



PARA DIVULGAÇÃO IMDEIATA

Contato:

Russell Hartenstine

Oficial de Informação Pública

Comitê Regional de Planejamento de Emergência de Martha's Vineyard

(508)-693-5380

emd@westtisbury-ma.gov

Segunda-feira, 30 de Março de 2020

5:00 PM

DIRETRIZES DE DISTANCIAMENTO SOCIAL PARA OS RESIDENTES DE MARTHA'S VINEYARD

e

INFORMAÇÕES BÁSICAS SOBRE O COVID-19

A comunidade da Ilha tem 2 casos de COVID-19 confirmados, e podem haver mais à medida que os testes aumentam. Para ajudar a parar a propagação do COVID-19, os Gerentes de Emergência gostariam de ajudar a educar a comunidade em como viver e trabalhar usando técnicas de distanciamento social e sanitização, pois elas refletem o nosso modo de viver na Ilha. Apresentamos isso numa série que começará com noções básicas de distanciamento social e informações básicas sobre o vírus.

Forneceremos essas informações ao público de duas maneiras:

1. Um comunicado de imprensa tradicional, em Inglês e Português, para ser divulgado às diferentes agências de imprensa. Estes serão enviados regularmente às Segundas, Quartas, e Sextas-Feiras às 5:00 PM.
2. Uma mensagem no Facebook gravada em Inglês e Português. Esta será enviada regularmente às Segundas, Quartas, e Sextas-Feiras às 7:00 PM.

Diretrizes Básicas de Distanciamento Social e Cuidados Pessoais

- MANTENHA UMA DISTÂNCIA DE 6 PÉS DE OUTRAS PESSOAS
 - Isto deve ser feito em todos os espaços públicos.
- A única maneira de controlar a propagação do COVID-19 na comunidade é através do Isolamento Social: mantendo uma distância segura das outras pessoas e não saindo de casa a menos que seja necessário (mercados, farmácias, postos de gasolina, bancos, e edifícios do governo) ou para fazer exercício sozinho ao ar livre.
- Lave as suas mãos frequentemente com água quente e sabão durante pelo menos 20 segundos.

- Você deve lavar as suas mãos antes e depois de tocar na sua boca, olhos, nariz, comida, maçanetas, alças, interruptores, telefones, controles remotos, relógios, TVs, computadores, secretárias, bancadas, etc.
- Mantenha as suas unhas curtas, de modo a que o vírus não fique embaixo delas.

Informações Básicas do Coronavírus

- O vírus é uma molécula de proteína (DNA) frágil, coberta por uma camada protetora de lipídios (gordura).
 - É por isso que o sabão é um bom desinfetante, porque dissolve a gordura. Depois de dissolvida a camada de gordura, a molécula viral se decompõe.
- O calor derrete a gordura; por isso é bom usar água acima de 77 graus Fahrenheit (25 graus Celsius).
- Qualquer mistura de líquido desinfetante com mais de 70% de álcool dissolve o lipídio (gordura) que cobre o vírus e é um desinfetante eficaz.
- Uma mistura de 1 medida de bleach e 5 medidas de água decompõe diretamente o núcleo do vírus.
- Hydrogen peroxide também é eficaz contra o vírus.
- Soluções bacterianas e antibióticos não devem ser usados porque são eficazes apenas contra bactérias, não contra vírus.
- O vírus pode sobreviver em:
 - Materiais porosos (roupas) por 12 horas
 - Papelão por 24 horas
 - Metal por 48 horas
 - Cobre e madeira por 4 horas
 - Superfícies rígidas (plástico e aço) por 72 horas
 - No ar por 30 minutos antes de pousar numa superfície
- O vírus é mais estável em temperaturas frias.
- A luz ultravioleta decompõe a proteína viral.
- Não use vodka ou licor como desinfetante. A vodka mais forte tem 40% de álcool, e é preciso 70%.
- Listerine tem 65% de álcool, e pode ser usado se for absolutamente necessário.

A sua comunidade está aqui para você.
Fique atento à próxima divulgação da série.