



UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE

Realização:

Vanessa Gomes da Cruz
Mestranda em Ciências da Saúde pelo PPGCS

Orientação:

Dra. Gessi Carvalho de Araújo Santos

Dra. Patrícia Ferreira Nomellini

Dra. Leila Rute Oliveira Gurgel do Amaral

Dra. Talita Buttarello Mucari

Contato:

vanessagc@mail.uft.edu.br

**PROTEJA-SE. Para saber
mais sobre o novo
Coronavírus, acesse:
[https://www.paho.org/pt
/covid19](https://www.paho.org/pt/covid19)**

Referências:

OPAS. Folha informativa sobre COVID-19. Disponível em:
<https://www.paho.org/pt/covid19>. Acesso em: 10 de mai. 2021.

Créditos:

Imagens: Saúde vetor criado por freepik - br.freepik.com.

COVID-19

Novo Coronavírus

O que é COVID-19?

A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global.

Como ocorre a transmissão da doença?

O vírus causador da COVID-19 pode se espalhar por meio do contato direto, indireto (através de superfícies ou objetos contaminados) ou próximo (na faixa de um metro) com pessoas infectadas através de secreções como saliva e secreções respiratórias ou de suas gotículas respiratórias.



Tosse



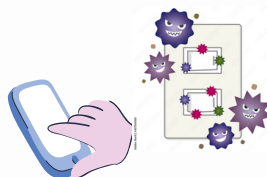
Espirro



Aperto de mãos



Gotículas de salivas



Objetos ou superfícies contaminadas

Quais sintomas eu posso apresentar?



Febre

Dor de garganta

Dor de cabeça

Tosse seca

Perda de olfato e paladar

Outros sintomas como diarreia, conjuntivite, dor no corpo, erupção na pele também podem estar presentes.

Como posso me proteger?

Praticar a higiene das mãos e respiratória é importante em TODOS os momentos e é a melhor maneira de proteger aos outros e a si mesma(o). Sempre que possível, mantenha uma distância de pelo menos 1 metro entre você e os outros, principalmente se você estiver ao lado de alguém que tosse ou espirra.



Usar máscara e manter distância de 1 m de outras pessoas



Lavar as mãos com frequência



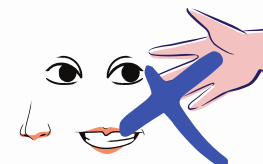
Usar álcool em gel



Manter hábitos de vida saudáveis como boa alimentação e prática de atividade física



Se for espirrar, fazer contra o antebraço e lavar em seguida



Não tocar em olhos, boca e nariz



Vacinar quando for disponibilizado vacina para o seu público-alvo

Como algumas pessoas infectadas podem não estar ainda apresentando sintomas ou os sintomas podem ser leves, manter uma distância física de todos é uma excelente medida de proteção.