

# CORONAVÍRUS

Fique por dentro de todas informações do novo vírus COVID-19

## PERGUNTAS E RESPOSTAS

  [hbsaude.com.br](https://www.hbsaude.com.br)

 **HB** SAÚDE  
Sempre ao seu lado

ANS - nº 35024-9

## O que é o Coronavírus?

Coronavírus é o nome de uma grande família de vírus que tem uma estrutura em formato de coroa, conhecida desde 1960. Eles causam infecções respiratórias e já provocaram outras doenças, como a Síndrome Respiratória Aguda Grave (Sars) e a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (Mers).

A doença causada pelo novo Coronavírus recebeu o nome de Covid-19. Ela foi descoberta no final de dezembro de 2019, na China. A primeira morte foi registrada em 9 de janeiro de 2020.

## Como é a transmissão?

Por meio de três formas:

Por vias respiratórias, pelo ar e por gotículas provenientes de espirros e da fala de indivíduos infectados;

Por contato físico, quando essas gotículas com o vírus alcançam mucosas do olho, nariz e boca por meio de beijos e abraços;

Por meio do contato de superfícies contaminadas, quando essas gotículas com o vírus ficam depositadas em locais como um corrimão ou uma maçaneta, e depois entram em contato com mucosas do olho, nariz e boca.

## Como o Coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:



Gotículas de saliva



Espirro



Catarro



Toque ou aperto de mãos



Objetos ou superfícies contaminadas



Tosse

## Quais são os sintomas da doença causada pelo Coronavírus?

Tosse seca, febre e cansaço são os principais sintomas, mas alguns pacientes podem sentir dores no corpo, congestionamento nasal, inflamação na garganta ou diarreia. Nos casos mais graves, que geralmente ocorrem em pessoas que já apresentam outras doenças associadas, há síndrome respiratória aguda e insuficiência renal.

## Como prevenir o Coronavírus?

Conheça as formas de se prevenir contra o Coronavírus: Higienizar as mãos e superfícies, como móveis e corrimão, são as principais formas de se prevenir contra o novo coronavírus. Mesmo com as mãos limpas, evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca. Além disso, é preciso limpar regularmente o ambiente e mantê-lo ventilado.

O uso de máscaras é mais recomendado para quem estiver em contato com alguém com sintoma gripal ou para quem for viajar para áreas de risco de contaminação. Vale lembrar que as máscaras descartáveis devem ser trocadas a cada duas horas.

O Ministério da Saúde alerta também para que não seja feito o compartilhamento de itens pessoais, como talheres e toalhas. Também é recomendável manter a uma distância mínima de um metro de pessoas que estejam espirrando ou tossindo.

## Como posso me proteger?

### CORONAVÍRUS

COVID-19



Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.



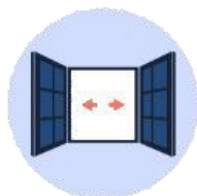
Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

## **Por que lavar as mãos previne contra o Coronavírus? É possível se contaminar com aperto de mãos ou abraços?**

Para infectar uma pessoa, o vírus precisa sair de um doente e entrar no organismo de outra pessoa. Ao tossir, falar ou espirrar, por exemplo, o vírus se espalha por meio das gotículas – não há indício de transmissão pelo ar sem ter relação com estas gotículas.

Estudos avaliados pela Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que o vírus pode persistir nas superfícies por algumas horas ou, até mesmo, vários dias. Isto pode variar e depende das condições do local, do clima e da umidade do ambiente.

Usando as gotículas como "transporte", os vírus podem ficar em superfícies como maçanetas, apoios de transporte público, botões de elevadores, teclas de computador, celulares, entre outros.



## Como lavar as mãos corretamente?

As mãos devem ser lavadas com água e sabão, ou higienizadas com álcool. A recomendação é que a higiene seja completa, inclua a parte inferior da ponta das unhas e alcance também a região do pulso.



USE SABÃO



ESFREGUE AS PALMAS



COSTAS DAS MÃOS



ENTRE OS DEDOS



O POLEGAR



AS UNHAS



O PUNHO



ENXÁGUE AS MÃOS



SECAR BEM COM  
PAPEL TOALHA





## **É possível ser infectado mais de uma vez por Coronavírus?**

Os cientistas ainda não têm essa resposta. Há notícia de um caso de reinfecção no Japão: uma mulher pegou o Coronavírus por duas vezes.

