

### Enquadramento

A epidemia COVID-19 vem sendo notícia no mundo inteiro e preocupa a grande maioria das pessoas.

Trata-se de um tipo de vírus originário da China, capaz de determinar infecção com repercussões respiratórias e que vem evidenciando uma elevada capacidade de transmissão entre as pessoas. O aumento do número de casos e a disseminação da doença, que iniciou em Dezembro de 2019, preocupa a todos o que justifica a maior atenção por parte das autoridades sanitárias de todo o mundo.

Não existe medicação específica para esta infecção e a vacina ainda não está disponível. Deste modo, tal como a OMS e todas as autoridades de saúde do mundo vêm insistindo, a questão mais importante para contrariar a disseminação da doença situa-se ao nível da prevenção.

## Orientações

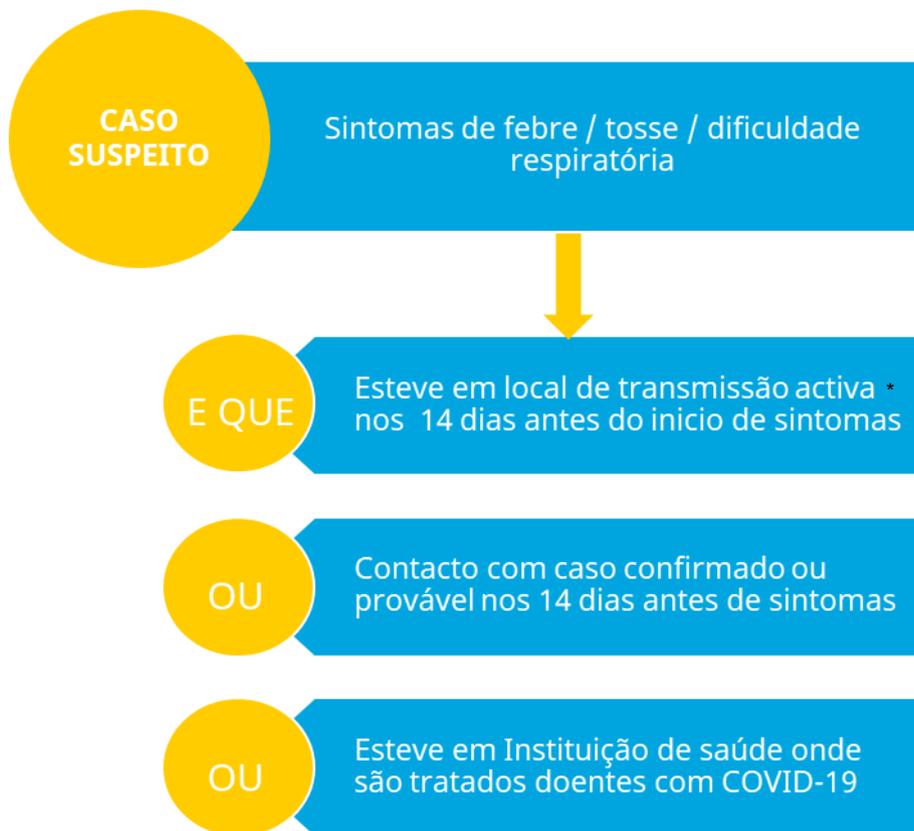
Os comportamentos pessoais, sociais e institucionais são fundamentais na luta contra a epidemia. Limitar o contacto ou as possibilidades de contacto com o vírus é a estratégia mais importante.

As medidas estão identificadas pela OMS e, em Portugal, por via da DGS. Recomendamos que sejam consideradas e que as mesmas sejam publicitadas junto dos trabalhadores:

- Evitar (ou limitar ao máximo) viagens para zonas com um número significativo de casos diagnosticados.
- Havendo necessidade de viagem, procurar junto da DGS a situação e as recomendações específicas para essa região.
- Em caso de sintomas de infeção respiratória (febre, tosse, dificuldade respiratória, dores de cabeça,...) contactar a Linha de Saúde 24 (808242424) antes de se dirigir a qualquer unidade de saúde.
- Em caso de tosse ou espirros tapar a boca e nariz com o braço (não usar as mãos) ou com lenço.
- Deitar os lenços usados para o contentor apropriado.
- Lavar frequentemente as mãos com sabão ou desinfetante ou (em último caso) papel impregnado de álcool.
- Utilizar máscara se estiver com tosse (o uso de máscara não é recomendado para proteger do exterior mas sim para proteger terceiros em caso de ser o próprio a possível fonte de vírus).

Os sites [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt) e <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>, proporcionam toda a informação necessária e cientificamente válida. Entretanto, embora disponível nestes sites, sugerimos a divulgação junto de todos os trabalhadores.

Nota: A linha "Dúvidas sobre viagens COVID-19", está disponível a partir do número telefónico 21 371 02 82, pretende oferecer aos consumidores esclarecimento jurídico (e não sobre saúde) aos viajantes que, perante o atual surto provocado pelo novo coronavírus, querem esclarecer dúvidas acerca de viagens agendadas e de eventuais cancelamentos.



\* locais de transmissão activa, à data de 16/03/2020 (<https://covid19.min-saude.pt/>):

- Ásia: - China, - Coreia do Sul
- Japão, - Singapura
- Médio Oriente: - Irão
- Europa: - Itália, - Suíça
- Espanha (La Rioja; Madrid; Catalunha; País Basco)
- Alemanha (North-Rhine-Westphalia; Baden-Wurtemberg; Baviera)
- França (Ilha de França; Grand Est)

## MEDIDAS

Colocação de máscara e luvas (pelo caso suspeito e acompanhante designado)

- Ir para a área de isolamento / contenção definido no Plano de Contingência
- Lavar as mãos com frequência e colocar máscara
- Contactar a Linha de Saúde 24, Médico Assistente ou a empresa SST (Médico do Trabalho) e seguir as recomendações

