

O que é o coronavírus - COVID-19

Os coronavírus são uma família de vírus que pode causar doença no ser Humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

A doença causada pela infeção deste novo coronavírus é designado por COVID-19 (OMS) e foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na cidade de Wuhan.

Definição de caso suspeito

Definição com base na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças Transmissíveis (ECDC) e que segundo orientação da DGS deve ser adotada pelas empresas ou organismos públicos. (Orientação da DGS nº 02-A/2020, de 25/01/2020, atualizada a 9/03/2020).

– Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;

OU

– Doente com infeção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

OU

– Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo ou não hospitalização, sem outra etiologia.

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas
	ou
	Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas
	ou
	Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Sintomas e formas de transmissão da COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2), que se manifesta predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), falta de olfacto e/ou paladar, dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

– **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).

– **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Tempo de incubação da doença

O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas

Como reconhecer um doente de COVID-19 e o que fazer:

- Qualquer pessoa, seja trabalhador ou utilizador do espaço, que apresente critérios compatíveis com caso suspeito (critérios referidos no início deste documento), deve ser considerado como possível caso suspeito de COVID-19. A pessoa identificada não deve sair do local onde se encontra.
- Em cada uma das instalações municipais existe o plano de contingência interno escrito e operacional, conforme Orientação 006/2020 da DGS.

Ao caso suspeito deve ser colocada uma máscara cirúrgica, preferencialmente pelo próprio;

- ✓ A pessoa/caso suspeito deverá ser encaminhada por um só trabalhador para a sala de isolamento (que em cada instalação está identificada), pelo circuito e para o local previamente definidos no Plano de Contingência, onde tem disponível kit com água e alguns alimentos não perecíveis, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas e, sendo possível, acesso a instalação sanitária de uso exclusivo;
- ✓ Em seguida, deve ser contactada a Linha SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações.

Medidas de autoproteção

As medidas de autoproteção são as medidas mais importantes para se evitar a propagação da doença, pelo que se aconselha:

- Reforçar as medidas gerais de higiene pessoal e das instalações municipais;
- Evitar o **contacto próximo** com pessoas com gripe. Dever-se-á guardar uma distância de, pelo menos, dois metros, quando falamos com outras pessoas.
- Evitar cumprimentar com abraços, beijos ou apertos de mão;

Sempre que seja indicada a utilização de máscaras, o seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos:

- Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
- Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
- Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
- Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
- A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida;
- Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;

- A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
- A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;
- Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

COVID-19

USO DE MÁSCARA



**A MÁSCARA DEVE SER COLOCADA,
USADA E REMOVIDA
CORRETAMENTE**



SAIBA COMO EM
[Covid19.min-saude.pt](https://www.min-saude.pt)

#SEJAUMAGENTEDESAAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

USO DE MÁSCARA



O uso de máscaras na comunidade é apenas uma medida adicional de proteção. Implica o reforço das regras de:



Distanciamento social



Etiqueta respiratória
(espirrar e tossir para o antebraço)



Higiene das mãos

**A sua colocação, uso e remoção devem ser adequados.
Saiba como em: [Covid19.min-saude.pt](https://www.min-saude.pt/covid19)**

#SEJAUMAGENTEDESAPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Quando deve usar luvas?

Para a **limpeza de casas de banho** ou outras **superfícies** com lixívia ou outros desinfetantes.



Quando é **cuidador de um doente com COVID-19**.



Se for **profissional de saúde**, ao executar procedimentos que envolvam contacto direto com a pele não intacta, mucosas ou fluídos corporais.



EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Quando deve usar luvas?

- 1 Use **luvas de borracha** ou descartáveis (de uso único)*
- 2 **Antes de retirar** as luvas, lave-as com água e detergente
- 3 **Retire** as luvas e lave a parte interna também
- 4 Passe-as por **água quente**
- 5 Coloque-as a **escorrer/secar**
- 6 **Lave as mãos** após retirar as luvas



*Se forem descartáveis (de uso único), deve deitá-las no lixo e lavar as mãos de seguida

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**