

## Nota Informativa 01-2020 - Coronavírus (2019-nCoV)

Como tem sido amplamente difundido pela Comunicação Social, estamos perante uma situação de propagação da infeção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV) com origem em Wuhan, China. Segundo comunicado da DGS de 30/01/2020, apenas 10 casos tinham sido confirmados na Europa.

O coronavírus causa sinais e sintomas semelhantes ao da síndrome gripal, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo evoluir para uma situação de pneumonia ou outras condições mais graves.

As vias de transmissão ainda não são totalmente identificadas, contudo a transmissão via aérea e pessoa a pessoa são as conhecidas.

As medidas de higiene, etiqueta respiratória e de segurança alimentar são as principais medidas de prevenção para minimizar os riscos de transmissão e exposição à doença, tais como:

- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contato direto com pessoas doentes;
- Evitar contato próximo com doentes com infeções respiratórias;
- Evitar contato desprotegido com animais selvagens ou de quinta;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel no lixo);
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

Em caso de dúvida ou suspeita contacte a linha **SNS 24 - 808 24 24 24** antes de se dirigir a uma unidade de saúde.

**Nota: Informações retiradas do site da DGS**

Alcanena, 31 de janeiro de 2020

Maria Anjos Esperança

Coordenadora da Unidade de Saúde Pública do ACES Médio Tejo

# LAVE AS SUAS MÃOS

Lave as suas mãos  
com **sabonete líquido**  
e água corrente.



Mesmo quando não  
estiverem visivelmente  
sujas, **lave as mãos**  
**frequentemente** com  
solução alcoólica ou  
sabão e água

*Adaptado de*



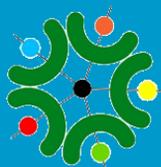
# Proteja-se e aos outros

## LAVE AS SUAS MÃOS

- Depois de espirrar ou tossir
- Quando cuidar de doentes
- Antes, durante e depois de preparar alimentos
- Antes de comer
- Depois de utilizar a WC
- Quando tiver as mãos sujas
- Quando lidar com animais e seus dejectos



*Adaptado de*



**aces**  
Médio Tejo



# Proteja os outros de ficarem doentes

Quando espirrar ou tossir **cubra a boca e nariz** com o cotovelo ou um lenço



**Deite fora os lenços em caixote fechado logo após a utilização**

**Lave as mãos** com sabão e água ou solução alcoólica após tossir, espirrar e tratar de doentes



*Adaptado de*



# Proteja os outros de ficarem doentes



**Evite contacto próximo**  
quando estiver com  
tosse ou febre

**Evite cuspir em público**



Se tiver febre, tosse ou  
dificuldade em respirar  
ligue para **SNS 24**  
**808 24 24 24**



*Adaptado de*

