



# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

APRESENTAÇÃO DIRIGIDA A INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR  
Informações atualizadas à data de 17/03/2020



# NOVO CORONAVÍRUS

1. O que sabemos sobre COVID-19?
2. O que está a ser feito em Portugal?
3. Quais as medidas de prevenção recomendadas?
4. O que é o período de isolamento?
5. Onde obter informação fidedigna?
6. Medidas recomendadas para Instituições de Ensino Superior.



# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

Atualmente estão ainda a ser desenvolvidos vários estudos relacionados com o novo coronavírus (SARS-CoV-2).

**Toda a informação apresentada hoje poderá ser modificada no futuro, à medida que forem conhecidas mais informações sobre o vírus.**



# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

4

**COVI**  
**D**  
**19**

**C**oronavírus  
**D**oença  
**2019** (ano em que foi identificado)



**SARS**  
**CoV**  
**2**

**S**índrome **R**espiratório **A**gudo **G**rave  
**C**oronavírus  
**2** (primeiro foi identificado em 2002)



# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

O **NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2)** foi identificado pela primeira vez em Dezembro de 2019, em Wuhan, na China.



A sua origem **AINDA ESTÁ SOB INVESTIGAÇÃO** e nunca tinha sido identificado antes em seres humanos.



# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

O vírus é **TRANSMITIDO ENTRE PESSOAS**, possivelmente através de **GOTÍCULAS, SECREÇÕES** e **AEROSSÓIS** infetados.



Estima-se que o **PERÍODO DE INCUBAÇÃO** (entre a exposição e aparecimento de sintomas) seja entre **2 E 14 DIAS**. A transmissão por pessoas assintomáticas ainda está a ser investigada.

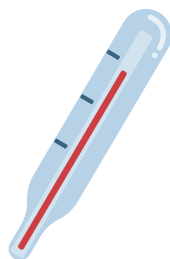


# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

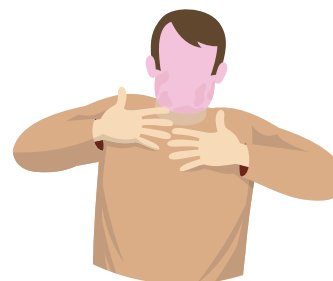
Na maioria dos casos apresenta **sintomas respiratórios ligeiros a moderados**, semelhantes à *gripe sazonal*.



**Tosse**



**Febre**



**Dificuldade respiratória**

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

**A MAIORIA DOS CASOS RECUPERA SEM SEQUELAS.**



## GRUPOS DE RISCO



Idosos



Pessoas com doenças crónicas



Profissionais de saúde





# O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

**ATUALMENTE NÃO HÁ VACINA** contra o SARS-CoV-2.

O tratamento não é específico para SARS-CoV-2 mas é **DIRIGIDO AOS SINTOMAS E SINAIS APRESENTADOS PELOS DOENTES.**





# DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a Orientação 02A/2020, considerar **CASO SUSPEITO** se:

**CRITÉRIOS CLÍNICOS:** infeção respiratória aguda, apresentando febre, tosse ou dificuldade respiratória, sem outra história que explique o quadro.

**E**

**CRITÉRIOS EPIDEMIOLÓGICOS:** nos 14 dias anteriores ao aparecimento de sintomas apresenta **história de viagem ou residência** em áreas com transmissão comunitária ativa **OU contacto** com caso confirmado ou provável de doente com COVID-19.



# DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a Orientação 02A/2020, considerar **CASO SUSPEITO** se:

OU

**CRITÉRIOS CLÍNICOS:** infeção respiratória aguda **grave** requerendo **hospitalização** sem outra etiologia.

# O QUE ESTÁ A SER FEITO EM PORTUGAL?

Para além de respostas articuladas entre diferentes ministérios, a Direção-Geral da Saúde tem desenvolvido várias atividades:



Elaboração e divulgação de **orientações técnicas**



Comunicação externa através de **comunicados** e **conferências de imprensa**



Produção de **materiais informativos** para diferentes públicos



Ativação de **sistema de triagem** SNS24 e Linha de Apoio ao Médico

# O QUE ESTÁ A SER FEITO EM PORTUGAL?



## SNS 24

808 24 24 24

# QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?



Quando tossir, **proteger o nariz e a boca com um lenço ou com o antebraço**. Deitar o lenço de papel no lixo e lavar mãos de seguida.