De acordo com Rosana Richtmann, infectologista do Emílio Ribas, o mais provável é que, após a infecção, a maioria das pessoas criem imunidade contra o coronavírus.

"Grandes epidemias começam a diminuir na hora em que uma população grande já foi infectada e já está imune, e não adoecem mais", explica a infectologista. "Se virmos o número de casos [de infecção] na China, veremos que os números começam a cair, porque eu imagino que tenha muita gente que já esteja imune."

## **Há vacina contra o Coronavírus?**

Ainda não, mas vários países, como Rússia, China e Estados Unidos, já pesquisam uma vacina contra Coronavírus. Há informação que nos Estados Unidos, haverá os primeiros testes como pessoas voluntárias.

## **Qual a taxa de letalidade do Coronavírus?**

Ainda não há um percentual oficial de letalidade da Coronavírus.

## **Estou com suspeita de infecção por Coronavírus. Como devo proceder?**

Em 80% dos casos, os sintomas de Coronavírus são leves, semelhantes a uma gripe. Nestes casos, o essencial, segundo a Organização Mundial da Saúde, é evitar sair de casa. O Ministério da Saúde recomenda ficar em repouso e tomar bastante água.

Se precisar sair, deve-se evitar circular em lugares fechados, com muitas pessoas e com pouca ventilação. É preciso entender que ir ao trabalho ou à escola com sintomas de gripe implica expor potencialmente outras pessoas à doença.

Além disso:

- Ao espirrar, deve-se colocar o antebraço ou um lenço na frente do nariz e boca;
- Utilize lenço descartável para higiene nasal;
- Não compartilhe talheres, copos, toalhas e demais objetos pessoais;
- Mantenha uma distância mínima de dois metros de qualquer pessoa.

## **O Coronavírus tem cura?**

Segundo a OMS, ainda não há cura e não há um tratamento medicamentoso definido. Mas, segundo o infectologista Queiroz, existe a chamada "cura espontânea", que ocorre quando o corpo reage à infecção.

## **Crianças ou adultos: quem corre mais risco ao ser infectado por Coronavírus?**

Segundo a Sociedade Brasileira de Infectologia, os grupos de maior risco são crianças menores de 2 anos, gestantes, adultos com 60 anos ou mais, asmáticos, pessoas com doenças cardiovasculares, diabéticos.

## **Coronavírus pode contaminar encomendas da China?**

A probabilidade de uma pessoa contaminar as mercadorias comerciais é pequena, segundo a OMS. E, mesmo se o item for infectado, ele não conseguirá resistir a movimentações e diferentes condições de temperatura enfrentadas durante a viagem.

## **Animais de estimação podem transmitir o Coronavírus?**

A primeira vez que um animal de estimação foi detectado com Coronavírus foi em 28 de fevereiro. Exames iniciais feitos em um cão em Hong Kong detectaram a presença de Coronavírus. Os níveis detectados no cachorro são baixos e o animal não apresenta nenhum sintoma. Novos exames adicionais serão feitos para comprovar se o cão está realmente infectado pelo vírus ou se o resultado do exame se deve à contaminação ambiental do nariz e boca do animal.

Ainda assim, não há confirmação de transmissão do vírus entre animais – incluindo os de estimação – e humanos, não há provas ou evidências de que os pets possam transmitir a doença.

## **O clima no Brasil pode ajudar a combater o Coronavírus?**

De acordo com especialistas, o clima e a temperatura podem não ter um papel tão fundamental assim na disseminação de uma doença. O ambiente no inverno, tem mais propensão por ser ambientes fechados.

## **Qual é o tempo de incubação do Coronavírus?**

O "período de incubação" significa o tempo entre a captura do vírus pelo ser humano e o início dos sintomas da doença. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a maioria das estimativas do período de incubação do Coronavírus varia de 1 a 14 dias, geralmente em torno de 5 dias.

