**Quiz Covid-19**

Teste seus conhecimentos sobre a doença e as medidas de prevenção.

**Objetivo:** proporcionar uma forma divertida e interativa para testar e adquirir conhecimentos sobre a COVID-19 e suas medidas de prevenção, incentivando a adoção das práticas corretas no cotidiano das pessoas.

Perguntas:

**1- O coronavírus pode ser transmitido através de um aperto de mão.**

( ) Verdadeiro ☑ o coronavírus se transmite por gotículas de saliva através do espirro, tosse ou catarro,que pode ocorrer, por exemplo, por aperto de mão ou toque e contato com objetos e superfícies contaminadas.

( ) Falso

**2- Para evitar a transmissão do coronavírus, não é recomendado tomar chimarrão.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ não precisa parar de tomar chimarrão! O que não pode é compartilhar com outras pessoas. Faça seu chimarrão individual, cada um com o seu!

**3- Cães e gatos são transmissores do coronavírus.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ não há evidências científicas da transmissão do coronavírus de animais para seres humanos.

**4- Algumas medidas como tomar vitamina C, fazer gargarejo com água morna, sal e vinagre são eficazes contra a COVID-19.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ Até o momento, não há evidências científicas de qualquer medicamento, substância, vitamina, alimento ou vacina que previna ou combata a COVID-19.

**5- Não é necessário fazer a higiene dos produtos que trouxe do mercado, pois peguei eles com as mãos limpas.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ a higiene de qualquer produto que vem da rua é fundamental, pois não se sabe quem manipulou o produto antes de você.

**6- Com o uso da máscara estou 100% protegido, não necessitando outros cuidados.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ mesmo utilizando a máscara, devo manter os cuidados de higiene, como lavar as mãos frequentemente com água e sabão, uso do álcool em gel e o isolamento social

**7- Já que não tenho sintomas e me sinto bem, não há problemas em manter contato com meus amigos e parentes que moram longe de mim.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ Pode demorar até 14 dias para desenvolver os sintomas e, nesse período, pode-se transmitir a doença. Por isso é fundamental que todos façam o isolamento social, uma forma de cuidado a quem amamos!

**8- Devo procurar atendimento de saúde caso apresente febre alta e falta de ar.**

( ) Verdadeiro ☑ Procure atendimento se estiver com sintomas graves, como dificuldade para respirar e febre alta (a partir de 39°C). Além disso, se tiveres dúvidas, podes acessar a TeleCovid-19 (0800-642-4650) na cidade de Rio Grande.

( ) Falso

**9- Se eu tiver apenas sintomas leves, semelhantes a um resfriado, posso sair de casa.**

( ) Sim

( ) Não ☑ se você apresentar qualquer sintoma respiratório, deve permanecer em casa. O Isolamento é a melhor forma de reduzir o contágio do coronavírus.

**10- O tempo de isolamento domiciliar para pessoas com suspeita ou confirmação de COVID-19 é de:**

( ) 10 dias

( ) 14 dias ☑ correto! A pessoa com confirmação ou suspeita de COVID-19 deve permanecer em isolamento domiciliar voluntário (em casa) durante 14 dias a partir da data do início dos sintomas.

**11- A pessoa com suspeita ou confirmação de COVID-19 não necessita ficar isolada de seus familiares, já que moram na mesma casa.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ a pessoa com suspeita ou confirmação de COVID-19 deve manter distância dos demais familiares, mesmo em casa, se possível em um cômodo ventilado e com a porta fechada.

**12- O risco de desenvolver complicações pela COVID-19 é maior em idosos e pessoas com doenças crônicas.**

( ) Verdadeiro ☑ pessoas acima de 60 anos, bem como portadores de doenças crônicas como hipertensão, diabetes, problemas cardíacos ou pulmonares e com câncer estão mais propensos a desenvolver complicações como pneumonias e necessitar internação, inclusive em UTI.

( ) Falso

**13- Se eu tiver problemas de saúde que não tem relação com o coronavírus, devo evitar procurar o serviço de saúde.**

( ) Sim

( ) Não ☑ se você faz acompanhamento para alguma doença crônica, ou pré-natal, por exemplo, não deve abandonar as consultas! Mantenha o acompanhamento e converse com seu profissional de saúde sobre as medidas corretas a serem tomadas.

**14- A vacina da gripe não protege contra a COVID-19.**

( ) Verdadeiro ☑ é importante se vacinar contra a gripe para diminuir o volume de pessoas procurando atendimento médico e favorecer o diagnóstico preciso da COVID-19.

( ) Falso

**15- O uso de luvas é uma das medidas de prevenção ao coronavírus.**

( ) Verdadeiro

( ) Falso ☑ as luvas podem aumentar a chance de contaminação, pois as pessoas podem acabar tocando o rosto com elas ou se contaminando na hora de retirá-las. Por isso, a melhor prática de prevenção é a lavagem das mãos!

**16- O tempo de uso da máscara de pano é de, no máximo:**

( ) duas horas. ☑ Correto. Utilize a máscara de pano por no máximo 2 horas, e troque sempre que estiver úmida ou suja. Não esqueça de carregar uma máscara reserva e um saco plástico para armazenar.

( ) Quatro Horas.

**17- A máscara deve ser usada sempre que você precisar sair de casa, durante o tempo todo.**

( ) Verdadeiro ☑ Correto. Utilize a máscara durante todo o tempo, e evite tocar ou ajustar a máscara enquanto estiver usando. Ela deve cobrir totalmente o nariz e a boca.

( ) Falso

**18- A forma correta de lavagem da máscara é com:**

( ) sabão e água sanitária, deixar de molho por 30 minutos. ☑ Correto. A máscara deve ficar de molho por 30 minutos, após esfregar, enxaguar e secar bem, preferencialmente com ferro.

( ) sabão e água quente, deixar de molho por 10 minutos.

**19- Para uma lavagem de mãos ser eficaz, o tempo de duração deve ser, pelo menos:**

( ) 40 segundos ☑ Correto! Uma boa lavagem de mãos deve durar pelo menos 40 segundos. Lembre-se de esfregar bem o dorso, entre os dedos, o polegar, debaixo das unhas e o punho.

( ) 15 segundos

**20- O tempo de duração do vírus em superfícies é de até:**

( ) 1 hora

( ) 72 horas ☑ Correto! Estudos demonstraram que o vírus da COVID-19 pode sobreviver por até 72 horas em plástico e aço inoxidável, menos de 4 horas em cobre e menos de 24 horas em papelão. Por isso a limpeza dos objetos é fundamental!