

## INFORMAÇÕES BÁSICAS: PREVENÇÃO AO CORONAVÍRUS

### O que é o Coronavírus?

Para compreender melhor do que se trata essa família de vírus que causa infecções respiratórias, orientamos acesso ao material disponível em: <http://saude.sc.gov.br/coronavirus>.

### Como o coronavírus (COVID-19) 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



Catarro



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.



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.

### Prevenção:

Segundo o Ministério da Saúde, além das ações de isolamento social, são necessárias algumas ações para prevenir o contágio com o Coronavírus:

## 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.



Evite circulação desnecessária nas ruas. Se puder, fique em casa.



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.

Fonte: MINISTÉRIO DA SAÚDE.

**Atenção às *fake news*!** Orientamos o acesso ao site do Ministério da Saúde <https://coronavirus.saude.gov.br/>, bem como à página da Secretaria de Estado da Saúde de Santa Catarina, <http://saude.sc.gov.br/coronavirus/>, nas quais são atualizadas, diariamente, as informações acerca do número de casos no Estado, bem como todas as informações oficiais. **Evite a disseminação de informações de origem desconhecida!**

Além disso, sugerimos que sigam as páginas oficiais da Secretaria da Saúde de SC e do Ministério da Saúde, no Instagram: **@saude.sc** e **@minsaude**