## **Quanto tempo o Coronavírus sobrevive em uma superfície ou no ar?**

Ainda não é possível afirmar quanto tempo o Coronavírus sobrevive na superfície ou no ar, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Estudos avaliados pela OMS apontam que o vírus pode persistir nas superfícies por algumas horas ou, até mesmo, vários dias. Isto pode variar e depende das condições do local, do clima e da umidade do ambiente.

## Grávidas correm mais riscos?

O Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC, na sigla em inglês), agência do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, explica que as mulheres grávidas passam por alterações imunológicas e fisiológicas que podem torná-las mais suscetíveis a infecções respiratórias virais, como a do Coronavírus.

O Instituto afirma que as mulheres grávidas têm mais risco de doença grave, morbidade ou mortalidade em comparação ao restante da população, "como observado em casos de outras infecções relacionadas ao coronavírus - incluindo Coronavírus da síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV) e Coronavírus da síndrome respiratória do Oriente Médio (MERS-CoV) - e outras infecções respiratórias virais, como influenza, durante a gravidez".



## **Gestantes podem transmitir o Coronavírus para o feto? E durante o parto?**

O Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), agência do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, afirma que não há informações suficientes sobre a possibilidade desta transmissão, e que não há caso de bebês infectados com o Coronavírus.

O CDC afirma que o vírus não foi detectado em nenhuma amostra de líquido amniótico nem de leite materno, o que pode ser uma boa notícia sobre a questão da transmissão do vírus entre mãe e recém-nascido.

## **Mulheres com suspeita de Coronavírus podem amamentar?**

O Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), agência do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, afirma que não há informações suficientes sobre a possibilidade desta transmissão. Nos casos analisados, o vírus não foi detectado no leite materno.

## **Que cuidados deve tomar quem usa transporte público, como ônibus?**

É importante manter os ambientes arejados. Indica que ao se apoiar nas barras de apoio, as pessoas devem tomar cuidado e fazer a higienização das mãos, pois ali pode conter gotículas de tosse ou espirro. As pessoas devem evitar tocar olhos, boca e nariz e, também, usar o transporte em horário de pico.

## **O Coronavírus já apresenta mutações genéticas?**

Sim. O código genético dos vírus passa por mutações, e é uma característica normal. Os cientistas usam as mudanças nos genes para rastrear quando elas ocorreram e, assim, investigar o caminho das infecções. Esse processo é importante na fabricação de vacinas e no desenvolvimento de medicamentos.

No caso dos dois primeiros pacientes brasileiros com casos confirmados da doença, os pesquisadores encontraram diferenças nas sequências genéticas dos vírus detectados. O primeiro deles tinha um vírus mais parecido com o encontrado na Alemanha; o segundo, com código mais similar ao encontrado na Inglaterra.

## **Posso fazer um exame para saber se tenho o Coronavírus?**

Há um exame chamado PCR (reação em cadeia de polimerase) para detecção de Coronavírus, capaz de identificar a presença do vírus no indivíduo infectado. Ele pode ser realizado após avaliação médica EM CASOS ESPECÍFICOS.

## **Coronavírus: qual o tipo de álcool recomendado para higienizar as mãos?**

Manter as mãos limpas é uma das principais estratégias de prevenção contra o Coronavírus. Além da limpeza com água e sabão, outra opção é o uso do álcool gel. A recomendação dos médicos é para que ele seja usado somente na concentração de 70%, ideal para alcançar ação contra bactérias, fungos e vírus.

É importante lembrar que a produção caseira de álcool gel pode trazer riscos. "O álcool gel a 70% vendido em farmácia segue regras específicas de formulação, reguladas pela Anvisa. As receitas caseiras podem não ter a concentração ideal de álcool e não atingir o objetivo.

## **Quem precisa ser internado em isolamento no hospital?**

A decisão é baseada em avaliação médica.

Internação hospitalar está indicada em casos com quadro respiratório grave, pacientes com doenças cardíacas, doenças pulmonares, diabetes, pessoas com baixa imunidade, neoplasias e grupos de maior risco (crianças menores de 2 anos de idade, gestantes, adultos com 60 anos ou mais), com possibilidade de potencial agravamento

A recomendação do Ministério da Saúde é de que esses casos sejam encaminhados a um hospital de referência para isolamento e tratamento.

