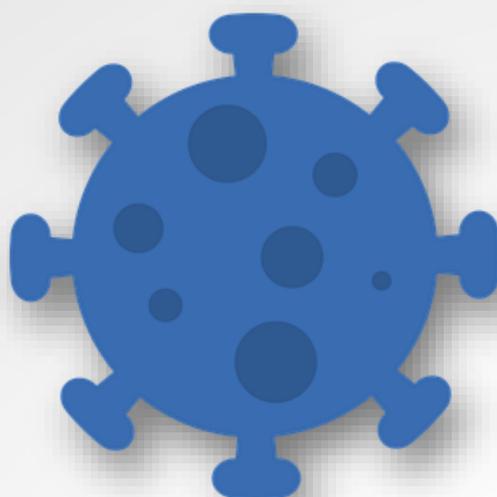
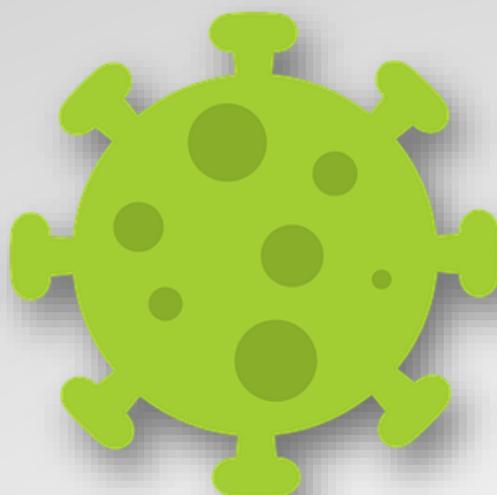
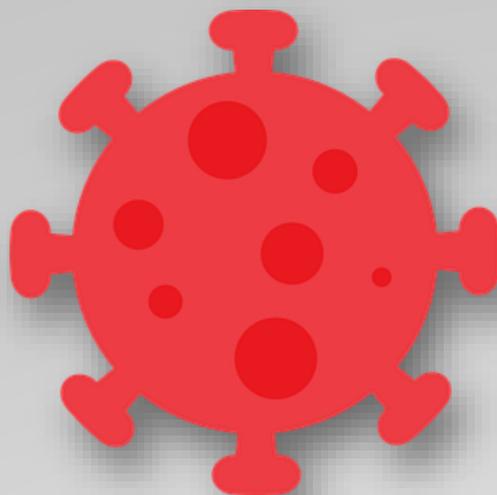


**TEM  
DÚVIDAS  
SOBRE O  
CORONA  
VÍRUS?**



**CÂMARA MUNICIPAL**  
DE POUSO ALEGRE  
LEGISLATURA 2017-2020



ESCOLA DO  
LEGISLATIVO  
*Prof. Domínio Collio*



# **CÂMARA MUNICIPAL**

DE POUSO ALEGRE

LEGISLATURA 2017-2020

MESA DIRETORA

2020

**Rodrigo Modesto - PTB**

PRESIDENTE

**Rafael Aboláfio - PTB**

1º VICE-PRESIDENTE

**Dionísio Pereira - DEM**

1º SECRETÁRIO

**Dito Barbosa - DEM**

2º VICE-PRESIDENTE

**Adriano da Farmácia - PATRIOTA**

2º SECRETÁRIO

## **VEREADORES**

André Prado - PV

Bruno Dias - DEM

Campanha - PP

Dr. Arlindo da Motta Paes - PTB

Dr. Edson - CIDADANIA

Leandro Moraes - PSDB

Odair Quincote - PATRIOTA

Oliveira - DEM

Prof.ª Mariléia - PTB

Wilson Tadeu Lopes - PATRIOTA

## **ESCOLA DO LEGISLATIVO “PROFESSOR RÔMULO COELHO”**

**Prof.ª Mariléia**

PRESIDENTE

**Madu Macedo**

DIRETORA

Mônica Fonseca Franco

Geovan Dantas Ferraz

Allyson Ygor da Silva Motta



## VOCÊ SABE O QUE É CORONAVÍRUS E "COVID-19"?



O Coronavírus foi detectado primeiramente em 1965 e levou esse nome porque os cientistas observaram em microscópio que ele tinha um formato de uma coroa. Por isso o nome de "Corona".

