

CONTEÚDO:

INFORME-SE, PREPARE-SE, AJA!

O Núcleo Especializado de Defesa dos Direitos Humanos, baseado nas recomendações da Organização Mundial e Pan-americana de Saúde Recomenda:

A COVID-19 de fato é uma doença com alto nível de disseminação, com potencialidade para causar o colapso do sistema de saúde de vários países no mundo, mas com as medidas de prevenção adotadas pelo Brasil e com a cooperação da população em geral ela pode e será controlada, não sendo portanto, motivo para pânico.

O Vírus não escolhe raça, não escolhe cor, nem situação econômica ou social, não escolhe região geográfica ou condições de temperatura, nem sequer idade. Nada disso. Ele se dissemina de pessoa para pessoa e atualmente já foi confirmado em mais de 195 países ou territórios no mundo atingindo sem diferenciação todas as populações e grupos humanos.

Dessa forma a pandemia afeta a todos sem diferenciação. Todos estão suscetíveis ao vírus, pela simples condição **humana**. A discriminação contra pessoas que foram infectadas ou com suspeita de infecção pelo vírus, de pessoas que vem de locais com possibilidade de contaminação ou ainda de profissionais de saúde **dificulta** os esforços de combate ao vírus. Isso porque leva as pessoas a esconder que estão infectadas, não buscar atendimento médico e se sentir ainda mais isoladas e sem amparo.

A solidariedade é imperativa nestes momento. É preciso se colocar no lugar do próximo e ter empatia. A união de todos, atendendo às determinações estabelecidas pelo governo e as autoridades, será determinante para prevenção e combate a esse vírus e essa doença. As melhores medidas tomadas por governos no mundo todo são as medidas de **PREVENÇÃO**, e aqui indicamos para toda a população:

1. Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou higienizá-las, incluindo os punhos, com higienizador a base de álcool.
2. Evitar tocar boca, nariz e olhos.
3. Cobrir a boca e o nariz com a parte interna do braço ao tossir e espirrar. Não usar as mãos uma vez que são a parte do corpo em constante contato com superfícies e outras pessoas.
4. Manter 1 metro ou mais de distância entre você e outras pessoas para dificultar a transmissão.
5. Fique em casa se não se sentir bem. Procure atendimento médico se tiver febre, tosse cumuladas com falta de ar.
6. Siga as instruções das autoridades de saúde.
7. Máscaras são indicadas apenas para agentes do sistema de saúde, pessoas com sintomas, suspeita ou infectadas com o vírus para impedir a transmissão e para cuidadores de idosos e pessoas enfermas. As máscaras não devem ser tocadas na parte que entra em contato com boca e nariz e devem ser descartadas assim que ficarem úmidas.

Por fim o Núcleo Especializado de Defesa dos Direitos Humanos pede a todos que tenham calma, realizam os procedimentos de prevenção indicados pelas autoridades de saúde, não lotem os mercados e não estoquem comida e remédios, que sejam mantidos os mesmos níveis de compra e consumo normais do dia a dia, não leve mais do que o necessário para você e sua família, outras pessoas, muitas vezes mais necessitadas, dependem do mesmo serviço, dos mesmos remédios e dos mesmos produtos que você para sobreviver.

É importante sempre se colocar nos lugares uns dos outros, para ter a noção de que não se está sozinho neste momento de pandemia. Todos são humanos e a superação dessa crise depende da união e solidariedade de cada pessoa.

Acesso à Informação:

Todas as informações aqui expostas foram referenciadas nos sites da Organização Mundial da Saúde - OMS e da Organização Panamericana de Saúde – OPAS, e podem ser acessadas pelos seguintes links:

Informações Gerais sobre a Pandemia COVID-19:

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

Mitos sobre o Corona Vírus:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

Quando usar máscaras:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

Informações e questões sobre o CoronaVírus

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

Informações específicas e detalhadas sobre o Corona Vírus e a COVID-19 EM PORTUGUÊS:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:folha-informativa-novo-coronavirus-2019-ncov&Itemid=875

Texto: Pedro Henrique Gasparetto da Cunha – NDDH/DPE/TO