## **Quem precisa ficar em isolamento domiciliar?**

Segundo o Ministério da Saúde, os casos suspeitos leves podem não necessitar de hospitalização e devem ser acompanhados pela atenção primária com medidas de precaução domiciliar.

Nos casos leves é possível a adoção de medidas restritivas individuais de isolamento e quarentena domiciliar, com restrição de contatos com pessoas e ambientes externos.

## **Coronavírus pode ser transmitido por pacientes assintomáticos?**

Pesquisadores já encontraram evidências de que pessoas com o novo coronavírus podem transmitir a doença sem que apresentem os sintomas, o que é chamado de caso assintomático. Entretanto, a carga viral é menor e o potencial de contágio, também.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a transmissão de uma pessoa assintomática é rara – o modo de contágio mais comum é por meio de pacientes que apresentam os sintomas do Coronavírus.

## **O que é transmissão local, comunitária ou sustentada do Coronavírus?**

Dezenas de países já registraram casos de coronavírus, em cinco continentes, exceto na Antártica. Entretanto, ter casos de coronavírus não quer dizer que toda a população será infectada, ou que todos os infectados terão casos graves da doença.

Para entender a agressividade do vírus em cada nação, é preciso olhar o status de transmissão do Sars-CoV-2, o novo coronavírus que causa o Coronavírus, que varia de país para país.

**Transmissão local:** São casos de pessoas que se infectaram com Coronavírus, não estiveram em nenhum país com registro da doença, mas tiveram contato com outro paciente infectado, que trouxe o vírus de fora do país. Há casos assim no Brasil.

**Transmissão sustentada ou comunitária:** São casos de transmissão do vírus entre a população – um paciente infectado que não esteve nos países com registro da doença transmite a doença para outra pessoa, que também não viajou.



## O que torna o sabão eficiente contra o Coronavírus?

Flavio Fonseca, virologista e integrante do centro de pesquisa em vacinas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) explicou que o sabão tem duas formas de ação que fragilizam e matam os vírus.

Fonseca explica que o vírus, quando está na mão de uma pessoa, fica protegido por outros produtos biológicos, como resto de células. Esses produtos biológicos tornam possível que o vírus viva mais tempo fora do corpo.

"Um vírus sozinho, em água, por exemplo, sobrevive muito pouco tempo. Então o sabão age destruindo esses materiais biológicos e expondo o vírus. Quando ele faz isso, o vírus perde essa proteção de material biológico que fica naturalmente nessas gotículas de saliva e ele fica exposto aos raios ultravioleta do sol, por exemplo, e pode ser destruído rapidamente" - Flavio Fonseca, virologista da UFMG.

## **Qual o jeito certo de tossir e espirrar?**

Segundo a chamada “etiqueta respiratória”, o ideal é que, ao tossir ou espirrar, o indivíduo use um lenço de papel para cobrir o nariz e a boca. “Vai funcionar como uma máscara, que evita a dissipação do vírus para o meio ambiente”. Como o Coronavírus é transmitido principalmente pelas gotículas da pessoa infectada, a atenção deve ser redobrada.

Caso a pessoa não tenha um lenço, deve tossir ou espirrar no antebraço, e não na mão. “Nós usamos as mãos para cumprimentar colegas. E também encostamos em superfícies de uso comum, como barras de apoio em transporte público, que ficariam contaminadas.