O COVID-19 é um tipo de coronavírus, assim como a SARS-Cov, MER-Cov e outros. Cada um desses vírus possuem as suas peculiaridades.



### O QUE DIFERENCIA O COVID-19 DOS OUTROS TIPOS DE CORONAVÍRUS?

O COVID-19 possui um alto grau de contaminação. Ou seja, ele passa de uma pessoa para outra com muito mais facilidade e rapidez. Devido a isso é que o COVID-19 tornou-se uma pandemia.

**Obs.: surto** é uma doença localizada, **epidemia** é quando o surto da doença se espalha para várias regiões, já **pandemia** é quando a epidemia se estende rapidamente para diversas regiões de todo o planeta.

### QUAIS OS SINTOMAS DO COVID-19?

A grande maioria dos infectados pelo COVID-19 são assintomáticos, ou seja, não manifestam sintoma algum. Porém, apesar de não ter sintomas, ele passa a ser um transmissor em potencial.

Algumas pessoas podem apresentar sintomas como um simples resfriado, enquanto outras, até como uma pneumonia severa. Os sintomas mais comuns são: tosse, febre, coriza, dor de garganta e dificuldade para respirar.

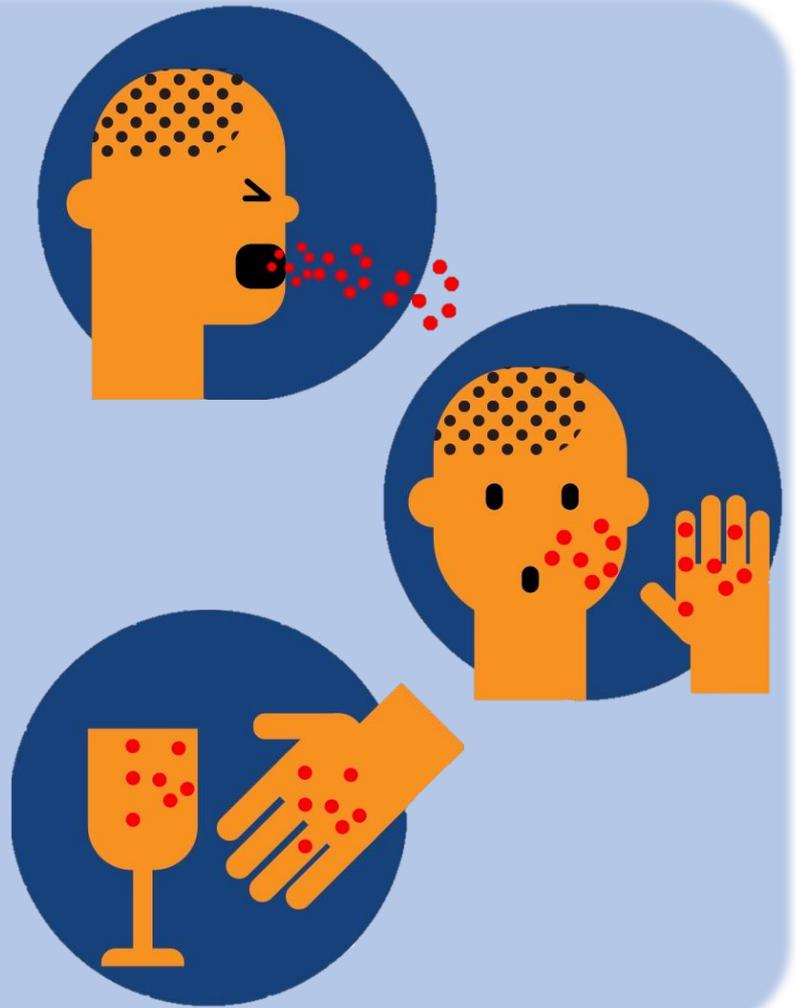


## COMO UMA PESSOA É

### CONTAMINADA PELO COVID-19?

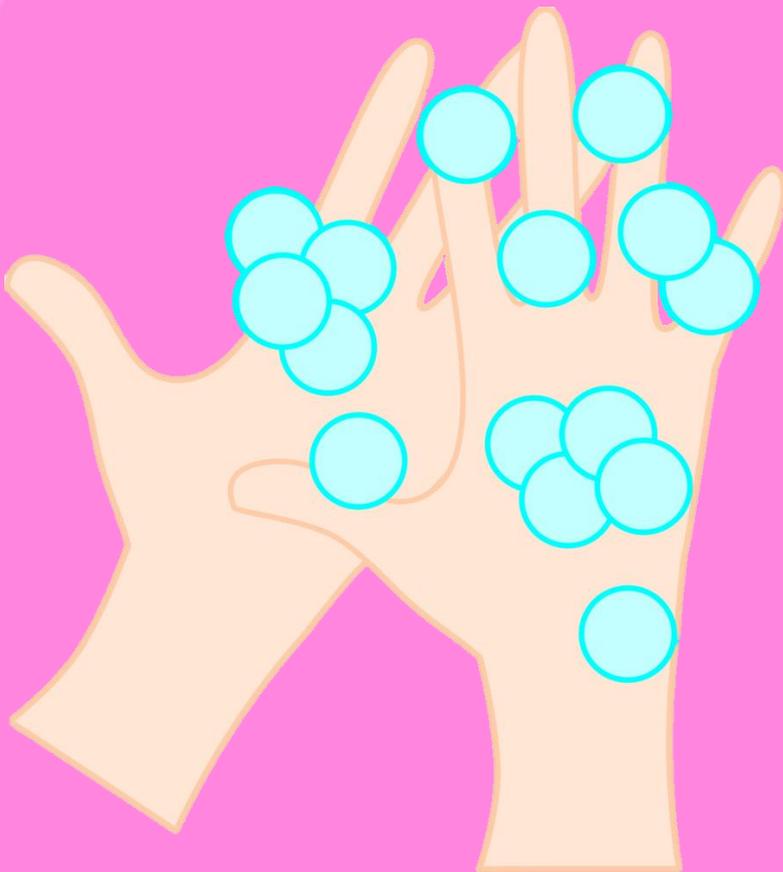
Ele entra no organismo da pessoa através dos olhos, nariz e boca.

Segundo cientistas, uma pessoa contaminada que coloca a mão em um corrimão, maçaneta, brinquedo, ou qualquer objeto, o vírus permanece ali, por horas ou até mesmo por dias, dependendo do material. Se outra pessoa coloca a mão em qualquer objeto contaminado e depois passa a mão na boca, nariz ou olho, acaba se infectando. Por isso é fundamental a higiene das mãos constantemente.



## UMA SIMPLES LIMPEZA DAS MÃOS MATA O COVID-19?

Sim! Porque ele possui uma camada de gordura que o protege. Então ao usar qualquer saponáceo (detergente, sabonete, sabão, etc.) você retira essa proteção do COVID-19 e ele morre. O álcool em gel 70% também pode ser usado tendo o mesmo efeito da lavagem das mãos.



