

Para prevenir e evitar maior disseminação do (novo coronavírus) COVID-19



Acesso ao site da web
 ("Informações multilíngue sobre o COVID-19"
 Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar)
<https://www.c19.mhlw.go.jp>

O que deve ser feito no dia-a-dia?

O COVID-19 é uma doença contagiosa causado pelo coronavírus (SARS-CoV-2) e os sintomas mais comuns são febres e tosse. Em geral ele é transmitido por gotículas espalhadas no ar e por contato direto. Particularmente, atente para o seguinte:

Evite os Três Mitsu/密 (ambientes sem ventilação "Mippei", locais com aglomeração "Misshu", contato muito próximo entre pessoas "Missetsu") e procure usar o aplicativo COVID-19 Contact-Confirming Application (Aplicativo de confirmação de contato-COCOA) que permite saber se você teve contato com uma pessoa infectada.



Evitar locais fechados



Evitar aglomerações



Evitar contatos muito próximos

Para o download do COCOA.



Google Play



App Store

Se estiver com febre ou outros sintomas de gripe ou resfriado, evite sair de casa e não vá para a escola ou trabalho; procure diariamente medir e registrar a temperatura corporal.



Evitar sair de casa



Medir e registrar diariamente a temperatura corporal

Telefone e pergunte para seu médico de família, etc. se houver alterações nos sintomas das comorbidades (doenças crônicas) ou se estiver preocupado com outras doenças além do COVID-19.



Primeiro, ligue para o seu médico de família, etc.



O que devo fazer se achar que pode ser o COVID-19?

Ver detalhes sobre as últimas informações na homepage.

〈ポルトガル語〉



Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar

Veja no verso.

O que devo fazer se achar que pode ser o COVID-19?



Primeiramente entre em contato para aconselhar-se e não vá de imediato para uma instituição médica. Ver detalhes no site da web.



* A necessidade de exames será determinada por médicos de forma individualizada.

● **Entre em contato se enquadrar em alguma destas condições abaixo. Veja as informações sobre os canais de atendimento de sua região no site da web acima.**

● **Se sentir agravamento de qualquer um dos sintomas como dificuldade para respirar, forte cansaço (fadiga), febre alta, etc.**

Como há diferenças individuais nos sintomas, entre em contato imediatamente se achar que o sintoma é grave.



Dificuldade de respirar



Cansaço ou apatia



Febre alta

● **Pessoas com alto risco de complicações* com sintomas relativamente leves gripe ou resfriado, como a febre ou tosse.**

* Idosos, pessoas com comorbidade como os diabéticos, insuficiência cardíaca, pessoas com doenças respiratórias (ex. DPOC), pessoas em tratamento por hemodiálise, imunoterapia ou quimioterapia

● **Pessoas que não se enquadram nas condições supracitadas e continuam com sintomas relativamente leves de gripe ou resfriado, como a febre ou tosse.**

Como há diferenças individuais nos sintomas, entre em contato imediatamente se achar que o sintoma é grave.

Se continuar por mais de 4 dias favor contactar sem falta.

O mesmo vale para as pessoas que precisam tomar medicamentos antitérmicos, etc.



Criança



Gestante

● Gestantes ou pessoas com crianças, favor ver o site da web.



● **Além de consulta no Centro de Atendimento, dependendo da região o atendimento é realizado em associações médicas, clínicas, etc.**

● **Se está sendo orientado pela municipalidade, centros e postos de saúde, etc. siga suas instruções.**

Quais os cuidados que devem ser tomados se for orientado a buscar atendimento em instituição médica?

Tome os seguintes cuidados ao realizar uma consulta médica.

● Como houve casos em que por buscar atendimento em várias instituições médicas acabou aumentando a disseminação do vírus, assim se não recebeu orientação do médico evite consultar-se em várias instituições médicas.

● Ao buscar atendimento em uma instituição médica, solicitamos que além do uso de máscaras de proteção facial, lave as mãos e dedos e siga a etiqueta respiratória de forma exaustiva.



* Ao tossir ou espirrar, cobrir a boca ou nariz com máscara de proteção facial, lenço de papel, lenço, manga da blusa ou parte de dentro do cotovelo.

É possível entrar em contato em meu idioma natal?

Parcialmente sim. Veja as informações sobre os canais de atendimento de sua região no site da web.

Acesso ao site da web ("Informações multilíngue sobre o COVID-19" Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar)

<https://www.c19.mhlw.go.jp>

