

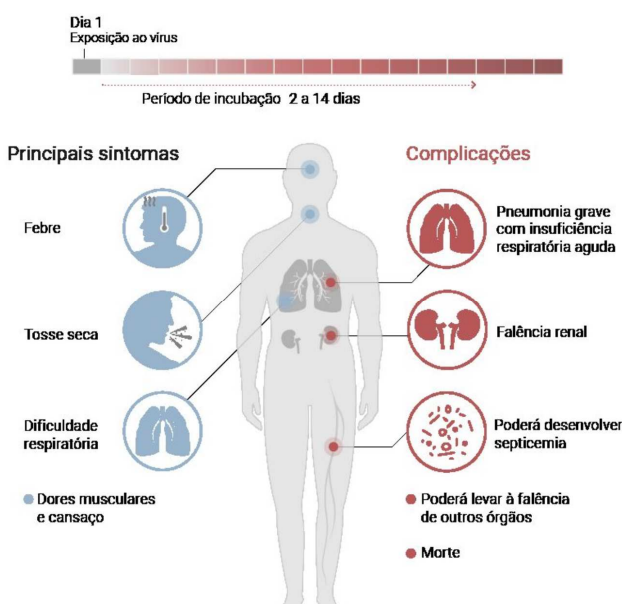
CORONAVÍRUS | COVID-19 [Atualização de informação]

À semelhança do que aconteceu na nossa última newsletter abordamos, nesta edição, o novo **Coronavírus SARS-CoV2 (vírus), agente causal da Covid-19 (doença)**. As cadeias de transmissão da Covid-19 já se encontram estabelecidas em Portugal, tratando-se de uma situação de pandemia ativa, conforme já comunicado pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

Mobilização Social

A mobilização social em saúde é um processo de comunicação que conta com o apoio das diferentes entidades e organizações da comunidade e que pretende a transmissão fidedigna de informação. É por isso fulcral a participação dos parceiros e agentes comunitários que permitam alcançar diferentes públicos e obter nestes a sua confiança, de forma a contribuir para uma efetiva comunicação que permita a adoção de comportamentos que protejam e promovam a saúde (DGS).

Sinais e sintomas de infeção



Fonte: <https://ensina.rtp.pt/artigo/covid-19-a-impressao-digital-do-novo-coronavirus/>

Se tem sintomas da
Covid-19 **LIGUE** para:

SAÚDE 24
808 24 24 24

Medidas de Prevenção

Nas áreas afetadas, a DGS e a OMS recomendam medidas de higiene e etiqueta respiratória para reduzir a exposição e transmissão da doença:

- Medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e a boca quando espirrar ou tossir, com um lenço de papel ou com o antebraço, nunca com as mãos, e deitar sempre o lenço de papel no lixo;
- Lavar as mãos frequentemente. Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto direto com pessoas doentes. Deve lavá-las durante 20 segundos (o tempo que demora a cantar os "Parabéns") com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70%;
- Evitar contacto próximo com pessoas, procurar manter-se, pelo menos a 1 metro de distância;
- Evitar tocar na cara com as mãos, especialmente nos olhos, boca ou nariz;
- Evitar partilhar objetos pessoais ou comida em que tenha tocado.

NOTA: Estas medidas deverão ser seguidas independentemente do local onde se encontra. **COLABORE** seja um agente de saúde pública.

Informação útil

No website <https://covid19.min-saude.pt/> encontra vários conteúdos em vídeo e cartazes, que pode e deve partilhar com a sua rede de contactos.