

Tem **dúvidas** sobre o

**CORONAVÍRUS** ?

**NÓS PODEMOS  
TE AJUDAR**

 **Uniprime**  
cooperativa de crédito



Novas orientações

**CORONAVÍRUS**  
**COVID-19**

O coronavírus causa uma  
doença chamada **COVID-19**.

Como nunca tivemos  
contato com o vírus antes,  
não temos imunidade.

# Como é transmitido?

---

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo, por meio de:



Aperto de mãos  
(principal forma de contágio)



Gotículas  
de saliva



Espirro



Tosse



Catarró



Objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc.

# Quais são os sintomas?

---



Os sintomas mais comuns são febre e tosse ou dificuldade para respirar.

# Comparativo entre doenças respiratórias:

| Sintomas  | Coronavírus<br>Os sintomas vão de leves a severos | Resfriado<br>Início gradual dos sintomas | Gripe<br>Início repentino dos sintomas |
|---|---|--|--|
|  Febre                      | Comum   | Raro                                     | Comum                                  |
|  Cansaço                    | Às vezes  | Às vezes                                 | Comum                                  |
|  Tosse                      | Comum (geralmente seca)                           | Leve                                     | Comum (geralmente seca)                |
|  Espirros                   | Raro  | Comum                                    | Raro                                   |
|  Dores no corpo e mal-estar | Às vezes  | Comum                                    | Comum                                  |
|  Coriza ou nariz entupido   | Raro  | Comum                                    | Às vezes                               |
|  Dor de garganta          | Às vezes  | Comum                                    | Às vezes                               |
|  Diarreia                 | Raro  | Raro                                     | Às vezes, em crianças                  |
|  Dor de cabeça            | Às vezes  | Raro                                     | Comum                                  |
|  Falta de ar              | Às vezes  | Raro                                     | Raro                                   |

# Estou com sintomas de gripe. O que devo fazer?

---

- Se você está com sintomas de gripe, fique em casa por 14 dias e siga as orientações do Ministério da Saúde para o isolamento domiciliar.
- Só procure um hospital de referência se estiver com falta de ar.

## Quem corre mais risco?

---

Pessoas acima dos 60 anos e aquelas com doenças crônicas, como diabetes e doenças cardiovasculares. Esse público não deve viajar nem frequentar cinemas, shopping, shows e outros locais com aglomerações. **A orientação é FICAR EM CASA.**

Caso utilize medicamento de uso contínuo, entre em contato com seu médico ou peça para algum familiar ir até o posto de saúde para buscar uma receita com validade ampliada, principalmente no período de outono e inverno. Isso reduz o trânsito desnecessário nos postos de saúde e farmácias.

## Há riscos maiores para grávidas?

---

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



# Como se proteger?



Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool em gel 70%.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.



Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.



Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico, mas sempre com um sorriso no rosto.



Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.

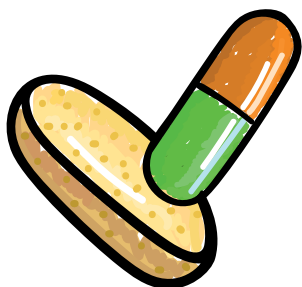


Durma bem e tenha uma alimentação saudável.

# Já existe tratamento contra o coronavírus (COVID-19)?

---

**Não.** Os médicos tratam os sintomas para evitar o agravamento da doença e reduzir o desconforto.



## Adianta tomar a vacina contra a gripe ?

---

**Não,** mas evita que a pessoa tenha outros tipos de doenças respiratórias.

## Quando usar máscara?

---

- Use máscara se estiver tossindo ou espirrando para evitar transmitir vírus para outras pessoas.
- Para pessoas saudáveis, use máscara se estiver cuidando de uma pessoa com doenças respiratórias.
- As máscaras são eficazes somente quando usadas em combinação com a limpeza frequente das mãos com água e sabão ou higienizadas com álcool em gel 70%.
- Após usar a máscara, descarte-a em local adequado e lave as mãos.
- Em todas as situações recomendadas, utilize a máscara do tipo cirúrgico. A máscara N95 é de uso dos profissionais de saúde e é fundamental para sua proteção. Há risco de faltar, caso a população compre também.



