

## GUIA DE PREVENÇÃO SOBRE O CORONAVÍRUS: SAIBA COMO SE PROTEGER

São Paulo criou o centro de contingência do Estado para monitorar e coordenar ações contra a propagação do novo coronavírus.

### O QUE É O CORONAVÍRUS?

A doença provocada pelo novo Coronavírus é denominada oficialmente como COVID-19, sigla em inglês para “coronavirus disease 2019” (doença por coronavírus 2019, na tradução).

- É um vírus que causa doença respiratória pelo agente coronavírus, com casos recentes registrados em várias partes do mundo.
- Quadro pode variar de leve a moderado, semelhante a uma gripe. Alguns casos podem ser mais graves, por exemplo, em pessoas que já possuem outras doenças. Nessas situações, pode ocorrer síndrome respiratória aguda grave e complicações. Em casos extremos, pode levar a óbito.

### SINTOMAS:



FEBRE



TOSSE



DIFICULDADE  
PARA RESPIRAR

Além disso, outros sintomas como cansaço, dores, corrimento e congestão nasal, dor de garganta e diarreia podem ocorrer.

### COMO OCORRE A TRANSMISSÃO?



ESPIRRO



TOSSE



CATARRO



GOTÍCULAS  
DE SALIVA



CONTATO FÍSICO  
COM PESSOA  
INFECTADA



CONTATO COM  
SUPERFÍCIES  
CONTAMINADAS

Seguido de contato com boca, nariz e olhos.

### PROTEJA-SE:

**LAVE AS MÃOS FREQUENTEMENTE COM ÁGUA E SABÃO E USE ANTISSÉPTICO DE MÃOS À BASE DE ÁLCOOL GEL 70%, PRINCIPALMENTE:**

- Após tossir ou espirrar.
- Depois de cuidar de pessoas doentes.
- Após ir ao banheiro.
- Antes e depois de comer.

#### AO TOSSIR E ESPIRRAR:

- Cubra a boca e o nariz. Use os braços ou lenço descartável. Evite usar as mãos. E se usar, lembre de lavar bem com água e sabão.
- Se usar um lenço, jogue-o fora imediatamente e lave as mãos.
- Use, preferencialmente, lenços descartáveis.

#### PREVINA-SE:

- Evite ficar em contato próximo a pessoas com febre e tosse.
- Procure um serviço médico se apresentar sintomas como febre, tosse e dificuldade de respirar.

#### MÁSCARAS:

No momento, não há recomendação para uso de máscaras para a população no geral. Quem estiver saudável não precisa se preocupar com isso. Mas todos devem sempre fazer a higienização das mãos com água e sabão ou álcool gel, e evitar contato com mucosas de nariz, boca e olhos. São cuidados simples, importantes e que devem ser frequentes para prevenir doenças contagiosas.

#### FIQUE ATENTO:

Quem esteve em países com casos confirmados da doença e apresentar sintomas suspeitos deve:

- Evitar o contato com outras pessoas.
- Procurar um serviço médico imediatamente.
- Seguir os cuidados recomendados.

#### CASOS SUSPEITOS:

Quem apresentar os sintomas deve procurar **qualquer serviço de saúde**.

- Para casos graves, a rede estadual de saúde preparou hospitais de referência na capital, interior e litoral.

#### NOTIFICAÇÃO:

A notificação deve ser feita pelo serviço de saúde que atender o paciente em até 24 horas. A comunicação é feita pelas prefeituras ao Centro de Informações Estratégicas em Vigilância em Saúde.

MAIS INFORMAÇÕES EM:

[www.saopaulo.sp.gov.br/coronavirus](http://www.saopaulo.sp.gov.br/coronavirus)