



COVID-19 – Conhecer para Prevenir!

O mundo está preocupado com a infeção causada por um novo coronavírus (COVID-19). A melhor forma de combater uma doença é conhecê-la para saber como a prevenir e como atuar perante a suspeita de infeção.

O QUE É O COVID-19?

É a doença causada por um vírus da família dos coronavírus que apresenta, maioritariamente, manifestação semelhantes às da gripe comum:

- febre;
- tosse;
- falta de ar.

Há casos que podem evoluir para doença mais grave, como a pneumonia.

DE ONDE VEM?

ONDE: a maioria dos casos identificados são, à data, na China, no entanto já se detetaram alguns casos noutros países, incluindo a nível europeu.

COMO: ainda não se conhece a fonte da infeção, mas acredita-se que possa ter origem animal – a maioria dos casos iniciais estão associados a pessoas que frequentaram um mercado de alimentos e animais vivos (peixe, marisco e aves), em Wuhan.

DE QUE FORMA SE TRANSMITE O VÍRUS?

Por via respiratória – isto é, por via aérea, nas gotículas expelidas quando se espirra ou tosse, por exemplo.

Pensa-se que também exista transmissão indireta (através de objetos contaminados por pessoas infetadas – por exemplo, ao espirrar), dado que estudos preliminares sugerem que o vírus sobrevive algumas horas nas superfícies contaminadas.

EXISTE TRATAMENTO?

Ainda não existe uma vacina específica para o COVID-19, pelo que a prevenção é essencial.

Assim, e particularmente nos países mais afetados:

Evite o contacto próximo com pessoas com manifestações de infeção respiratória, como tosse, nariz entupido e/ou corrimento nasal e dificuldade respiratória;

Evite o contacto com animais selvagens ou de quinta e o consumo de produtos de origem animal crus ou malcozinhados;

Lave as mãos frequentemente, com água e sabão ou com um produto com álcool a 70º (líquido, gel ou toalhetes), especialmente após partilha de espaço com pessoas potencialmente doentes (por exemplo, nos transportes públicos ou centros comerciais) e sempre que se assoar, espirrar ou tossir;

Adote medidas de etiqueta respiratória – tape o nariz e a boca sempre que espirrar ou tossir, com um lenço de papel ou com o braço (nunca com as mãos). Coloque o lenço de papel no lixo e, se possível, lave as mãos ou desinfete-as com uma solução à base de álcool;

SUSPEITO QUE ESTOU INFETADO. E AGORA?

Portugal está preparado para dar resposta em caso de doença – está em curso a implementação de diversas medidas para prevenção e controlo da infeção.

Se esteve recentemente em zonas afetadas pelo COVID-19 ou se contactou com alguém infetado, vigie possíveis manifestações respiratórias (**febre, tosse ou falta de ar**) nos 14 dias após o regresso/contacto. Se tiver sinais ou sintomas, ligue de imediato para o **SNS 24 (808 24 24 24)**

SABIA QUE...?

Já houve mais surtos associados a *coronavírus* (entre 2002 e 2003, foi identificado o coronavírus SARS-CoV, responsável pela síndrome respiratória aguda grave e, em 2012, o *coronavírus* MERS-CoV, responsável pela síndrome respiratória do Médio Oriente).

ONDE POSSO OBTER MAIS INFORMAÇÕES?

Estar **informado** é o primeiro passo! A Direção-Geral da Saúde (DGS) está a acompanhar de perto a situação, validando e disponibilizando continuamente todas as atualizações sobre o COVID-19, em: www.dgs.pt.

COM A AJUDA DESTA FARMÁCIA

Se tem dúvidas sobre os coronavírus, informe-se com o seu farmacêutico! A Farmácia está sempre disponível para o apoiar.