**Lavar frequentemente as mãos** com água e sabão ou solução à base de álcool.



**Evitar o contacto físico** com pessoas com infeção respiratória.

## SE NÃO TIVER SINTOMAS



Seguir **RECOMENDAÇÕES GERAIS**, como lavar as mãos e evitar contacto próximo com pessoas doentes.



Adotar **MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA** e utilizar máscara apenas se apresentar sintomas.



Evitar o **USO DESNECESSÁRIO DE MÁSCARA CIRÚRGICA**, que podem conferir uma falsa sensação de proteção.

## SE VIAJAR PARA ÁREAS AFETADAS | [Informação 003/2020](#)



Seguir **RECOMENDAÇÕES GERAIS**, como lavar as mãos e evitar contacto próximo com pessoas doentes.



Adotar **MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA** e utilizar máscara apenas se apresentar sintomas.



**EVITAR CONTACTO COM ANIMAIS** e não consumir alimentos de origem animal crus ou mal cozinhados.



## SE REGRESSAR DE ÁREAS AFETADAS | [Informação 005/2020](#)

### SEM SINTOMAS

- Se proveniente de **área afetada** ou **contacto próximo com caso confirmado de COVID-19**, nos 14 dias seguintes deve ficar sob **VIGILÂNCIA** sendo contactado diariamente pela Autoridade de Saúde Local.



## VIGILÂNCIA ATIVA

**MONITORIZAÇÃO DIÁRIA PELA AUTORIDADE DE SAÚDE (AS)** durante 14 dias (o período máximo de incubação da doença) desde a data da última exposição.



**Registrar temperatura corporal** (duas vezes por dia)



Restringir contactos sociais e **não viajar**



Estar contactável e **contactar AS se surgirem sintomas**



## VIGILÂNCIA PASSIVA

**MONITORIZAÇÃO PELO PRÓPRIO**, durante 14 dias desde a última exposição



Registrar temperatura corporal (duas vezes por dia)



Restringir contactos sociais



Contactar **SNS 24** se surgirem sintomas

## SE REGRESSAR DE ÁREAS AFETADAS | [Informação 005/2020](#)

### COM SINTOMAS

- **PERMANECER EM CASA** e evitar contacto próximo com outras pessoas.
- Não se deslocar de imediato aos serviços de saúde e **CONTACTAR SNS 24**, referindo o histórico de viagem.
- Evitar partilhar utensílios e **UTILIZAR MÁSCARA CIRÚRGICA**, se possível.

## Quando utilizar uma MÁSCARA CIRÚRGICA?

A Organização Mundial de Saúde recomenda o **USO RACIONAL DE MÁSCARAS**, apenas para pessoas:

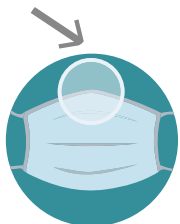
- Com sintomas de infeção respiratória, como febre, tosse, espirros;
- Suspeitas de COVID-19;
- Que prestem cuidados a suspeitos de COVID-19.



Ao **COLOCAR** máscara cirúrgica (*ou outra*) deve:



**Lavar as mãos** com água e sabão ou solução à base de álcool.



**Posicionar a máscara** na posição correta. *A borda dobrável deve estar para cima e a parte colorida para fora.*



**Segurar máscara pelas linhas de suporte/elásticos** e adaptar a cada orelha. Ajustar máscara junto ao nariz e queixo, **sem tocar na face da máscara.**

Ao **REMOVER** máscara cirúrgica (*ou outra*) deve:



**Lavar as mãos** com água e sabão ou solução à base de álcool.



**Retirar máscara** apenas segurando nas linhas de suporte/elásticos.



Colocar a máscara no **recipiente adequado** (*resíduos de grupo III – saco branco descartável*) e **lavar novamente as mãos**.

## PRECAUÇÕES BÁSICAS DE CONTROLO DE INFEÇÃO | Orientação 03/2020



### Higiene das mãos

- Antes do contacto com o doente
- Antes de procedimentos assépticos
- Após o risco de exposição a fluidos orgânicos
- Após contactar com o doente
- Após a remoção de equipamentos de proteção individual



Isolamento dos doentes



Etiqueta respiratória



Uso racional e adequado de EPI



Descontaminação de material



Controlo ambiental



Manuseamento seguro da roupa



Recolha segura de resíduos



Práticas seguras com injetáveis



Exposição de risco no local de trabalho





# O QUE É O PERÍODO DE ISOLAMENTO?



O **isolamento** e o **distanciamento social** são medidas de afastamento social essenciais em Saúde Pública.



