso apresentem febre, tosse e eventual dificuldade respiratória



04 | RECOMENDAÇÕES SPMV

A Sociedade Portuguesa de Medicina do Viajante (SPMV) recomenda também:

- O **adiamento de viagens aéreas não essenciais**, pelos seguintes motivos:
 - Risco de infeção
 - Restrições de circulação
 - Possibilidade de encerramento sem aviso prévio de ligações aéreas ou terrestres
- **Evitar o contacto próximo ou prolongado com pessoas que manifestem sintomas de infeções respiratórias**, nomeadamente, em pontos de paragem e ou passagem de meios de transporte (ex.: aeroportos)
- E, considerar o **uso de máscara facial de proteção**



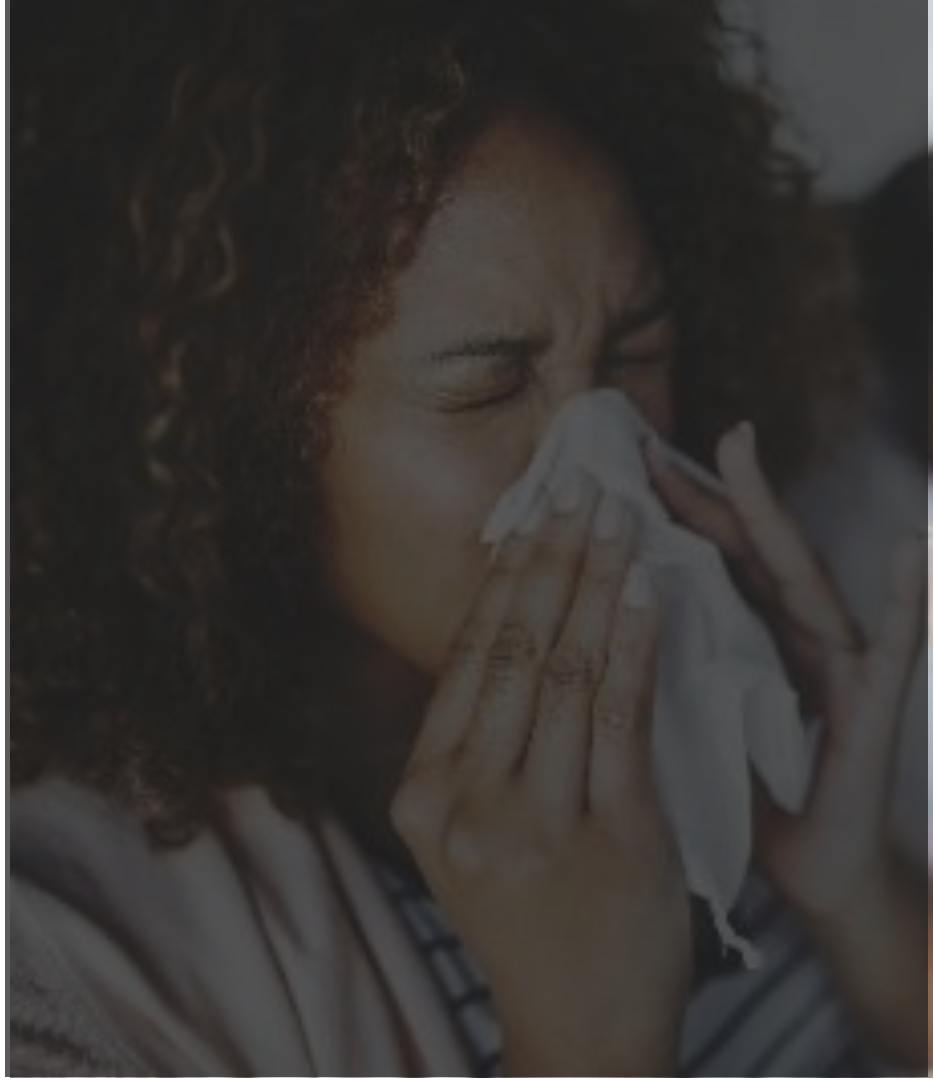
05 | CONTACTOS

Em caso de dúvida deve ligar

SNS 24
808 24 24 24



- **Para mais informação** poderá, também, consultar os conteúdos disponibilizados em:
 - European Center of Disease Control (ECDC);
 - Direção Geral da Saúde (DGS);
 - Sociedade Portuguesa de Medicina do Viajante (SPMV);
 - Portal das Comunidades Portuguesas;
 - Organização Mundial de Saúde (OMS)





altice
cuidados
saúde

24 anos
a cuidar de si