# COMO EU ME PROTEJO DO CONTÁGIO DO COVID-19?

Como já dito anteriormente, a higiene das mãos é fundamental, além disso devemos:

- Usar máscaras que protejam totalmente o nariz e a boca;
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- Manter uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa e aglomerações;
- Manter os ambientes limpos e bem ventilados;
- Higienizar com frequência o celular, brinquedos das crianças e outros objetos de uso frequente.

Como o COVID-19 é assintomático, em algumas pessoas é recomendável que ela não compartilhe toalha de banho e utensílios pessoais, pois, se estiver infectada, disseminará o vírus. Caso você tenha algum sintoma como febre, dor de garganta, coriza, pode ser por outro tipo de vírus, mas por ter também sintomas parecidos ao do COVID-19, é prudente que você tome todos estes cuidados e evite contato com outras pessoas, principalmente aquelas consideradas do “grupo de risco”.



**Higienize  
as mãos com  
frequência**



**Evite tocar os olhos,  
nariz, boca e use lenços  
para higiene nasal.**



**Evite aglomerações e  
ficar perto de pessoas  
com gripes.**



**Não compartilhe  
objetos pessoais**

## QUEM SÃO AS PESSOAS CONSIDERADAS DO GRUPO DE RISCO?

É importante ressaltar que qualquer pessoa pode se contaminar. Quando se fala em grupo de risco, significa que algumas pessoas ao contrair o COVID-19, têm uma maior possibilidade da doença se agravar. São eles: idosos, obesos, fumantes, portadores de câncer e doenças crônicas (diabetes, hipertensão, problemas respiratórios, vasculares...).

Muitos municípios até regulamentaram horário de atendimento especial a essas pessoas do grupo de risco.