## Como ter uma máscara de tecido?

---

- Em primeiro lugar, é preciso dizer que a máscara é de uso individual.
- É necessário, pelo menos, duas camadas de tecido, como algodão, tricoline ou TNT.
- Cobrir totalmente boca e nariz e ficar bem ajustado ao rosto.

**Cada município possui uma regra para a utilização de máscaras, confira a determinação conforme a sua região.**

## Vou viajar para um local com casos de coronavírus (COVID-19). O que faço?

---

- Avalie a necessidade real da viagem e adie, se possível.
- Se for inevitável, previna-se e siga as orientações das autoridades de saúde locais.



## Voltei de viagem internacional. O que faço?

---

- Recomenda-se isolamento domiciliar voluntário por 7 dias após o desembarque, mesmo que não tenha apresentado os sintomas.
- Reforce os hábitos de higiene, como lavar as mãos com água e sabão.
- Caso apresente sintomas de gripe, siga as orientações do Ministério da Saúde para isolamento domiciliar.



## **Voltei de viagem doméstica. O que faço?**

---

- Fique atento à sua condição de saúde, principalmente nos primeiros 14 dias.
- Reforce os hábitos de higiene, como lavar as mãos com água e sabão.
- Caso apresente sintomas de gripe, siga as orientações do Ministério da Saúde para isolamento domiciliar.

## **Tem algum risco em andar de táxi, metrô, trem e ônibus?**

---

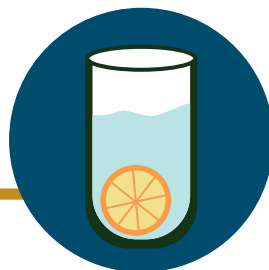
Recomenda-se evitar. Se não puder, evite horário de pico, tente manter uma distância segura de uma pessoa para outra e redobre os cuidados com a higiene.



## **Vitaminas D e C ou água com limão previnem o coronavírus (COVID-19)?**

---

Nenhuma delas. Não existe vitamina, terapia alternativa ou remédio licenciado capaz de evitar o contágio ou tratar a doença.



# Animais de estimação transmitem coronavírus (COVID-19)?

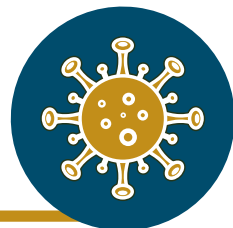


Ainda não existem evidências nesse sentido.

## Quais as orientações para as instituições de ensino?

Planeje antecipação das férias, visando reduzir o prejuízo do calendário escolar, ou utilize ferramentas de ensino a distância.

## O Brasil está preparado para enfrentar o coronavírus (Covid-19)?



**Sim!** Antes mesmo da Organização Mundial de Saúde (OMS) confirmar a epidemia na China, o Brasil já havia identificado o surto.

Diante desse cenário, foram realizados boletins epidemiológicos diários, materiais para a vigilância, instruções de procedimentos da doença e fortalecimento da rede laboratorial.

Além disso, foi criado um site ([saude.gov.br/coronavirus](http://saude.gov.br/coronavirus)) para esclarecer as dúvidas da população e de profissionais de saúde.

Nosso país possui um Plano de Contingência em todo o território nacional que prevê ações para uma transmissão da doença local ou ampliada, de acordo com as medidas previstas pelo protocolo mundial.

# Tem recebido muitas notícias sobre a doença?

---

**Para evitar que mentiras sobre o coronavírus (COVID-19) se espalhem, confirme se as mensagens são verdadeiras antes de repassá-las.**

Procure o canal **Saúde Sem Fake News**, no endereço **saude.gov.br/fakenews**. Lá, você encontrará respostas oficiais e atualizadas. Caso não encontre sua dúvida no *site*, envie uma mensagem para o WhatsApp: **(61) 99289-4640**.

## Fique atento!

---



O Ministério da Saúde realiza diariamente coletiva de imprensa e atualização dos dados da doença no Brasil e no mundo.



**Baixe o aplicativo  
Coronavírus-SUS  
e fique preparado.**

