

# PREVENÇÃO

## Instituições de ensino:

- Realizar a limpeza e desinfecção das superfícies das salas de aula e demais espaços da escola (classes, cadeiras, mesas, aparelhos e equipamentos de educação física) após o uso. Preconiza-se a limpeza das superfícies, com detergente neutro, seguida da desinfecção com soluções desinfetantes.
- Alunos com sintomas respiratórios deveriam procurar atendimento médico.
- O afastamento de alunos das atividades escolares deve ser orientado por um profissional de saúde.

## Eventos

- Pessoas doentes não deveriam frequentar estes locais.
- Manter os ambientes arejados e bem ventilados.

## Instituições com atendimento público

- Os funcionários devem higienizar as mãos com água e sabão ou álcool em gel com frequência.
- Manter os ambientes higienizados, arejados e bem ventilados.

## Transporte Coletivo Urbano

- Aumentar o número de veículos por linha e horários, para evitar a superlotação nos ônibus.
- Higienizar os ônibus (bancos e barras de apoio) no final de cada linha.
- Propiciar ventilação permanente (janelas abertas) e higienização contínua.

## Empresas Privadas

- Deve haver um acompanhamento rigoroso por parte do setor do SESMT/Medicina do Trabalho com relação a funcionários doentes. Estes deveriam ser avaliados por um médico e afastados de suas atividades, caso seja necessário.
- Recomenda-se higienizar e arejar o refeitório, com aumento dos horários oferecidos para refeição, a fim de reduzir as aglomerações

## Restaurantes e Lanchonetes

- Garçons, atendentes, pessoal de cozinha e demais funcionários devem manter a higiene rigorosa das mãos.
- Funcionários doentes deveriam ser avaliados por um médico e afastados do trabalho, caso seja indicado.
- Manter os ambientes higienizados, arejados e bem ventilados.

## Viajantes Internacionais

- Se a viagem para as áreas de transmissão do coronavírus não for realmente essencial, não viaje para esses locais.
- Utilize outros meios de comunicação para fazer contato com as pessoas que residem nas áreas de transmissão ou com pessoas doentes: redes sociais, videoconferências, telefone, etc.

### Fontes:

- Ministério da Saúde. Boletim. Infecção Humana pelo Novo Coronavírus (2019-nCoV); 28/01/2020.

# CORONAVÍRUS

## 1. O que é o coronavírus?

O coronavírus é um agente viral que causa uma infecção do sistema respiratório.

## 2. Como o coronavírus é transmitido?

As evidências atuais estão demonstrando a disseminação de pessoa para pessoa. Acredita-se que a transmissão ocorra, principalmente, por meio de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra. A contaminação de uma pessoa para outra, geralmente, ocorre entre os contatos próximos.

## 3. Quais os principais sintomas da infecção pelo coronavírus?

Os sintomas podem variar de um simples resfriado até uma pneumonia grave, sendo mais comuns: febre, tosse e dificuldade para respirar. Alguns doentes também se queixam de dores musculares ou fadiga. Embora sejam menos comuns, também podem aparecer: expectoração, dor de cabeça, hemoptise e diarreia.

## 4. Acho que estou com sintomas da infecção pelo coronavírus. Como posso saber se fui infectado?

Não é possível diferenciar a infecção pelo coronavírus de uma gripe comum apenas pelos sintomas. A única maneira de saber se a pessoa foi infectada pelo coronavírus é através de exames de laboratório. Considera-se como caso suspeito os doentes que apresentam febre e pelo menos um sinal ou sintoma respiratório (tosse, dificuldade para respirar) e histórico de viagem para área com transmissão local, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

Quem tiver este histórico deve procurar a UPA, no bairro Botafogo.

# CORONAVÍRUS



Febre acima de 37,8°



Dificuldade para respirar

**A informação é a melhor maneira de evitar a doença**

**Tire suas dúvidas**

# PERGUNTAS E RESPOSTAS

**Já existe uma vacina que possa proteger a população contra a infecção pelo novo coronavírus-2019?**

Não. Ainda não existe nenhuma vacina contra o novo coronavírus.

**Há tratamento específico para o novo coronavírus?**

Não. Não existem medicamentos antivirais indicados pela Organização Mundial da Saúde para tratar os doentes.

Os casos graves podem necessitar de internação hospitalar.

**A população não deve tomar qualquer medicamento sem orientação médica.**

**Devo usar máscaras para me proteger contra a doença?**

As máscaras devem ser utilizadas pelas pessoas doentes, pelos seus contatos próximos e pelos profissionais envolvidos no seu atendimento.

# PREVENÇÃO

**Qual é a importância da lavagem das mãos?**

Ao tossir e espirrar as pessoas costumam colocar a mão na boca. Isso faz com que as mãos fiquem contaminadas com as secreções respiratórias. Por essa razão, é fundamental higienizar as mãos sempre que tossir ou espirrar para evitar a disseminação da doença.

**Como devo fazer para lavar as mãos?**

- Lave as mãos com água e sabão .
- Recomenda-se que a lavagem das mãos seja feita com água e sabão durante 15 a 20 segundos. Lavar a palma e o dorso das mãos e entre os dedos das duas mãos. De preferência, secar as mãos com papel toalha descartável.
- Se não houver água e sabão disponíveis, pode-se usar lenços descartáveis contendo álcool.
- Se for usar o gel, esfregue as mãos até que o produto seque. O gel não precisa de água para sua ação desinfetante, uma vez que o álcool que ele contém mata os germes das suas mãos.

# DICAS DE PREVENÇÃO



Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.



Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal



Pessoas com sintomas da doença devem evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.



Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço, preferencialmente, descartável. Se não tiver lenços de papel, cobrir com a dobra do cotovelo. Lavar as mãos, tão logo seja possível.



Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.



Se você apresentar sintomas da doença procure à UPA, no Botafogo

Alimente-se bem!      Beba muitos líquidos!      Agase-lhe contra o frio!      Repouse em casa!

- Manter especialmente limpos a cozinha, banheiro, telefones e outros objetos de uso comum.
- Evitar tocar os olhos, nariz ou boca após contato com superfícies.
- Dormir bem, controlar seu stress, beber muito líquido e ingerir alimentos nutritivos.
- Ventilar os ambientes.