

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



 **hapvida**

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



#FIQUE EM CASA

**Tudo que você precisa saber para
se prevenir do novo coronavírus**

Coronavírus é uma família de vírus já conhecida pelos especialistas, que pode causar infecções respiratórias. Mas o que causa a Covid-19 é um novo vírus, com elevado nível de propagação: pode ser transmitido por saliva, espirro, tosse, catarro e contato com pessoas ou objetos infectados. A Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou estado de pandemia e, para conter a doença, cada um pode fazer a sua parte:

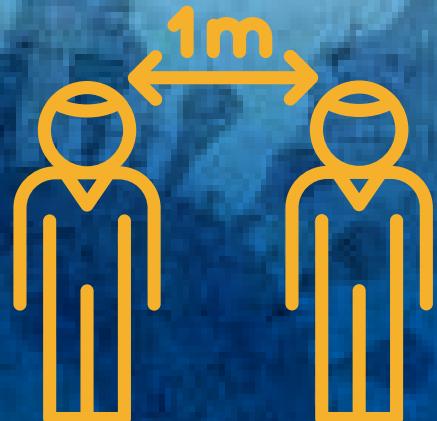
TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



PREVENÇÃO

**Tenho que sair de casa.
Como devo me proteger?**



Mantenha um metro de distância de outras pessoas.
Evite tocar em objetos sem necessidade e mantenha as mãos distantes de olhos, boca e nariz. Ao retornar, o recomendado é colocar a roupa usada para lavar e tomar um banho. A medida mais importante é manter as mãos sempre higienizadas.
Cubra a tosse com o cotovelo ou lenço.

O que fazer ao receber entregas de correio e de delivery?

Peça para o entregador deixar o pacote na portaria. Em casa, é necessário posicionar o pacote em uma superfície que, posteriormente, pode ser limpa com álcool e, em seguida, descartar a embalagem no lixo. Para finalizar, é fundamental higienizar as mãos com água e sabão.



Devo usar máscara?

O uso da máscara só é recomendado para pessoas que apresentam sintomas da doença ou convivem com alguém que esteja com os sintomas. Existe um número limitado de máscaras, é importante deixá-las para aqueles que estejam realmente doentes!

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



Máscara de tecido funciona?

A máscara de tecido e de pano funcionam se usadas da forma correta. Não use as mãos frequentemente para ajustar a máscara, pois isso acaba contaminando o objeto. É necessário lavá-la todos os dias, e o uso máximo é de seis horas. Menos eficiente, mas melhor do que não ter máscara nos casos em que for necessário.



Que cuidados devo tomar dentro de casa?

Uma dica é colocar um recipiente de álcool em gel logo na porta de casa e também evitar de entrar calçado na residência. O vírus pode estar em qualquer lugar. Mantenha os ambientes bem ventilados e não compartilhe objetos pessoais.



Por que devo ficar em casa?

Aderir ao isolamento social faz a diferença na velocidade da contaminação e garante melhor resultado no enfrentamento do vírus. Esse isolamento deve ser ainda mais rigoroso para idosos porque evita que o sistema de saúde entre em colapso, com mais pacientes do que a capacidade máxima.



TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



PERGUNTAS FREQUENTES

O que fazer em caso de sintomas?

Pessoas que não apresentem sintomas ou apresentem somente sintomas leves devem permanecer em casa. Procure uma unidade de saúde somente no caso de condições graves, como falta de ar ou febre alta por mais de 48 horas.



Quem está no grupo de risco?

Existem evoluções ruins do vírus em todas as faixas etárias, mas a concentração de desfechos graves está entre aqueles acima de 60 anos que apresentam comorbidade (duas ou mais doenças relacionadas ao mesmo tempo).

Em até quanto tempo o vírus pode se manifestar?

Após contato com algum fator de risco, a pessoa deve permanecer em isolamento social por 14 dias. No entanto, como já foi decretada transmissão comunitária em todo o País, não é mais possível saber o dia zero da suposta transmissão.



TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



Por quanto tempo o vírus fica vivo no ambiente?

Dependendo da superfície, a média é de cerca de três dias.

Qual a estimativa para a criação de uma vacina?

Existem muitos grupos ao redor do mundo trabalhando no desenvolvimento de uma vacina. Após criada, ela passa por inúmeros testes para poder ser distribuída para a população com a máxima eficácia.



O número divulgado de pessoas infectadas condiz com a realidade?

Todos os dias o Ministério da Saúde divulga atualização sobre o número de casos confirmados no Brasil. Existem pessoas infectadas que apresentam sintomas leves, ou são até mesmo assintomáticas.



