



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 1/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

A pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus é uma doença infecciosa transmitida principalmente através de gotículas respiratórias e contacto. Os principais sintomas são febre, fadiga e tosse seca; alguns pacientes não apresentam sintomas óbvios. Para a maioria dos pacientes, a doença é ligeira, podendo ter alta hospitalar depois de curados. Os pacientes mais velhos ou com doenças crónicas têm maior probabilidade de desenvolver doenças graves com dificuldades respiratórias ou pneumonia, podendo levar até a morrer.

#### Apresentação de doença

- **Fonte de infecção:** A principal via de transmissão da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, detectada até ao momento, é através de doentes infectados. As pessoas infectadas, mas sem sintomas (assintomáticas) também podem ser uma fonte de infecção.
- **Vias de transmissão:** Gotículas de saliva expelidas por via do trato respiratório e transmissão por contacto são as principais vias de transmissão. A transmissão é possível através da exposição a aerossóis por longos períodos a altas concentrações em ambientes relativamente fechados. A via de transmissão pelo tracto digestivo ainda não foi determinada.
- **População vulnerável:** Todas as pessoas podem ser susceptíveis.
- **Período de incubação:** de 1 a 14 dias, principalmente de 3 a 7 dias.
- **Sintomas:** Os principais sintomas são febre, fadiga e tosse seca. Alguns doentes também apresentam sintomas relacionados com congestão nasal, corrimento nasal, dor de garganta e diarreia.
  - **Casos graves:** dispnéia e / ou hipoxemia ocorrem cerca de uma semana depois dos sintomas e os casos graves progridem rapidamente para Síndrome de Dificuldade



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 2/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

Respiratória Aguda (SDRA), choque séptico, acidose metabólica e distúrbios de coagulação sanguínea. Convém salientar que os doentes graves e críticos, podem manifestar febre moderada a baixa, mesmo sem febre óbvia.

- **Casos leves:** manifestam febre baixa, fadiga leve, etc., sem pneumonia.
- **Tratamento e prognóstico:** A terapia de suporte é o principal método do tratamento. Alguns casos tornaram-se graves ou mortais. Há já registo de casos tratados, curados e com alta hospitalar. Os doentes idosos ou com doenças crónicas têm maior possibilidade de desenvolver estados clínicos graves.

### Medidas de prevenção

Para prevenir a pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, os Serviços de Saúde recomendam as instituições de ensino superior para a vigilância e tomarem as seguintes medidas:

#### 1. Cooperação e gestão

- Prestar atenção às informações epidemiológicas divulgadas pelo Governo da RAEM e cooperar com as várias medidas de prevenção; divulgar e manter actualizadas as informações sobre a prevenção da respectiva doença junto dos funcionários e hóspedes na adequada altura;
- **Usar máscara no local de trabalho, nas actividades ou nas aulas;**
- **Suspender todos os grandes eventos desportivos ou concursos desportivos;**
- **Praticar exercício físico individual em vez de exercício físico em grupo ou companheiros;**
- Prestar atenção ao estado de saúde e medição de temperatura de



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 3/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

estudantes/funcionários, e no caso de manifestar febre ou sintomas do tracto respiratório, devem ser instruídos a usar máscara e para consultar um médico; caso o médico considere necessário, os mesmos devem ser autorizados a descansar em casa, sendo dispensados temporariamente das aulas/trabalho;

- No caso de indisposição, nomeadamente, febre ou sintomas do tracto respiratório, perguntar à pessoa se, nos últimos 14 dias antes do início dos sintomas, permaneceu em alguma comunidade com ampla propagação, em algum país ou região\* com alta incidência da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus ou se teve contacto com casos confirmados, devendo, caso afirmativo, ser contactado o Corpo de Bombeiros para transporte da pessoa em ambulância para o Centro Hospitalar Conde de São Januário para exames mais aprofundados;
- No caso de aumento elevado e repentino do número de estudantes/funcionários doentes ou de faltas por doença, notificar a Direcção dos Serviços de Educação e Juventude e o Centro de Prevenção e Controlo da Doença dos Serviços de Saúde (Tel.: 28700800, Fax: 28533524).

## 2. Prevenção individual

Para prevenir a pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, os Serviços de Saúde apelam todos os residentes de Macau a prestar atenção às informações epidémicas do Governo e a cooperarem com várias medidas de precaução, prestando atenção à higiene pessoal, higiene ambiental e higiene alimentar, incluindo, em particular:

- Evitar sair de casa, nem sair de Macau ou visitar outras regiões;
- Ficar em casa ou dormitório o mais possível para evitar a grande aglomeração de pessoas;



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 4/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

- Manter uma certa distância de pessoas no local de trabalho e em casa ou dormitório;
- Evitar sair de casa, se necessário, usar uma máscara;
- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com álcool. Evite tocar a boca, o nariz e os olhos antes de lavar as mãos;
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel quando espirrar ou tossir e lave as mãos o mais rápido possível; quando não tiver lenço, usar a manga da camisola ou cotovelo em vez das palmas das mãos;
- Baixar a tampa da sanita e lavar as mãos de imediato após uso;
- Não compartilhar toalhas;
- Sempre limpar e desinfetar os locais facilmente acessíveis às mãos em casa ou no local de trabalho;
- Usar luvas ao limpar objectos ou locais contaminados com secreções ou excreções;
- Evitar ficar em lugares lotados, em especial as pessoas com baixa imunidade;
- Evitar o contacto próximo com pacientes com febre e sintomas respiratórios;
- Evitar a visita de doentes e usar uma máscara, se necessário, para entrar na área do hospital;
- Evitar o contacto com animais, nem ir a mercados onde os animais são vendidos ou produtos de animais não cozidos;
- No caso de apresentar febre ou sintomas do tracto respiratório, procurar tratamento médico o mais rápido possível e usar uma máscara.