Estas **medidas** são especialmente utilizadas em resposta a uma epidemia e **pretendem**:



**Proteger a população quebrando a cadeia de transmissão entre indivíduos.**



# O QUE É O DISTANCIAMENTO SOCIAL?

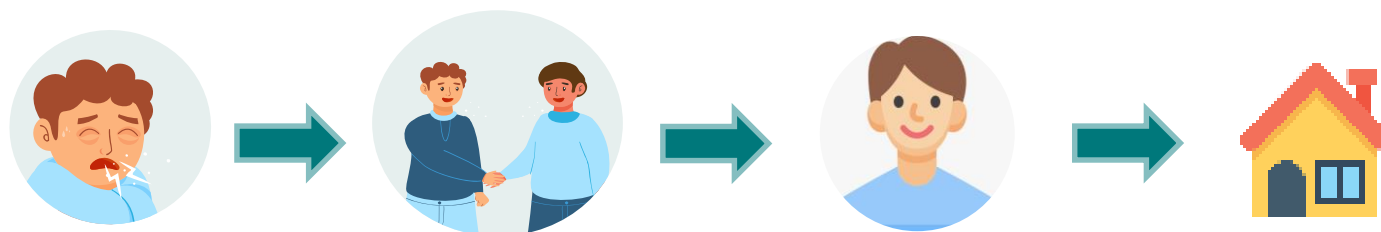
O **distanciamento social** é uma medida proposta a **pessoas sem sintomas** (assintomáticas) e que têm baixo risco de contrair a doença.





# O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?

O **isolamento profilático** é uma medida determinada pela Autoridade de Saúde às **pessoas que não têm sintomas** mas que tiveram uma **exposição de alto risco à doença**.



**Profilático** significa **prevenir!**

O que se pretende com esta medida é **prevenir a transmissão da doença** através do **isolamento**.



# O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?



Uma vez que a maioria das **peças com COVID-19 desenvolve sintomas ligeiros a moderados**, nem todas as pessoas infetadas necessitam de **internamento hospitalar**.



Algumas pessoas ficam por isso em **tratamento ambulatorio**, ou seja, em casa.



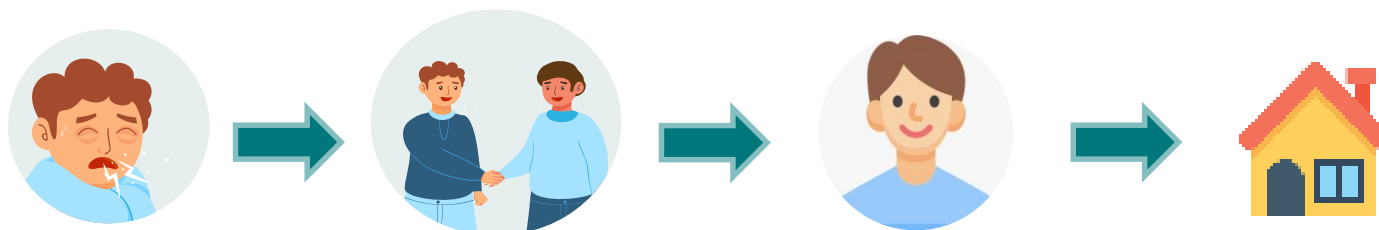
As **peças com COVID-19** que ficam em **casa**, devem ficar em **isolamento**.



# O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?

Isolamento de doentes  $\neq$  Isolamento profilático

A pessoa em isolamento **profilático**, apesar de **não ter sintomas**, **isola-se** para **evitar** a **transmissão** da doença, devido ao risco de ter estado exposto.





# SE DESENVOLVER SINTOMAS...

Caso desenvolvam **sintomas** estas pessoas devem **contactar** de imediato o SNS 24 ou 112 e necessário, informando que está em isolamento:





## PERMANEÇA EM CASA

Não se dirija ao trabalho, à escola ou a espaços públicos, nem utilize transportes públicos.



## NÃO RECEBA VISITAS

Não convide pessoas a sua casa. Caso seja urgente falar com alguém, faça-o por telefone.



## NÃO PARTILHE ITENS

Não partilhe pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros itens.



## SEPARADO DE OUTROS

Deve permanecer numa divisão própria e evitar contacto com outros em espaços comuns.





