



COVID-19

Recomendações da Junta Geral de Ministérios Globais e da Saúde Global

O conhecimento relacionado com a epidemia de coronavírus (COVID-19) evolui diariamente.

Para controlar a propagação do surto de COVID-19, a Junta Geral de Ministérios Globais recomenda a observação de ações preventivas simples do dia-a-dia, da OMS e das medidas de prevenção e controle de infeções do CDC (Centers for Disease Control and Prevention), dos EUA, que ajudam a prevenir a propagação de vírus respiratórios. Para que estas medidas sejam eficazes, devem ser sempre respeitadas e utilizadas.

Para se proteger:

- † Evite contacto próximo com pessoas doentes.
- † Evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- † Lave muitas vezes as mãos com água e sabão durante pelo menos 40 segundos, especialmente depois de ir ao banheiro; antes de comer; e depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar.
- † Lave sempre as mãos com água e sabão se as mãos estiverem visivelmente sujas.
- † Se o sabão e a água não estiverem prontamente disponíveis, utilize um desinfetante manual à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool.

Se estiver doente, para evitar espalhar doenças respiratórias a outros, deve:

- † Ficar em casa quando estiver doente.
- † Cobrir a tosse ou espirro com um tecido ou com o cotovelo flexionado. Se usar um lenço, jogue sempre no lixo.
- † Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies tocadas

Nota: O CDC não recomenda que as peessoas que não estão doentes usem uma máscara facial.

- Máscaras faciais devem ser usadas por pessoas que apresentam sintomas de uma doença respiratória, a fim de proteger os outros de serem infectados.
- O uso de máscaras faciais também é fundamental para os profissionais de saúde ou outros que estão a cuidar de alguém que está doente.