

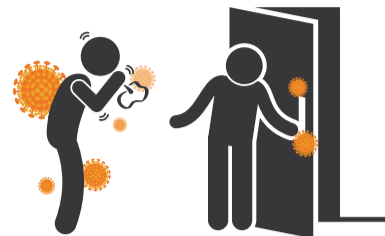
# DOENÇA POR CORONAVÍRUS 2019 (COVID-19)

## O QUE PRECISA DE SABER

É causado por um novo vírus; a situação está a evoluir.

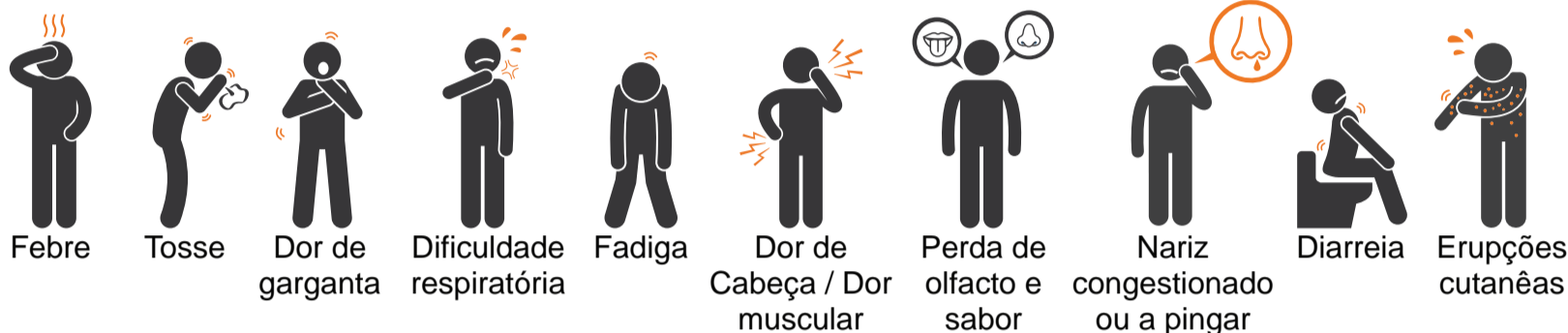
### TRANSMISSÃO

- A transmissão é entre pessoas em contacto próximo.
- As pessoas infectadas expõem gotículas quando falam, tosse ou espirram. Estas gotículas podem entrar nos olhos, nariz ou boca.
- Tocar em objectos contaminados pode colocar gotículas infectadas nas mãos que depois podem entrar no nariz, olhos ou boca.
- As pessoas podem respirar gotículas infectadas.
- Pessoas infectadas com poucos ou sem sintomas podem transmitir COVID-19.



### SINTOMAS

Algumas pessoas podem não apresentar sintomas mas assim mesmo podem transmitir a infecção.

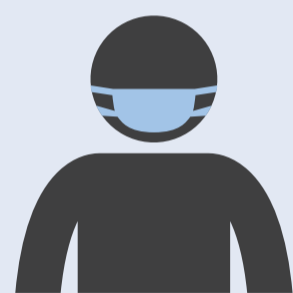


A maioria dos casos apresenta sintomas **ligeiros**, mas alguns casos são **severos** e podem ser fatais.

Se foi exposto à infecção ou desenvolveu sintomas, siga os procedimentos locais para quarentena / auto-isolamento / busca de cuidados médicos.



### PREVENÇÃO



**Use uma máscara facial** (ou um pano cobrindo o nariz e a boca) quando em público, especialmente:

- Quando em contato cara a cara com outras pessoas.
- Quando a distância de 1-2 metros (3-6 pés) não pode ser mantida.
- Quando em instalações de saúde.
- Ao tossir ou espirrar.
- Ao cuidar de uma pessoa doente.
- Se você estiver em grupos de alto risco.

**Tome a vacina contra a gripe** – reduzirá o risco de gripe sazonal e possível confusão com os sintomas do COVID-19.



#### Reduza a transmissão da doença:

- Se tiver quaisquer sintomas, mesmo que leves, fique em casa e procure orientação médica. Siga as orientações locais.
- Lave as mãos com frequência. Use desinfetante para as mãos à base de álcool quando não houver água e sabão disponíveis.
- Tossir e espirrar no cotovelo, não nas mãos.
- Evite tocar no seu rosto (olhos, nariz e boca) - especialmente se tocou em objetos compartilhados (como corrimãos, maçanetas).
- Não compartilhe alimentos, bebidas e itens pessoais, incluindo telefones celulares.
- Limpe e desinfete superfícies tocadas com frequência regularmente.
- Não viaje se estiver doente.

#### Evite potencial exposição:

- Fique em casa tanto quanto for possível.
- Em público, tente manter uma distância de 1-2 metros (3-6 pés) dos outros. Evite locais lotados.
- Não abrace, beije ou aperte as mãos para cumprimentar as pessoas.
- Mantenha as interações face a face breves.
- Mantenha distância de pessoas doentes. Não os deixe tossir ou espirrar em você.
- Evite instalações de saúde, a menos que precise de cuidados médicos.
- Na medida do possível, use transporte privado.
- Diminua o convívio com amigos e amigos.

**TRATAMENTO:** Não existe um tratamento específico. Cuidados suportivo ajuda a aliviar os sintomas.

**Não existe uma vacina contra a COVID-19.**



Mantenha-se actualizado com as notícias e informações do site dedicado da International SOS: <https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>

AVISO LEGAL: Este infográfico foi desenvolvido apenas para fins educacionais. Não é um substituto para aconselhamento médico profissional. Se você tiver dúvidas ou preocupações sobre qualquer tópico descrito aqui, consulte seu médico.

© Copyright 2020 AEA International Holdings Pte. Ltd. Todos os direitos reservados.

25/09/20 - versão 8.0

