

# **CORONAVÍRUS E NOSSAS CRIANÇAS:** **INFORMAÇÕES IMPORTANTES!**

Após a confirmação do primeiro caso da COVID-19 no Brasil, a preocupação com as crianças deixa os pais aflitos.

O projeto Escola Imune traz dicas e esclarece dúvidas sobre o vírus que vem tomando proporção no mundo.

## **O QUE É O CORONAVÍRUS?**

Uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do vírus foi descoberto em 31/12/2019 na China.

Após a contração, em quanto tempo os sintomas aparecem?

O período de incubação é de 2 a 14 dias.

## **COMO O VÍRUS É TRANSMITIDO?**

Através de contato com as secreções de uma pessoa infectada, gotículas respiratórias: espirro, tosse, contato pessoal próximos e contato com superfícies contaminadas.

## **POSSO MANDAR MEU FILHO(A) PARA ESCOLA?**

Sim! Não existe nenhuma orientação do Ministério da Saúde sobre paralisação de aulas, em nosso país a situação é controlada. Não há motivos para alarme.

## **A VACINA DA GRIPE CONTRIBUI NA PREVENÇÃO?**

São vírus diferentes, então a vacina da gripe não possui proteção contra o Coronavírus, porém estar imunizado contra a gripe e pneumonia é de extrema importância.

## **COMO PREVENIR?**

Cuidados básicos podem ser incluídos em nossa rotina e se tornar um hábito, pois nos previnem não apenas do Coronavírus mas sim de muitas doenças, são eles:

- Lave as mãos com frequência, uma orientação antiga e eficaz, nossa saúde agradece;
- Evite contato com pessoas com infecções respiratórias agudas;
- Use lenço descartável para higiene nasal e sempre cubra o nariz e a boca ao respirar ou tossir, e depois higienize as mãos, ensine seus filhos a criarem esse hábito;
- Evite colocar as mãos na boca ou tocar nos olhos sem ter certeza de que estão higienizadas;
- Sempre que possível tente manter o ambiente o mais arejado possível;
- Se alimente bem e mantenha sua saúde em dia, nosso corpo é uma arma poderosa contra qualquer vírus invasor, deixar o sistema imunológico forte é nosso dever.