## LIGA ANTES AO MÉDICO

Evite deslocações desnecessárias a serviços de saúde e ligue antes para averiguar alternativas.



## LAVE AS MÃOS

Lave as mãos frequentemente, com água e sabão durante, pelo menos 20 segundos.



## MÁSCARA, SE NECESSÁRIO

Se lhe foi recomendado, deve utilizar uma máscara quando estiver com outras pessoas.



## AO ESPIRRAR E TOSSIR

Tape a boca e o nariz com um lenço descartável, deite o lenço no lixo e lave as suas mãos.



## MONITORIZAR SINTOMAS

Meça a sua temperatura diariamente e informe se surgir um agravamento dos sintomas.



## CUIDADO COM RESÍDUOS

Coloque os resíduos produzidos num saco de plástico diferente dos restantes.

# ONDE OBTER INFORMAÇÃO FIDEDIGNA?



## Microsite com informação atualizada em português (DGS)



*clique nas imagens para aceder às páginas oficiais das respetivas entidades*

## Microsite com informação atualizada em português (DGS)



[Orientações técnicas](#)

[Informações](#)

[Vídeos](#)

[Perguntas Frequentes](#)

[Cartazes](#)

[Comunicados](#)

## INFORMAÇÕES GERAIS

- [Recomendações para eventos públicos e eventos de massas](#)
- [Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus](#)
- [Recomendações para viajantes](#)

## ORIENTAÇÕES TÉCNICAS

- [Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas](#)
- [Procedimentos para portos e viajantes por via marítima](#)
- [Procedimentos de vigilância de aeroportos e viajantes por via aérea](#)
- [Prevenção e Controlo de Infeção por novo Coronavírus \(2019-nCoV\)](#)
- [Doença pelo novo Coronavírus \(COVID-19\) - Nova definição de caso](#)
- [Infeção pelo novo Coronavírus \(2019-nCoV\)](#)



# QUAL O PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR?

Ser um agente de Saúde Pública para **MOBILIZAR A SOCIEDADE**



Envolver **PARCEIROS E AGENTES COMUNITÁRIOS**



**AUMENTAR CONFIANÇA** de diferentes públicos-alvo



# QUAL O PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR?



**DISSEMINAR FACTOS** | Aumenta o conhecimento sobre a doença e permite reduzir o estigma associado.



**SER INFLUENCIADORES SOCIAIS** | Difundir a mensagem a diferentes públicos.



**PROMOVER RECURSO A FONTES OFICIAIS** | A desinformação pode levar as pessoas a adotar medidas pouco efetivas e aumentar o risco de transmissão do vírus.





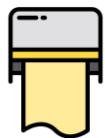
# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Medidas Internas:

### ASSEGURAR A DISPONIBILIDADE DE:



Estruturas para a lavagem das mãos com água e sabão líquido;



Toalhetes de papel (deve ser evitado o uso de toalhas de tecido);



Contentores próprios para a colocação de lixo e restantes resíduos.



# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Medidas Internas:

### ASSEGURAR A DISPONIBILIDADE DE:



Limpeza das superfícies de utilização comum, várias vezes ao dia, de acordo com as recomendações existentes;



Dispensadores de solução alcoólica, no início das filas para a cantina, promovendo a sua utilização antes das refeições;



Renovação de ar das salas de aula e de espaços fechados, idealmente 6 a 12 renovações por hora.



# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Medidas Internas:

**Afixar cartazes ou folhetos** promovendo boas práticas e as orientações da Direção-Geral da Saúde:

- Medidas gerais de controlo de infeção – colocar na entrada da Instituição e em locais com visibilidade;
- Lavagem das mãos – colocar em todas as casa de banho;
- Guia para utilização de solução à base de álcool - colocar no início das filas para a cantina.





# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Recomendações gerais:



Todos os docentes e não docentes devem desinfetar as mãos à entrada e à saída da Instituição e várias vezes durante o dia, sempre que se justifique;



Todos os docentes e não docentes que manifestem sintomas de gripe não devem comparecer na Instituição;



Os profissionais da Instituição deverão promover e incentivar os alunos a lavarem as mãos com maior assiduidade.



# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Procedimentos de Prevenção Internos

Deverão ser colocados **cartazes ou folhetos** alusivos ao novo coronavírus com orientações da Direção-Geral da Saúde sobre:



- Lavagem das mãos (deverão ser colocados cartazes, em todas as casa de banho, sobre a lavagem correta das mãos – Link: <https://www.dgs.pt/microsite-da-gripe/paginas-acessorias/ficheiros-externos/cartaz-3-lavagem-das-maos-pdf.aspx>);



- À entrada da Instituição deverão estar cartazes alusivos a comportamentos de proteção (Link: <https://www.dgs.pt/coronavirus/ficheiros-externos/cartaz-recomendacoes-pdf.aspx>)



# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Procedimentos de Prevenção Internos

Deverão ser colocados **cartazes ou folhetos** alusivos ao novo coronavírus com orientações da Direção-Geral da Saúde sobre:



- Nas filas para a cantina deverão estar disponíveis dispensadores de solução alcoólica, para que possam desinfetar as mãos antes das refeições (link: [http://www.gcs.ipt.pt/files/Gripe%20A\\_Prospecto%20-%20Fric%27%20-%20Anti-s%29ptica%20das%20m%20s.pdf](http://www.gcs.ipt.pt/files/Gripe%20A_Prospecto%20-%20Fric%27%20-%20Anti-s%29ptica%20das%20m%20s.pdf)).



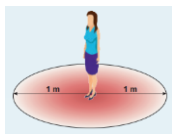
# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Medidas de prevenção da infeção:

Ainda não há vacina para prevenir a doença respiratória aguda, **COVID-19**. A melhor forma de prevenir a infeção é evitando a exposição ao vírus, por isso deve:



Adotar procedimentos de conduta social, alterando a frequência e a forma de contacto entre a comunidade académica, evitando o contacto próximo (ex.: apertos de mãos, beijos e postos de trabalho partilhados);



Evitar contacto próximo com pessoas doentes;



Lavar as mãos à entrada da Instituição, várias vezes durante o dia e sempre que se justifique.



# RECOMENDAÇÕES PARA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

## Medidas de prevenção da infeção:

Reforçar junto da comunidade académica, a importância da **higienização das mãos** e promover a sua correta lavagem:



Lavar antes e depois das refeições, durante os intervalos das aulas e quando chegam a casa;

20



Lavar durante pelo menos 20 segundos;



Remover quaisquer artefactos, como anéis e pulseiras, antes da lavagem das mãos;

Se não tiver água e sabão disponível, pode usar solução à base de álcool, com pelo menos 60% de álcool.





# RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ACADÉMICA

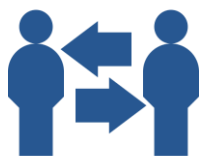
## Medidas de prevenção da infeção:

Promover **Medidas de Etiqueta Respiratória** – ao espirrar ou tossir deve tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo;

Evitar tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos;



Evitar partilhar comida, objetos ou outros bens pessoais (computadores, material escolar, copos, talheres, telemóveis...).





# RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ACADÉMICA

## Medidas de prevenção da infeção:

Limpar e desinfetar com frequência:



Objetos e superfícies de contacto;



Objetos de maior utilização (material escolar, telemóveis, computador...).



# RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ACADÉMICA

## Medidas de prevenção da infeção:

Se apresentar sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade respiratória), deve:



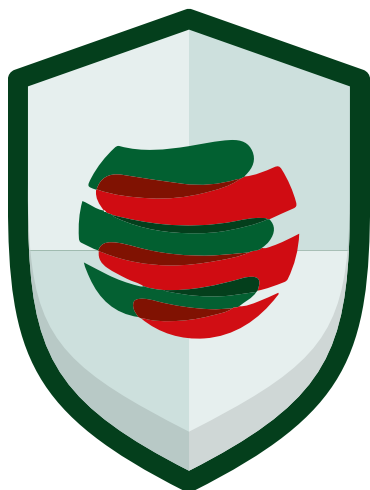
Ficar em casa;



Ligar para SNS24 – 808 24 24 24 e seguir as recomendações;



Não ir diretamente ao médico nem às urgências.



## SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Contribua para a capacitação da população, difundindo informação fidedigna, clara e sem preconceitos.

**REGISTE AS SUAS INICIATIVAS**



SNS  
SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE 1979-2019



DGS  
desde  
1899  
Direção-Geral da Saúde

Melhor informação,  
Mais saúde.

Alameda D. Afonso Henriques, 45  
1049-005 Lisboa – Portugal  
Tel.: +351 218 430 500  
Fax: +351 218 430 530  
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

[www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)