Mas, atenção, não significa que as demais pessoas não possam ter a doença agravada. Infelizmente já foi diagnosticado o vírus em recém-nascidos, jovens e crianças com graves complicações.



DIABÉTICOS



HIPERTENSOS



DOENTES RENAIS



FUMANTES



PESSOAS COM  
PROBLEMAS  
NO CORAÇÃO



PACIENTES  
ONCOLÓGICOS



DOENÇAS PULMONARES  
CRÔNICAS, BRONQUITE  
E ASMA



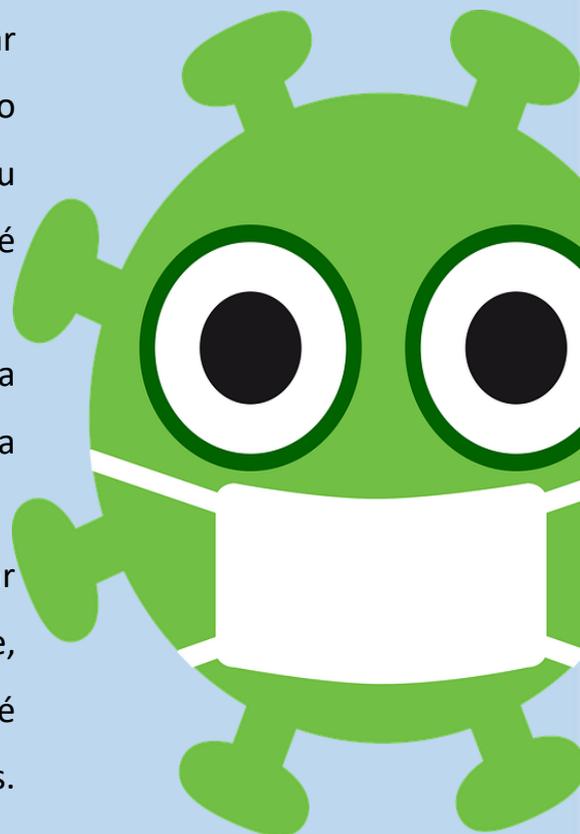
PESSOAS COM  
BAIXA IMUNIDADE

## POR QUE DEVO USAR MÁSCARA?

Também já foi comprovado que toda pessoa ao falar expele gotículas invisíveis de saliva e a outra pessoa ao respirar pode levar o vírus que está no ar para o seu organismo. Por isso manter a distância e usar máscaras é fundamental.

O uso da máscara funciona como um protetor tanto para a pessoa que usa quanto para os outros, pois vai bloquear a possibilidade da entrada e saída do ar contaminado.

O Ministério da Saúde, desde abril, passou a recomendar o uso de máscaras para todas as pessoas. Descobriu-se, por meio de pesquisas, que a máscara de tecido também é um forte aliado para nos proteger e proteger os demais. As máscaras profissionais N-95, devem ser deixadas para o uso dos profissionais da saúde.



## QUAL O USO CORRETO DA MÁSCARA?

O mais indicado é o uso das máscaras de dupla face e preferencialmente 100% algodão. Ou usar as descartáveis que são feitas de TNT (tecido-não-tecido). Assim que adquirir a de tecido, você deve higienizá-la antes do uso.

É importante saber que mesmo estando de máscara você deve tomar cuidado para não ficar tocando nela. Nem deve colocá-la no pescoço ou ficar manuseando-a pois isto não o ajudará na proteção.

O uso correto é cobrir do nariz até o queixo, e ao chegar em casa, tirar pelos elásticos. Pois, se porventura ela foi contaminada, ao tirá-la pelo tecido corre-se o risco de passar para a sua mão. Depois deve colocar a máscara em um recipiente com meio litro de água e uma colher e meia de água sanitária e deixar por pelo menos 20 minutos ou lavá-la com detergente. Não compartilhe suas máscaras e troque sempre que estiver úmida, suja ou danificada. Não use por mais de 3 horas.

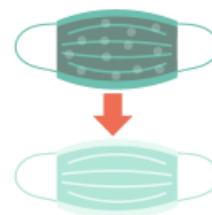
### Como usar a máscara caseira



Antes de colocá-la, lave as mãos ou use álcool gel.



A máscara deve ser colocada no rosto cobrindo o nariz e a boca.



