

CORONAVÍRUS

O QUE SÃO OS CORONAVÍRUS?

Os Coronavírus são uma família de vírus que podem causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

O que é o COVID-19 – Coronavírus (2019-nCoV)

O COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde (OMS), à doença provocada por este novo coronavírus, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em seres humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

Quais são os sinais e sintomas?

As pessoas afetadas podem apresentar sintomas semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

Em casos mais graves pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e até mesmo, levar à morte.

As pessoas com sintomas devem ligar para o centro de contacto SNS24 (808 24 24 24), antes de recorrer a serviços de saúde.

Como se transmite?

A forma de transmissão ainda está em investigação pelas autoridades internacionais. A transmissão de pessoa a pessoa foi confirmada e, geralmente, ocorre após o contacto próximo a um doente infetado.

Qual é o período de incubação?

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 14 dias, segundo os últimos dados oficialmente divulgados.

Que medidas estão a ser tomadas para prevenir a propagação da doença?

Nas áreas afetadas, para se reduzir a exposição e transmissão da doença a OMS recomenda:

Medidas de higiene:

- lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou com uma solução de base alcoólica, especialmente após contacto direto com pessoas doentes ou partilha do seu espaço

Etiqueta respiratória:

- tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir
- utilizar um lenço de papel ou o braço, nunca com as mãos
- deitar o lenço de papel no lixo

Práticas de segurança alimentar

Tem de usar máscara para se proteger?

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 COVID-19
- pessoas que prestem cuidados a suspeitos de infeção por COVID-19

Se regressou de países com casos confirmados, o que deve fazer?

- informe a sua chefia direta
- evite contactos próximos com outras pessoas
- avalie a temperatura duas vezes por dia
- vigie os sintomas febre, tosse e eventual dificuldade respiratória nos 14 dias após o regresso. Caso tenha estes sintomas, permaneça em casa e ligue para o [SNS 24 \(808 24 24 24\)](tel:808242424) antes de recorrer aos serviços de saúde.
- evite viajar para destinos com contaminação ativa

É seguro encomendar produtos da China

Os coronavírus não sobrevivem por longos períodos em objetos. As pessoas que recebem encomendas ou cartas da China não estão em risco de ser infetadas pelo novo coronavírus (2019-nCov).