

Autor: Paulo Santos

Última atualização: 2020/05/18

Palavras-chave: Coronavírus; Infecção respiratória; Pandemia

Resumo

Os coronavírus são vírus comuns que provocam doença no homem, por vezes com gravidade. O quadro clínico é o de uma virose, evoluindo para a cura espontânea na maioria dos casos, apesar de necessitar de tratamento dirigido ao controlo dos sintomas, por vezes, em regime de internamento. A melhor estratégia é a prevenção da transmissão entre pessoas.

Coronavírus

Os **coronavírus**, assim chamados por apresentarem umas espículas na membrana que fazem lembrar uma coroa, são conhecidos desde os anos 60. A maioria das estirpes afetam os animais, sobretudo os camelos e os morcegos, podendo por vezes passar ao homem. São uma causa comum de infeções respiratórias em humanos, a maior parte sem gravidade de maior. Podem, no entanto, assumir formas graves e eventualmente mortais.

Coronavirus humanos

São conhecidas 7 estirpes que podem causar doença em seres humanos.

As estirpes **229E**, **NL63**, **OC43** e **HKU1** provocam formas ligeiras de doença.

A estirpe **SARS-CoV** foi causa de um surto inicial em 2002-03, atingindo quase 10.000 pessoas com um síndrome respiratório agudo severo, e vitimando 774 doentes. Desde 2004 não é conhecido mais nenhum caso desta doença. A estirpe **MERS-CoV** foi descrita como causa de doença respiratória grave no Médio Oriente (Arábia Saudita) em 2012 e ainda se mantém ativo, com casos em todo o mundo mas todos provenientes dos países à volta do foco inicial.

O **novo coronavírus 2019 (SARS-CoV-2)** foi descrito recentemente na China e está atualmente em fase de expansão. A infeção é conhecida pelo **COVID-19**.

Evolução da doença

Os mecanismos de transmissão da infeção ainda não estão completamente esclarecidos. Os coronavírus infetam sobretudo animais e por vezes **podem passar ao homem**. A transmissão entre humanos ocorre normalmente por **via respiratória** com um doente a lançar gotículas respiratórias na tosse ou espirros, e a atingir os contactos próximos que poderão, ou não, vir a desenvolver doença, no prazo de **2 a 14 dias**. Até ao momento não são

conhecidas outras formas de transmissão da infeção, nomeadamente por transmissão por via aérea, por via alimentar ou por fluídos corporais.

Os sintomas são os que normalmente aparecem nas infeções virais: **tosse, febre e dificuldade respiratória**. Mas incluem também dores de cabeça, dores no corpo, dor de garganta, congestão e corrimento nasal, arrepios, espirros, náuseas, vómitos e diarreia.

Não há um tratamento específico para este vírus. Os doentes poderão fazer um tratamento de suporte para alívio dos sintomas, eventualmente em regime de internamento nas situações de gravidade.

Pode ver [aqui](#) os últimos dados da evolução do COVID-19 em Portugal.

Prevenção

Na ausência de tratamento, a melhor estratégia é a **prevenção**. A Organização Mundial de Saúde emitiu um comunicado com as medidas de prevenção atualmente recomendadas:

- lavar as mãos com frequência, utilizando água e sabão ou uma solução desinfetante contendo álcool;
- evitar tocar nos olhos, nariz e boca;
- Sempre que tossir ou espirrar tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o antebraço. Nunca com a mão!
- Utilize os lenços de papel uma única vez, colocando-os, de seguida no lixo;
- usar uma máscara médica;
- manter uma distância social (no mínimo 1 m) de pessoas que apresentem sintomas respiratórios.
- Recomenda-se a utilização de equipamentos de proteção individual nos profissionais de saúde envolvidos na assistência aos doentes, nos seus cuidadores e nos contactos próximos

O que fazer?

São consideradas suspeitas de Covid-19 todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento da tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia / dificuldade respiratória.

Poderão contactar a **Linha SNS24 (808 24 24 24)**, pelo e-mail atendimento@sns24.gov.pt ou pelas **linhas telefónicas** criadas para o efeito nas USF / UCSP).

Poderão também dirigir-se diretamente a uma **Área Dedicada COVID-19 nos Cuidados de Saúde Primários (ADC-COMUNIDADE)**, ou a uma **Área Dedicada COVID-19 nos Serviços de Urgência** do SNS.

Enquanto aguarda a resposta:

- Garantir o **afastamento social** (mínimo 1 metro).
- **Lave frequentemente as mãos** com água e sabão ou use solução à base de álcool.
- Quando espirrar ou tossir **tape o nariz e a boca** com o braço ou com o cotovelo.
- Use **lenços de papel** descartáveis e de utilização única.
- **Evite tocar nos olhos**, nariz ou boca com as mãos.
- Se tiver febre ou dores, **pode tomar paracetamol** até 3 dias, nas doses adequadas para a idade e peso (exceto se contraindicado).

Conclusão

A infecção pelos vírus coronavirus é relativamente comum na população. Algumas estirpes têm potencial de provocar infecção grave. Na ausência de tratamento, importa prevenir.

Referências recomendadas

- [New coronavirus. WHO. 2020](#)
- [Novel coronavirus in China: European Centre for Disease Prevention and Control](#)
- [2019 Novel Coronavirus, Wuhan, China. CDC, USA. 2020](#)
- [Coronavirus, DGS, Portugal. 2020](#)

[Voltar à página inicial](#) **[Tem alguma dúvida? Fale connosco](#)** *****

Paulo Santos