

SOBRE A DOENÇA DO CORONAVÍRUS (COVID-19)

O QUE É

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus

Os coronavírus humanos são comuns e são geralmente associados com doenças leves, similares a uma gripe comum.

PROPAGAÇÃO

Os coronavírus são mais comumente propagados de uma pessoa infectada através:

- ▶ de gotículas do sistema respiratório quando você tosse ou espirra
- ▶ do contacto pessoal próximo, tais como o toque corporal ou aperto de mão
- ▶ de tocar algo que contém o vírus, e em seguida, tocar os olhos, nariz ou boca antes de lavar as mãos

Não é sabido que esses vírus se propaguem através de sistemas de ventilação ou através da água.

SE APRESENTAR SINTOMAS

Se apresentar sintomas da COVID-19 - febre, tosse ou dificuldade em respirar:

- ▶ fique em casa (isole-se) para evitar a propagação para outras pessoas
 - se você morar com outras pessoas, fique em um quarto separado ou mantenha uma distância de 2 metros
- ▶ telefone antes de visitar um profissional de cuidados médicos ou telefone para a sua autoridade local de saúde pública informe de vos symptômes la personne à qui vous parlez, puis suivez ses instructions;
 - relate os seus sintomas a eles e siga suas instruções
- ▶ se precisar de atenção médica imediata, telefone para 911 e relate seus sintomas

SINTOMAS

Os sintomas podem ser muito leves ou mais graves.

Os sintomas podem levar até 14 dias para aparecer após a exposição ao vírus.



FEBRE



TOSSE



DIFICULDADE EM RESPIRAR

PREVENÇÃO

A melhor maneira de prevenir a propagação de infecções é:

- ▶ praticar sempre o distanciamento social
- ▶ ficar em casa se estiver doente para evitar a propagação da doença para outras pessoas
- ▶ lavar as mãos frequentemente com água e sabão durante 20 segundos no mínimo
- ▶ evitar tocar os olhos, nariz e boca, especialmente antes de lavar as mãos
- ▶ evitar contacto próximo com pessoas que estão doentes
- ▶ ao tossir e espirrar:
 - cobrir a boca e nariz com o seu braço ou lenços de papel para reduzir a propagação de germes
 - descartar imediatamente os lenços utilizados no lixo e assim que possível lavar as mãos logo após
- ▶ limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies tocadas, tais como brinquedos, dispositivos eletrônicos e maçanetas.
- ▶ use uma máscara não médica ou cobertura facial (ou seja, fabricada para cobrir totalmente o nariz e a boca sem aberturas, e presa à cabeça por tiras ou elásticos para prendem nas orelhas) podem proteger outras pessoas ao seu redor.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES, VISITE

Canada.ca/coronavirus

OU CONTACTE 1-833-784-4397