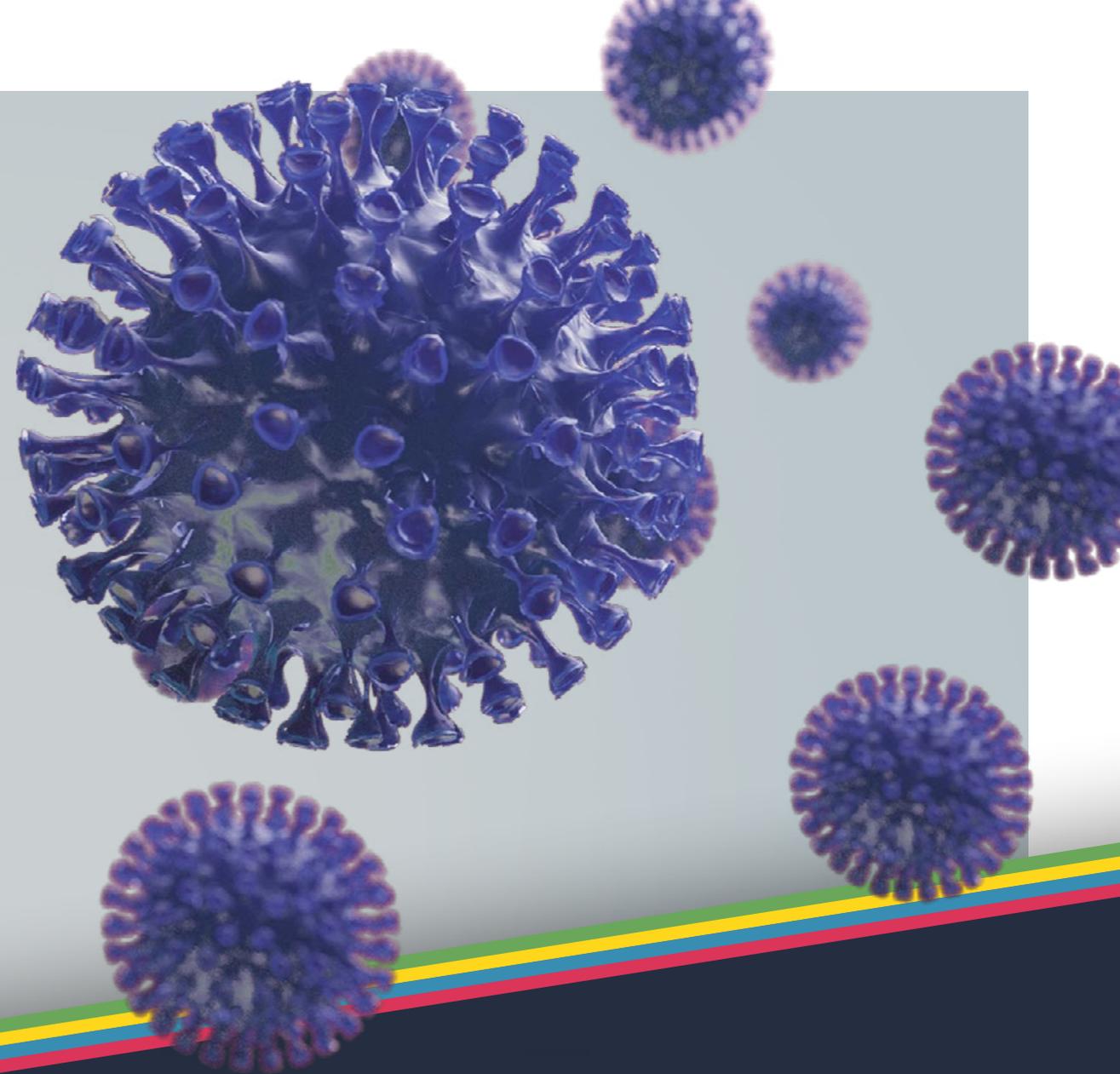


# PREVENÇÃO CONTRA O COVID-19

FAÇA SUA PARTE!



