

# Covid-19



**COVID-19** é o nome da doença provocada pelo novo coronavírus SARS-COV-2, que pode causar infecção respiratória grave como a pneumonia.

## Quais os sinais e sintomas?

- Febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), sem causa atribuível
- Tosse, ou agravamento do padrão habitual da tosse, ou associada a dores de cabeça ou dores no corpo generalizadas
- Dificuldade respiratória/dispneia, sem causa aparente
- Perda total ou parcial do olfato
- Diminuição ou perturbação do paladar com início súbito

Em casos mais graves, pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte.

## Qual o período de contágio?

O período de contágio (tempo decorrido entre a exposição ao vírus e o aparecimento de sintomas) é atualmente considerado de 14 dias. A transmissão por pessoas assintomáticas (sem sintomas) ainda está a ser investigada.

## Que posso fazer para me prevenir?

- Manter o distanciamento entre pessoas
- Usar equipamentos de proteção (ex. Máscara)
- Manter uma boa higiene pessoal, nomeadamente a lavagem das mãos e etiqueta respiratória (quando tossir ou espirrar cobrir a boca e o nariz com um lenço descartável, ou com o braço para evitar a projeção de gotículas, não use a mão)
- Manter uma boa higiene ambiental, como a limpeza e desinfeção