



**SIASS**  
**UNIDADE UNIVASF**

Subsistema  
Integrado  
de Atenção  
à Saúde  
do Servidor

## Covid – 19 – Novo Coronavírus

### Como reduzir o risco de infecção?

#### O que é o novo coronavírus?

O novo coronavírus é um vírus respiratório que provoca uma doença chamada de Covid-19. Os principais sintomas são febre, tosse e dificuldade para respirar, semelhante a um resfriado.

O vírus pode ser transmitido pelo contato com uma pessoa contaminada, pelo toque ou aperto de mãos, ou por gotículas de saliva, tosse, espirro ou catarro.

#### O que você pode fazer?

1



Lave as mãos várias vezes ao longo do dia com água e sabão. Se não houver água e sabão, você também pode usar um desinfetante para as mãos à base de álcool.

2



Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço de papel. Se utilizar um lenço, jogue-o fora imediatamente e lave as mãos.

3



Evite o contato próximo com pessoas que estejam com sintomas de gripe (febre e tosse).

#### Previna-se da doença!

Você sabe quando é recomendada a lavagem das mãos?



- Após tossir ou espirrar
- Quando estiver cuidando de doentes
- Antes, durante e depois de preparar alimentos
- Antes das refeições
- Após ir ao banheiro
- Quando as mãos estiverem visivelmente sujas
- Depois de lidar com animais ou seus dejetos

### QUEM DEVE USAR MÁSCARA



- Profissionais de saúde.
  - Pessoas que apresentam sintomas respiratórios (tosse, espirros ou dificuldade em respirar).
  - Pessoas que prestam atendimento a pessoas com sintomas respiratórios.
- Pessoas saudáveis NÃO precisam usar máscara.**

## É importante diferenciar: Covid-19 x Influenza H1N1

	COVID-19	INFLUENZA (H1N1)
Agente causador	Novo coronavírus: SARS-CoV-2	Influenza A subtipo H1N1
Suscetibilidade	Mais grave em idosos e em indivíduos com comorbidades, no entanto, acomete outra faixas etárias	Crianças, idosos, gestantes e puérperas são mais susceptíveis as formas graves
Período de incubação (tempo que leva para os primeiros sintomas aparecerem desde a infecção)	Estimado em 5 a 6 dias podendo variar de 0 a 14 dias	03 a 05 dias
Período de transmissão	7 dias após o início dos sintomas, no entanto, estudos apontam que pode ocorrer transmissão mesmo sem o aparecimento de sinais e sintomas	Em crianças é de até 14 dias, enquanto que nos adultos é de até 07 dias. Pode ser transmitida até 01 dia antes do início dos sintomas e há casos de transmissão por pacientes assintomáticos
Meios de transmissão	Secreções (gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro); Contato pessoal próximo (cerca de 1m), toque ou aperto de mão; Contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz e olhos. Obs: o vírus vive de 06 a 12 horas em superfícies e utensílios	Tosse ou espirros das pessoas infectadas; Contato com objetos contaminados seguidos de contato com boca ou o nariz. Obs: o vírus vive por 2 a 8 horas em superfícies
Sinais e sintomas	Tosse seca, febre (temperatura $\geq$ 38°C), há casos iniciais em que não há febre, dificuldade para respirar, taquicardia, dor no peito, fadiga	Tosse, espirro, febre, Em crianças, observar sinais de piora: respiração rápida e/ou dificuldade para respirar, hipoatividade, irritabilidade, cianose (pele azulada) de extremidades, diminuição da ingesta e vômitos
Tratamento	Não há medicamento específico ainda, recomenda-se o uso de analgésicos e antitérmicos para alívio dos sintomas	Medicamentos para alívio dos sintomas, repouso, evitar contato com outras pessoas, hidratação, nos casos graves, uso de antibióticos

Fonte: Organização Mundial da Saúde (OMS); [fiocruz.br/coronavirus](http://fiocruz.br/coronavirus)

## Fique por dentro!



Quem tem maiores riscos de ter a doença agravada?

Pessoas idosas (acima de 60 anos) e portadores de doenças como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares e pessoas imunodeprimidas.



Até o presente não existe vacina contra Covid-19 e nenhum tratamento específico, porém tem estudos em andamento. A vacina contra a gripe não previne contra Covid-19, mas evita que a pessoa tenha outros tipos de doenças respiratórias, como a Influenza H1N1.



Não existem evidências científicas que animais de estimação transmitem Covid-19.



Ainda não existem dados específicos, mas as gestantes passam por mudanças imunológicas que podem deixá-las mais vulneráveis.



Vitamina D e C, água com limão nenhuma delas previnem Covid-19.



O estudo do Imperial College, de Londres assinado por 50 cientistas traz que o distanciamento social, o isolamento dos doentes e testes de diagnóstico de coronavírus são medidas de prevenção que podem salvar 38,6 milhões de pessoas no mundo (<https://www.imperial.ac.uk/media/imperial-college/medicine/sph/ide/gida-fellowships/Imperial-College-COVID19-Global-Impact-26-03-2020v2.pdf>).