## VOCÊ SABIA?

- O período de incubação, ou seja, o tempo entre o dia do contato com o paciente doente e o início dos sintomas, é, em média, de 5 dias para a Covid-19. Em raros casos, o período de incubação chegou a 14 dias.
- Provavelmente os primeiros 3 a 5 dias de início dos sintomas são os de maior transmissibilidade. Por isso, casos suspeitos devem ficar em isolamento respiratório, desde o primeiro dia de sintomas, até serem descartados.
- Aproximadamente 80 a 85% dos casos são leves e não necessitam hospitalização, devendo permanecer em isolamento respiratório domiciliar; 15% necessitam internamento hospitalar fora da unidade de terapia intensiva (UTI) e menos de 5% precisam de suporte intensivo.

## OS SINTOMAS SÃO PRINCIPALMENTE RESPIRATÓRIOS:

- FEBRE
- TOSSE;
- CORIZA;
- DIFICULDADE PARA RESPIRAR.

# TRANSMISSÃO

**A TRANSMISSÃO COSTUMA OCORRER PELO AR OU POR CONTATO PESSOAL COM SECREÇÕES CONTAMINADAS, COMO:**

- Gotículas de saliva;
- Espirro;
- Tosse;
- Catarro;
- Contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão com pessoa infectada;
- Contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos.



# PREVENÇÃO

## PARA SE PREVENIR, AS MEDIDAS EFICAZES SÃO:

- Cobrir boca e nariz ao tossir ou espirrar;
- Utilizar lenço descartável para higiene nasal;
- Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal;
- Limpar regularmente o ambiente e mantê-lo ventilado;
- Lavar as mãos por pelo menos 20 segundos com água e sabão ou usar antisséptico de mãos à base de álcool;
- Deslocamentos/viagens não devem ser realizados enquanto a pessoa estiver doente;
- Quem viajar aos locais com circulação do vírus deve evitar contato com pessoas doentes, animais (vivos ou mortos), além de evitar a circulação em mercados de animais e seus produtos.



## TRATAMENTO

**NÃO EXISTE VACINA DISPONÍVEL ATÉ O MOMENTO. NO ENTANTO, PESQUISADORES DO MUNDO TODO E DO BRASIL JÁ INICIARAM PESQUISAS PARA DESENVOLVIMENTO DE VACINA. AINDA É PRECOCE INDICAR SE E QUANDO ELA ESTARÁ DISPONÍVEL.**

**Não existe medicamento para tratar o caso do novo coronavírus. Apenas recomenda-se:**

- Repouso;
- Hidratação (ingestão de bastante água e líquidos);
- Medidas adotadas para aliviar os sintomas, conforme cada caso, como: uso de medicamento para dor e febre (antitérmicos e analgésicos); uso de umidificador no quarto; tomar banho quente para auxiliar no alívio da dor de garganta e tosse.



# TRATAMENTO

## PACIENTES COM SINTOMAS MAIS INTENSOS PODEM SER HOSPITALIZADOS. A DEFINIÇÃO COMPETE AO MÉDICO RESPONSÁVEL PELO CASO.

- O diagnóstico é feito com a coleta de materiais respiratórios (aspiração de vias aéreas ou coleta de secreções da boca e nariz). O procedimento deve ser realizado para todos os casos suspeitos.
- No ISOLAMENTO DOMICILIAR, o paciente deve ser mantido em casa, recebendo cuidados como hidratação e repouso. Os familiares devem tomar as precauções já indicadas, como evitar compartilhamento de objetos pessoais, contatos com secreção do paciente e higienização constante das mãos e do ambiente.
- No momento, não há recomendação para uso de máscaras para a população em geral. Quem estiver saudável, não precisa se preocupar. Mas todos devem, sempre, fazer a higienização das mãos com água e sabão ou álcool gel, e evitar contato com mucosas de nariz, boca e olhos. São cuidados simples, importantes e que devem ser diários para prevenir qualquer tipo de doença.

# IMPORTANTE: LAVAR AS MÃOS



Passe sabão e molhe com água



Esfregue a palma de cada mão



Esfregue entre os dedos



Esfregue o polegar de cada mão



Lave o dorso de cada mão



Lave os punhos



 [www.humanitas.com.br](http://www.humanitas.com.br)

  /faculdadeshumanitas

 (12) 2012-6600

 Av. Brigadeiro Faria Lima, 811  
São José dos Campos - SP