### 3. Gestão de entrada e da saúde

**A partir das 00H00 do dia 25 de Março de 2020, é proibida a entrada em Macau de todos os estrangeiros, assim como de todos os residentes do Interior da China, da**



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 5/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

**Região Administrativa Especial de Hong Kong e da região de Taiwan que tenham estado no estrangeiro nos 14 dias anteriores à entrada no Território. Outros indivíduos que possam entrar em Macau e aqueles que tenham tido contacto com casos confirmados devem prestar particular atenção a:**

- **Ao entrar em Macau, todos devem preencher com sinceridade e submeter a [declaração de saúde](#);**
- **Todos os indivíduos que entram em Macau provenientes do Interior da China devem possuir obrigatoriamente o certificado do teste viral de ácido nucleico emitido nos últimos sete dias;**
- **Pessoas que tenham visitado áreas com propagação generalizada comunitária de pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, países ou regiões de alta incidência, nos últimos 14 dias anteriores à entrada em Macau, devem ser submetidas a observação médica em local designado, conforme as instruções da autoridade de saúde:**
  - Para os trabalhadores não-residente, pode consultar as “Recomendações para os trabalhadores não-residente de Macau”;
  - Turistas de Hubei ou não-residentes de Macau que visitaram a Província de Hubei nos últimos 14 dias, são obrigados, ao entrar em Macau, a submeter um atestado médico, emitido por uma instituição médica competente, comprovativo de não ser portador da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus;;
  - Residentes de Macau que visitaram a Província de Hubei nos últimos 14 dias, devem, ao entrar em Macau, por iniciativa própria declarar o seu estado de saúde e cumprir as orientações emitidas pelos Serviços de Saúde;



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 6/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

- Além das pessoas acima mencionadas, todos aqueles que entram em Macau deve proceder à auto-gestão da saúde durante um período de 14 dias a contar da data de entrada.
- **Evitar sair de casa e ter contacto com outros, excepto para assistência médica;**
- **No caso de febre ou sintomas respiratórios, deve usar máscara e recorrer de imediato a assistência médica, bem como contactar o Corpo de Bombeiros para a sua deslocação em ambulância de modo a evitar o uso de transportes públicos;**
- **Deve informar detalhadamente o médico do historial de contacto e de viagem e cumprir a prescrição médica.**

#### 4. Higiene ambiental

- Quanto às casas e aos locais de trabalho, devem ser frequentemente limpos e desinfetados, superfícies de móveis, paredes, chão com tacos de madeira, corrimões, maçanetas, botões de elevadores, teclados de computadores e outros objectos e locais onde se toca mais com as mãos;
- Assegurar, nos locais de atendimento ao público, toalhetes de papel e gel de álcool;
- Assegurar que as casas de banho têm disponíveis sabão líquido e toalhetes descartáveis ou secadores de mãos, e evitar disponibilizar toalhas para uso comum;
- Assegurar que os esgotos estão desobstruídos e que não há infiltrações de água; os drenos de água devem ter tubos em U; em cada ralo deve ser colocado meio litro de água limpa pelo menos uma vez por semana deitar para assegurar o armazenamento de água nos tubos e evitar a propagação de patógenos;
- As casas de banho devem ser mantidas limpas e bem arejadas, e organizados os horários de limpeza e desinfecção de acordo com as condições de higiene;



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa  
Especial de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Technical Guidelines

N.º : 052.CDC-NDIV.GL.2020  
Versão: 15.0  
Data de elaboração: 2020.01.26  
Data de revisão: 2020.05.14  
Página: 7/7

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 給高等院校及學生的建議

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para instituições de ensino superior e estudantes

- Todos os espaços destinados a estudantes/ funcionários devem ter sempre as janelas abertas para manter o ambiente limpo, seco e bem ventilado; no caso de espaços fechados, deve ser assegurado o funcionamento eficaz do sistema de ventilação, assim como também a sua limpeza e regular manutenção;
- No caso de contaminação do chão, tapetes, paredes ou outras instalações com secreções ou excreções, tais devem ser imediatamente limpos e desinfectados, usando material absorvente para proceder a uma limpeza preliminar e, em seguida, usar lixívia diluída na proporção de 1:10 para desinfectar as superfícies contaminadas e as áreas adjacentes, devendo ser lavadas e secas após a lixívia permanecer durante 30 minutos;
- Os itens descartáveis nunca devem ser usados por outros e, após uso, devem ser devidamente embrulhados e descartados;
- Os objectos de uso repetido devem ser cuidadosamente lavados e desinfectados antes do seu uso por utentes.

\*Territórios prováveis de transmissão da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus (Para informações detalhadas, consulte a Página Electrónica Especial Contra Epidemias <https://www.ssm.gov.mo/PreventCOVID-19>).

Serviços de Saúde da Região Administrativa Especial de Macau  
Centro de Prevenção e Controlo de Doenças