Ela deve ser usada por até duas horas. Depois, é preciso trocar.



Não encoste na frente da máscara enquanto a utiliza. Não fique tirando ela para falar.



Não deixe ela pendurada no pescoço, porque pode contaminar essa área.



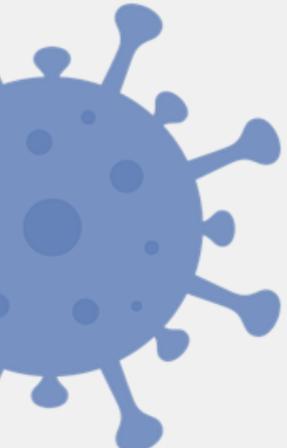
Para fazer a retirada, nunca coloque a mão na frente da máscara: pegue nas tiras ou elástico.



Se você precisar trocar de máscara na rua, guarde a suja em uma sacola.



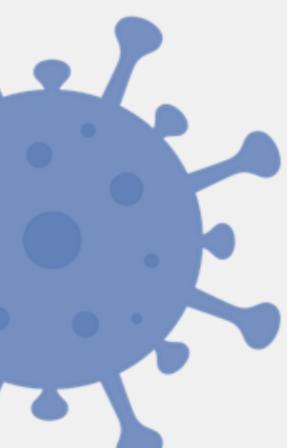
Chegando em casa, lave a máscara com sabão ou água sanitária. Deixe de molho por cerca de 20 minutos.



**SE NA GRANDE MAIORIA DAS PESSOAS O COVID-19 É ASSINTOMÁTICO OU COM SINTOMAS LEVES, POR QUE ESTA PREOCUPAÇÃO TÃO GRANDE COM A SUA CONTAMINAÇÃO?**

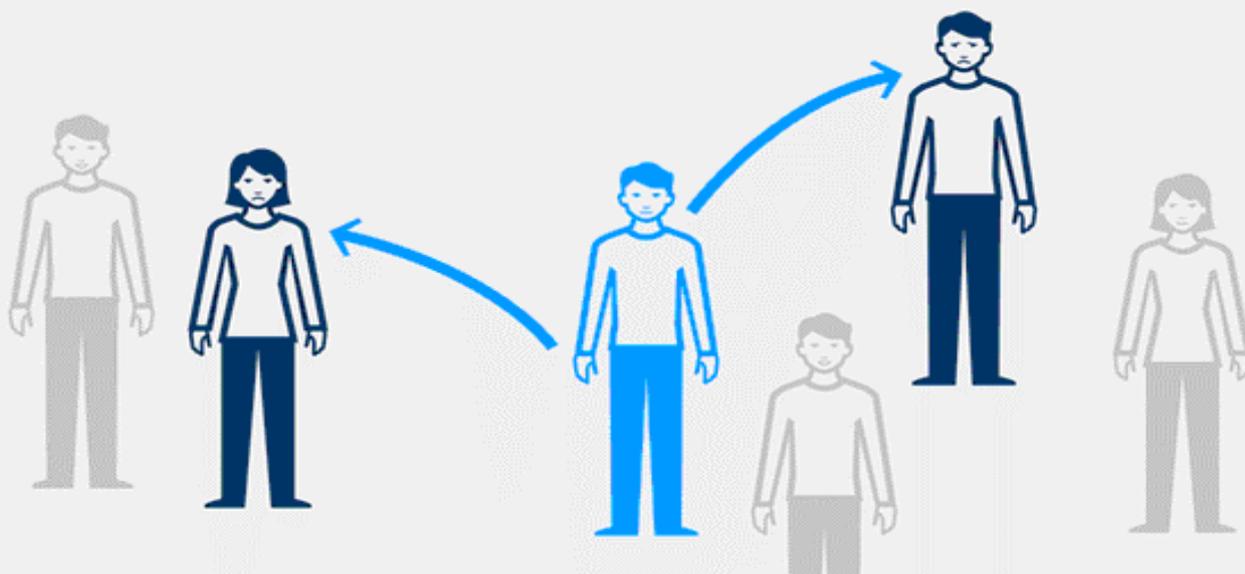


Como já falamos, o contágio do COVID-19 é muito rápido e fácil. Então, é uma questão de matemática. Pense comigo: se quinhentas mil pessoas são infectadas simultaneamente e apenas 5% delas irão precisar de atendimento hospitalar, isto significa que serão 25 mil pessoas necessitando de atendimento hospitalar e não terá leitos e UTIS para atender essa “pequena minoria” de 25 mil pessoas! Sabemos como é difícil ver pessoas que amamos sofrendo. É bom lembrar que atrás das estatísticas existem vidas. São pais, mães, filhos, amigos, avós.



