



Conheça os fatos sobre a doença do coronavírus (COVID-19)

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus. Os coronavírus humanos são comuns e são geralmente associados com doença leve, similar a uma gripe comum.

Os sintomas dos coronavírus humanos podem ser bem leves ou mais graves, tais como:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade em respirar

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

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

- gotículas do sistema respiratório quando você tosse ou espirra
- contacto pessoal próximo, tais como o toque corporal ou aperto de mão
- 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 propagam através de sistemas de ventilação ou através da água.

A melhor maneira de prevenir a propagação de infecções é:

- 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;
- tossir ou espirrar para a manga da sua camisa e não para as suas mãos;
- praticar sempre o distanciamento social;
- ficar em casa se estiver doente para evitar a propagação da doença para outros; e
- usar 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 prender nas orelhas) para proteger as pessoas e superfícies ao seu redor.





O Governo do Canadá implementou uma Ordem de Emergência sob a Lei de Quarentena (*Quarantine Act*). Esta ordem significa que todos os indivíduos que entram no Canadá, seja por via aérea, marítima ou terrestre, devem ficar em casa por 14 dias para limitar a introdução e propagação da COVID-19. O período de 14 dias começa no dia que você entra no Canadá.

- Caso tenha viajado e não apresenta sintomas, você deve entrar em quarentena (auto-isolar).
- Caso tenha viajado e apresenta sintomas, você deve se isolar.

Para obter mais informações sobre o coronavírus:

- 1-833-784-4397
- canada.ca/coronavirus
- phac.info.aspc@canada.ca