Qual a previsão de voltar ao normal?

A previsão do Ministério da Saúde é de que o pico de contaminação no Brasil ocorra no dia 15 de abril, tendo, no dia 30 do mesmo mês, um grande número de pessoas infectadas. A quarentena deve durar entre 90 e 120 dias.

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



Animais de estimação podem pegar o vírus?

Existe um caso de um cachorro que foi infectado em Hong Kong, mas ele ficou bem. Não existe evidência de que animais de estimação podem transmitir o vírus.

Grávidas e mães que amamentam são grupo de risco?

No momento, grávidas e lactantes não são consideradas grupo de risco, mas devem ter um cuidado maior - mas não existem relatos de evoluções ruins do vírus nesse grupo. Em caso de sintoma gripal, a mulher deve buscar orientações por meio dos números divulgados pelo Governo para orientação.



TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



FAKE NEWS



Água fervida com alho cura o novo coronavírus

Não existe nenhum tratamento caseiro que cure o coronavírus. Mexer com remédios ou ervas é muito perigoso. Basta pensar: se existisse alguma cura simples, países desenvolvidos já teriam achado e seria de domínio público.

Se eu não apresentei sintomas eu não estou doente

Já existem casos de pessoas sem sintomas que testaram positivo para a doença.

Se me curei uma vez não posso pegar de novo

Existem relatos de pessoas que já tiveram a doença, foram curadas e voltaram a apresentar os sintomas, mas ainda é necessário mais estudo sobre o assunto.

Se não existem casos no meu bairro estou seguro

Não. A contaminação pode estar em toda parte. “Toda vez que você receber mensagens falsas e amedrontadoras, apague e mande uma mensagem de esperança. Essa epidemia de informação falsa está fazendo mais mal do que o coronavírus”, explica Silvia Nunes, médica infectologista do Hapvida.

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



GLOSSÁRIO

Pandemia X epidemia



Uma pandemia ocorre quando uma nova doença atinge um grande número de pessoas em escala global. Já a epidemia é um surto local, quando o número de casos de uma doença em uma população específica apresenta um aumento significativo.

Covid-19

Doença causada pelo novo coronavírus.



Achatar a curva

A curva se refere à linha do gráfico que mostra o aumento de novos casos do novo coronavírus de acordo com o passar do tempo. Caso nenhuma medida de prevenção seja tomada, a tendência dessa linha ou curva é subir exponencialmente. Dessa forma, achatar a curva seria o resultado de medidas de prevenção para tornar a linha plana. Isso representaria um cenário de surgimento de novos casos de maneira gradual e controlada

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



Paciente assintomático

Pessoas que foram infectadas pelo novo vírus, mas não apresentam sintomas.



Período de incubação

Tempo que demora para os sintomas aparecerem depois que a pessoa é infectada. No novo coronavírus, são 14 dias.

Transmissão comunitária

Ocorre quando o não é mais possível identificar a origem do vírus que infectou o paciente



LAVE AS MÃOS!

(de forma correta)

1. Abra a torneira e molhe as mãos sem encostar na pia. Em seguida, aplique o sabão;
2. Esfregue a palma das duas mãos;
3. Esfregue a palma da mão direita no dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e esfregando. Troque as mãos e repita o

movimento;
4. Segure as duas mãos em forma de “conchinha;
5. Esfregue os polegares e a ponta dos dedos em movimentos circulares;
7. Esfregue os punhos;
8. Enxague as mãos começando da ponta dos dedos até o antebraço.

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS



PRINCIPAIS SINTOMAS

- febre
- fadiga
- tosse seca
- dificuldade para respirar (grave)



POSSÍVEIS SINTOMAS

- dor no corpo
- coriza
- dor de garganta
- diarreia



CONTATOS IMPORTANTES

Em caso de sintomas ou dúvidas, a Secretaria da Saúde do Ceará (Sesa) disponibilizou um canal de comunicação por telefone para a população, aberto todos os dias, das 7h às 19 horas. Assim, o indivíduo pode receber a devida orientação e evitar idas desnecessárias e arriscadas às unidades de saúde.

(85) 3219.5973
(85) 3219.8582
(85) 98439.0422



FONTES

- Anderson Nascimento, médico e Superintendente Nacional da Rede Própria do Hapvida;
- Silvia Nunes Szente, médica infectologista do Hapvida;
- Organização Mundial da Saúde (OMS);
- Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa);
- Secretaria da Saúde do Ceará (Sesa),

TUDO O
QUE VOCÊ
PRECISA
SABER
SOBRE O

CORONA VÍRUS