**Obs.:** a maioria dos pacientes com COVID-19 (cerca de 80%) podem ser assintomáticos e cerca de 20% dos casos podem requerer atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória; desses casos, aproximadamente 5% podem necessitar de suporte para o tratamento de insuficiência respiratória (respirador).

**Então, evite aglomerações! Previna-se!**



## DEVO HIGIENIZAR SACOLINHAS DE SUPERMERCADO, CAIXAS DO CORREIO OU TODO TIPO DE EMBALAGEM QUE EU TRAGO DA RUA?

Qualquer produto pode estar contaminado, inclusive verduras, sacolinhas do supermercado, caixas que você recebe do correio. Devido a isso o Ministério da Saúde recomenda que frutas e verduras devem ser higienizadas. Ou seja, tudo aquilo que pode ter sido tocado por outra pessoa tem que ser higienizado. Essa higienização pode ser feita com sabão, detergente, mistura de água com água sanitária ou até mesmo com o álcool gel.



## CUIDADO COM AS FAKE NEWS!

*Fake news é crime!*

Infelizmente nesta pandemia tem surgido muitas notícias falsas e até prejudiciais ao combate ao COVID-19. Tenha responsabilidade antes de repassar informações. Antes, consulte sites oficiais ou fontes profissionalmente confiáveis.

Qualquer cidadão poderá enviar gratuitamente mensagens com a imagem do texto para ver se a informação é correta ou não. Você pode fazer isso pelo número **(61) 99289-4640** ou por sites especializados sobre *fake news*!



## NESTA ÉPOCA DE PANDEMIA, QUAIS SÃO OS CUIDADOS QUE VOCÊ DEVE TER NO SEU TRABALHO?

Algumas pessoas estão fazendo trabalho remoto, mas caso isso não seja possível os cuidados de proteção devem ser os mesmos. No nosso Estado de Minas Gerais, desde o dia 17 de abril, por meio da Lei nº 26.636, os órgãos, entidades e estabelecimentos fornecerão gratuitamente máscaras de proteção e outros recursos necessários à prevenção do COVID-19 para os seus colaboradores em todo o Estado.

**Obs.:** Caso o empregador não esteja fornecendo os recursos necessários de proteção, a denúncia pode ser feita no Ministério Público do Trabalho, ligando para (31) 3304-6200 ou 0800-702-3838, das 9 às 16 horas, ou pelo (35) 3422-7427 no WhatsApp.



