

CORONAVIRUS: PERGUNTAS E RESPOSTAS

O novo coronavírus (COVID-19) foi identificado na China no final de 2019 e é uma nova estirpe que ainda não tinha sido identificada em humanos. Importa lembrar que, atualmente, a causa mais frequente de infeção respiratória e febre são as gripes e as constipações. Aqui recolhemos as informações atualizadas da Direção-Geral da Saúde.

Que sintomas produz?

Os mais comuns incluem:

- Febre;
- Tosse;
- Sensação de falta de ar.

Em alguns casos, também pode haver sintomas digestivos como diarreia e dor abdominal. Em casos mais graves, a infeção pode causar pneumonia, dificuldade significativa em respirar, falência renal e até morte. Geralmente, os casos mais graves ocorrem em pessoas mais velhas ou que padecem de outras patologias como, por exemplo, a patologia cardíaca, pulmonar ou problemas de imunidade.

O que fazer se tiver sintomas?

Se apresentar algum destes sintomas e se viajou recentemente para uma zona de risco (ver mais abaixo) ou teve em contacto com um caso confirmado de coronavírus, entre em contacto com o nosso serviço médico através do telefone 24/7 da Multicare 808 78 24 24 ou 215 556 073 para que possam fazer uma avaliação médica individual do seu quadro clínico.

A infeção é muito contagiosa?

A infeção é transmissível de pessoa para pessoa e o seu contágio depende da quantidade de vírus presente nas vias respiratórias. Para que a infeção se desenvolva, é necessário haver contacto direto entre as secreções respiratórias de um animal infetado, ou de uma pessoa infetada, e as mucosas de outra pessoa (nariz, boca, olhos). A transmissão por via aérea em distâncias maiores que um ou dois metros parece ser pouco provável.

Que posso fazer para me proteger?

As medidas genéricas de proteção individual contra doenças respiratórias incluem:

- Realizar uma higienização frequente das mãos (lavagem com água e sabão ou soluções alcoólicas), especialmente após contacto direto com pessoas doentes;
- Manter uma distância de aproximadamente um metro com pessoas com sintomas de infeção respiratória aguda;
- Cobrir a boca e o nariz com lenços de papel quando tossir.

Estas medidas também protegem contra outras doenças infecciosas tais como as gripes e as constipações. Não são necessárias precauções especiais com alimentos ou animais domésticos, para evitar esta infeção.

Existe tratamento?

Não existe um tratamento específico para o novo coronavírus, mas estão a utilizar-se alguns antivirais que demonstraram alguma eficácia em estudos recentes. No entanto, existem vários medicamentos para controlar os seus sintomas. Os cuidados médicos melhoram o prognóstico.

A utilização de máscaras é útil na população geral?

- Se for saudável, só precisará de usar uma máscara se estiver a cuidar de uma pessoa com suspeita de infeção por coronavírus;
- Use máscara se estiver a tossir ou a espirrar;
- As máscaras são eficazes apenas quando utilizadas em combinação com uma limpeza frequente das mãos, com desinfetante para mãos à base de álcool ou água e sabão;
- Se usar máscara, deve saber como usá-la e descartá-la corretamente;
- Nem todas as máscaras ajudam a prevenir uma infeção.

Quais são as zonas de risco?

Considera-se que as zonas de risco para este vírus são aquelas onde está a ocorrer transmissão ao nível da comunidade. Atualmente existe transmissão comunitária na China continental, Singapura, Hong-Kong, Japão, Coreia do Sul, Irão e Itália (regiões da Lombardia, Véneto, Emília Romana e Piemonte). Dependendo da evolução da situação, as zonas de risco podem variar. Estas podem ser consultadas no site da Direção-Geral da Saúde:

<https://www.dgs.pt/pagina-de-entrada3/corona-virus/organizacoes-internacionais.aspx>

Devo preocupar-me com a situação em Portugal?

Na situação atual, o risco global para a saúde pública em Portugal é considerado moderado a elevado. De momento, as organizações internacionais e o Ministério da Saúde não recomendam a aplicação de quarentena às pessoas que regressaram recentemente de zonas de risco e que estejam assintomáticas e também não estão a implementar medidas extraordinárias de controlo nos pontos de entrada do nosso país.

O que devo fazer se tiver regressado de zonas de risco? (China, Itália...)

- As pessoas que regressam de alguma zona de risco e que têm um bom estado de saúde: podem fazer a sua vida normal, em família, com amigos e, em geral, no ambiente escolar e profissional;
- Se nos 14 dias seguintes ao regresso da viagem as pessoas desenvolverem sintomas respiratórios (febre, tosse e sensação de falta de ar): devem ficar em casa e contactar os serviços de saúde através do telefone 24/7 do nosso serviço médico 808 78 24 24 ou 215 556 073. Os serviços de saúde avaliarão o seu estado de saúde, os antecedentes de viagem e o possível contacto com casos de coronavírus.