## *OMT - Orientação Médica por Telefone*



### *Canal de Dúvidas sobre Coronavírus*

*Atendimento das 7h às 20h*

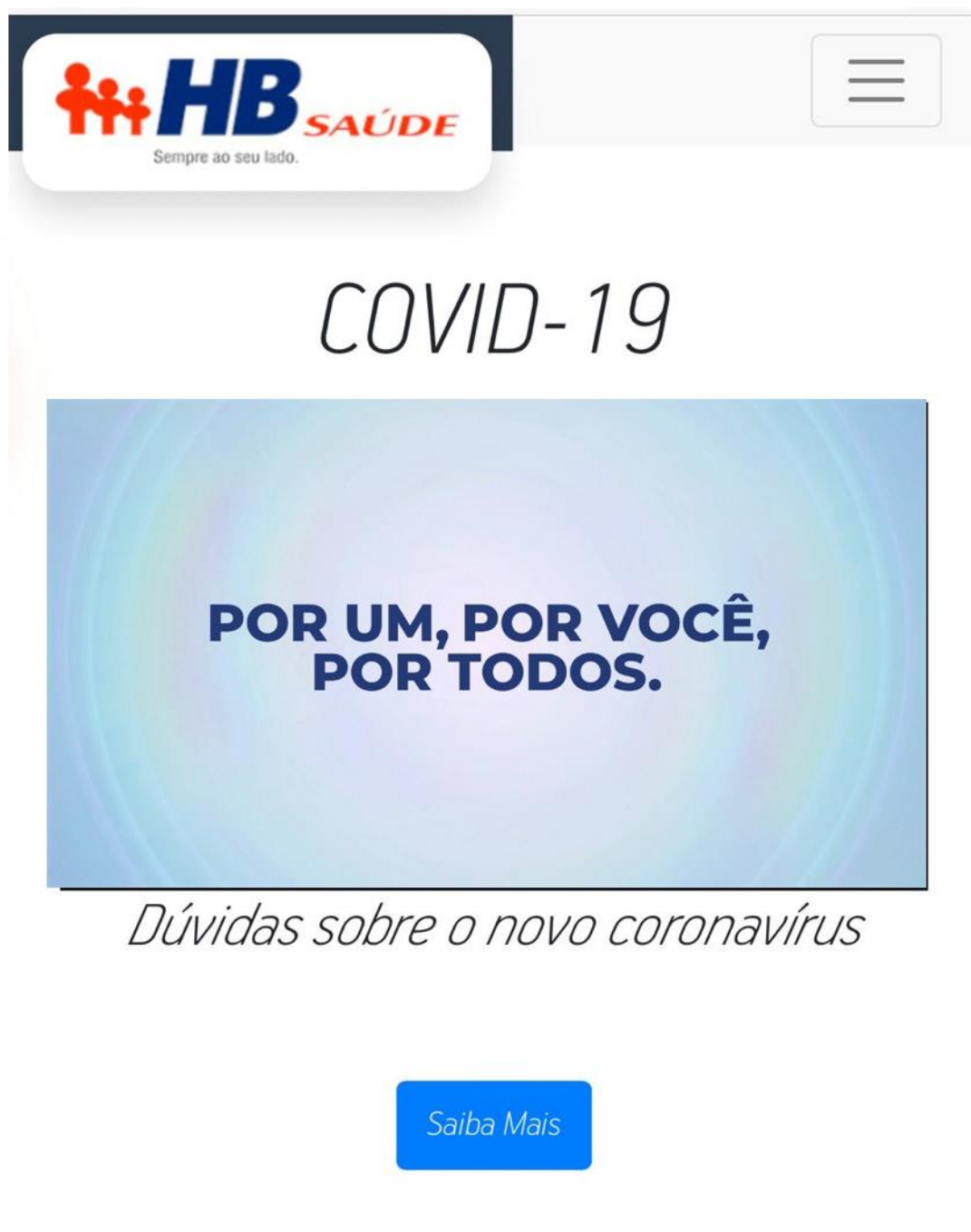
 **0800 77 76 767**

*Antes de procurar os serviços de saúde,  
consulte nosso médico por telefone.*

## Coronavírus – Página HB Saúde

O HB Saúde desenvolveu uma página com informações sobre o Coronavírus. Clique no link abaixo e tenha acesso ao conteúdo:

<http://site.hbsaude.com.br/coronavirus.html>



The image shows a screenshot of a website page. At the top left is the HB SAÚDE logo with the tagline 'Sempre ao seu lado.' and a hamburger menu icon on the right. The main heading is 'COVID-19' in a large, elegant font. Below it is a blue rectangular graphic with the text 'POR UM, POR VOCÊ, POR TODOS.' in bold white letters. Underneath the graphic is the text 'Dúvidas sobre o novo coronavírus' in a cursive font. At the bottom center is a blue button with the text 'Saiba Mais' in white.



ANS - n° 35024-9