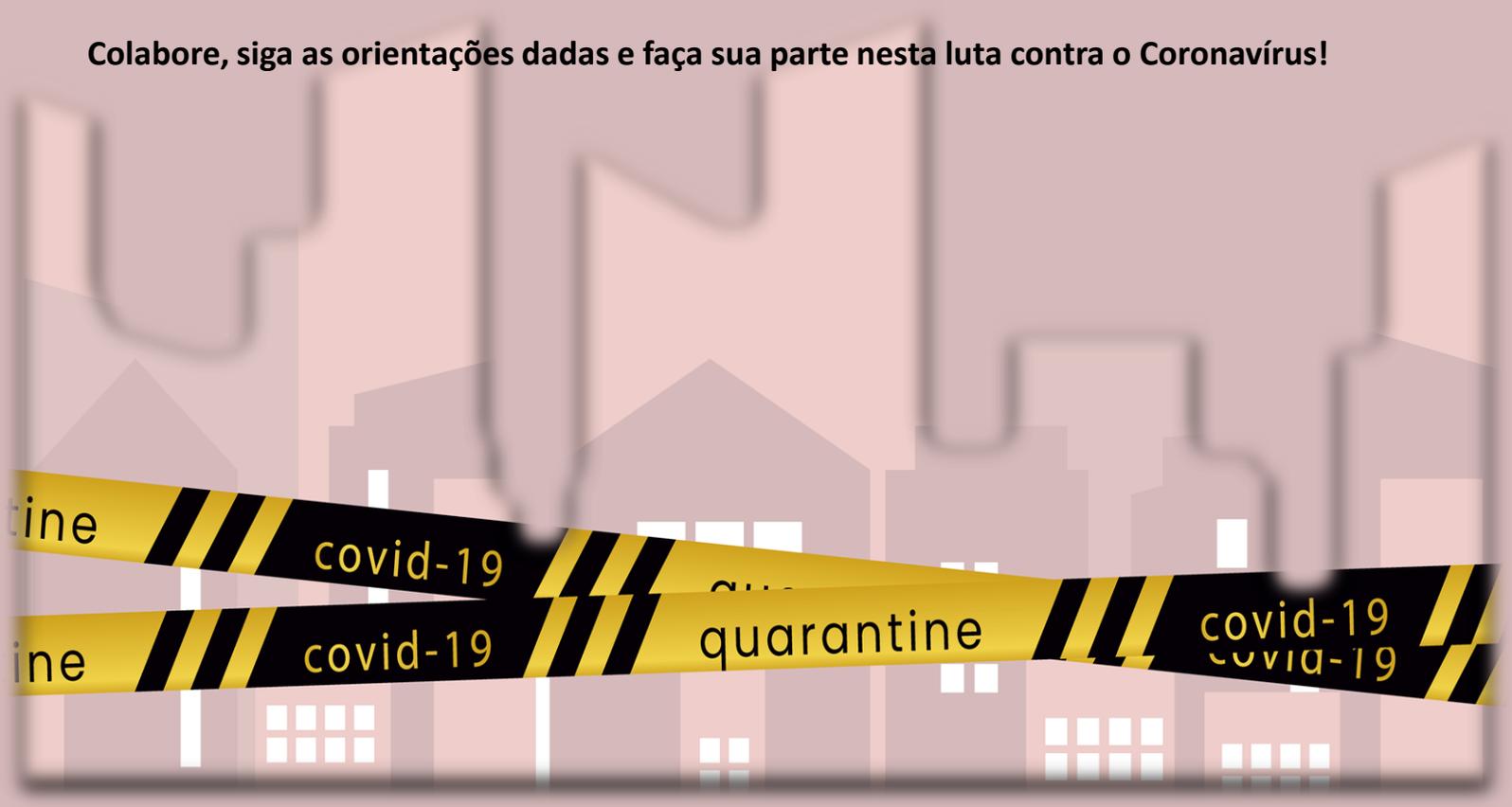
## QUAL O PAPEL DOS ESTADOS E MUNICÍPIOS NA PANDEMIA?

Considerando que o Brasil é um país continental o Supremo Tribunal Federal entende que cada Estado e Município tem autonomia para regulamentar. Devido a realidade de cada local, há diferentes providências tomadas pelos governos estaduais e municipais: uns determinando o **lockdown**, que é o bloqueio total, em que só é permitido os serviços essenciais; outros a **quarentena**, que é a restrição àquelas pessoas que, mesmo não apresentando sintomas, tiveram contato com algum infectado.

O administrador responsável precisa estar atento para não deixar que o número de pessoas infectadas, que precisem de atendimento médico hospitalar, ultrapasse o número de leitos disponíveis.

Afinal, nossa Constituição Federal nos garante o direito à vida e à saúde. Por isso, em alguns lugares em que a disponibilidade de leitos ainda é grande, pode haver uma flexibilização. Então fique atento às orientações de seu município e colabore. Pois a administração tem informações precisas da realidade do seu estado ou município.

**Colabore, siga as orientações dadas e faça sua parte nesta luta contra o Coronavírus!**



## **NOSSA MENSAGEM A VOCÊ...**

Logo retomaremos as nossas rotinas de uma forma talvez melhor, pela aprendizagem de cada um nesta fase. Sabemos da dificuldade das pessoas tendo que se virar em mil para dar conta de tudo.

Esta pandemia transformou a rotina mundial. Estamos enfrentando uma série de desafios: pessoas desempregadas, outras até passando fome. Mas com a garra, a criatividade e a solidariedade, que são características marcantes do nosso povo brasileiro, vamos superar!  
**FORÇA!!!**

### **#VaiPassar**

*Equipe da Escola do Legislativo Prof. Rômulo Coelho*

## **CONHEÇA A COLEÇÃO EM MIÚDOS**

### **#AVANTECIDADANIA**

