

Como é do vosso conhecimento, o surto de pneumonia pelo coronavírus atualmente designado por COVID-19, decorre em grande maioria na China e no continente asiático. Na Europa, Itália é o país que levanta mais preocupações, existindo, todavia, casos em quase todos os países.

Quais são as medidas de segurança, incluindo as de etiqueta respiratória?

- Lave frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, incluindo o dorso das mãos e unhas.
- Reforce a lavagem das mãos frequentemente e antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Pode também usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Use lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deite os lenços usados num caixote do lixo e lave as mãos de seguida;
- Tussa ou espirre para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evite tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.
- Siga os procedimentos de conduta social: evitar o aperto de mão, abraços e beijos.

Quais os sintomas de alguém infetado e o que fazer?

A infeção pelo coronavírus pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se mais grave, como uma pneumonia. As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória. O tratamento é dirigido aos sinais e sintomas apresentados.

Alertamos toda a comunidade que as pessoas que são mais frequentemente atingidas e com maior gravidade, as mais vulneráveis, pertencem a dois grupos:

- Os maiores de 60 anos
- Os portadores de doenças crónicas (hipertensão, doenças respiratórias, diabetes, cancro, etc)

Todos os estudantes, docentes e colaboradores regressados das áreas afetadas devem informar imediatamente a Diretora do Agrupamento e/ ou Coordenadora de Escola **através do respetivo e-mail institucional**.

Qualquer elemento da comunidade que apresente sintomas de doença respiratória e que suspeite que possa estar contagiado, e **antes de se deslocar a um serviço de saúde**, deve ligar 808 24 24 24 ([SNS24](https://www.sns24.pt)), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados), seguindo as orientações que vierem a ser indicadas.

A Diretora do Agrupamento