SOBRE A DOENÇA DO CORONAVÍRUS (COVID-19)

O QUE É

A COVID-19 é uma doença provocada por um coronavírus.

Os coronavírus humanos são comuns e estão normalmente associados a doença ligeira semelhante à constipação comum.

SINTOMAS

Os sintomas podem ser muito ligeiros ou mais graves. Os sintomas podem levar 14 dias a aparecer após a exposição ao vírus.

- FEBRE
- TOSSE
- DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

COMO SE PROPAGA

Os coronavírus PROPAGAM-SE mais frequentemente por uma pessoa infetada através de:

- gotículas respiratórias ao tossir ou espirrar
- contacto pessoal próximo, como o toque ou o apertar de mãos
- tocar algo que tenha o vírus e tocar depois nos olhos, nariz ou boca antes de lavar as mãos

Não são conhecidos casos de transmissão destes vírus através de sistemas de ventilação ou da água.

PREVENÇÃO

A melhor forma de prevenir a transmissão de infeções é:

- lavar as mãos frequentemente com água e sabão durante pelo menos 20 segundos
- evitar tocar nos olhos, nariz ou boca, especialmente com as mãos por lavar
- evitar o contacto próximo com pessoas que estejam doentes
- quando tossir ou espirrar:
  - cubra a boca e o nariz com o braço ou lenços de papel para reduzir a propagação de germes
  - deite fora imediatamente quaisquer lenços de papel que tenha utilizado assim que possível e lave as mãos a seguir
- limpe e desinfete frequentemente objetos e superfícies em que toque, como brinquedos, dispositivos eletrónicos e maçanetas.
- fique em casa se estiver doente para evitar transmitir a doença a outras pessoas

SE TIVER SINTOMAS

Se tiver SINTOMAS de COVID-19, como febre, tosse ou dificuldade respiratória:

- fique em casa para evitar contagiar outras pessoas.
  - Se viver com outras pessoas, fique num quarto separado ou mantenha uma distância de 2 metros
- ligue antes de ir a uma consulta com o seu profissional de cuidados de saúde ou ligue para a sua autoridade de saúde pública local
  - a indicar os seus sintomas e siga as instruções dadas pela mesma
- se precisar de atenção médica imediata, ligue para o 911 e descreva os seus sintomas.

PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE O CORONAVÍRUS:

1-833-784-4397 | canada.ca/le-coronavirus | phac.info.aspc@canada.ca

Agence de la santé publique du Canada | Public Health Agency of Canada

Canada