



Australian Government

Informações falsas e verdadeiras sobre o coronavírus (a COVID-19)

Enquanto a Austrália continua respondendo à pandemia de COVID-19, enfrentamos o desafio de navegar em um grande volume de informações sobre o vírus. Algumas destas informações podem ser incorretas e potencialmente prejudiciais. Chamamos isto de informações falsas.

As informações falsas podem se espalhar ampla e rapidamente, fazendo com que seja difícil para a população identificar recomendações e fatos comprovados e informações falsas.

Com as atualizações e acontecimentos diários em relação à COVID-19, é normal ter dúvidas e preocupações, e talvez ficar indeciso sobre a COVID-19 e sobre receber a vacina. O objetivo deste documento é fornecer respostas corretas e baseadas em evidências para as dúvidas e informações falsas relacionadas às vacinas contra COVID-19.

Para as últimas atualizações e recomendações, por favor, visite www.health.gov.au ou <https://covid19inlanguage.homeaffairs.gov.au/>

A Covid-19 é uma farsa

INFORMAÇÃO FALSA: A COVID-19 é uma farsa.

FATO: A COVID-19 é causada por um novo coronavírus (SARS-CoV-2), que faz parte de uma grande família de vírus que podem provocar infecções respiratórias tanto em seres humanos como em animais. Estas infecções podem variar de resfriados comuns a doenças mais graves. A COVID-19 é transmitida entre as pessoas por gotículas e através de superfícies contaminadas.

Vários estudos científicos pelo mundo demonstram que especialistas em medicina laboratorial altamente conceituados isolaram e sequenciaram o vírus que causa a COVID-19, demonstrando que o vírus existe, que é diferente do vírus da gripe, e que causa uma doença que resultou em mais de 5,3 milhões de mortes pelo mundo em pouco mais de 23 meses.

A Austrália tem a sorte de contar com o suporte de uma rede especializada de laboratórios de patologia públicos e privados, com capacidade e credenciamento adequado para detectar e confirmar o SARS-CoV-2. Cientistas do Victorian Infectious Diseases Reference Laboratory (VIDRL), no Peter Doherty Institute for Infection and Immunity, foram os primeiros a isolar o SARS-CoV-2. Esta importante informação foi imediatamente compartilhada com laboratórios locais e estrangeiros, e também forneceu evidência científica da existência deste vírus mortal.

Informações sobre o número de pessoas com COVID-19 e o número de mortes pela doença são recolhidas na Austrália e ao redor do mundo. Você pode verificar os dados diários sobre a COVID-19 na Austrália em www.health.gov.au.

Vacinas

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 foram desenvolvidas rápido demais, não foram testadas direito e não são seguras.

FATO: As vacinas contra COVID-19 foram desenvolvidas rapidamente sem comprometer a qualidade, a segurança e a eficácia. Pesquisadores ao redor do mundo têm trabalhado muito para desenvolver vacinas contra a COVID-19 desde o início da pandemia. Eles puderam agilizar o desenvolvimento das vacinas graças à colaboração entre cientistas, fabricantes e distribuidores.

Um financiamento global sem precedentes permitiu que as etapas de desenvolvimento e planejamento da implementação das vacinas contra COVID-19 ocorressem paralelamente, em vez de uma após a outra. A maioria das vacinas contra COVID-19 que têm sido desenvolvidas já incluiu dezenas de milhares de pessoas em seus testes/ensaios clínicos.

Além disso, pesquisas sobre como responder a uma pandemia têm sido realizadas desde bem antes da COVID-19. Estas pesquisas observam os dados de coronavírus anteriores, tais como o SARS em 2002 e o MERS em 2012, dando aos pesquisadores uma certa vantagem quando se trata de desenvolver vacinas contra a COVID-19.

Na Austrália, a Therapeutic Goods Administration (TGA) (Administração de Produtos Terapêuticos) avalia rigorosamente as potenciais vacinas contra COVID-19 em relação a segurança, qualidade e eficácia. A TGA continua monitorando a segurança das vacinas contra COVID-19 e também analisa cada lote de vacina contra COVID-19 para garantir que eles atendam aos mesmos padrões de qualidade.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 são perigosas, e mais pessoas irão morrer com os efeitos colaterais adversos da vacina do que com a própria COVID-19.

FATO: Os benefícios das vacinas contra COVID-19 são muito maiores que seus riscos. Ensaio clínico das vacinas Pfizer/BioNTech (Comirnaty), Spikevax (Moderna) e AstraZeneca (Vaxzevria) mostraram que elas são eficazes para evitar o desenvolvimento de sintomas de COVID-19 e para proteger contra doenças graves.

Os efeitos colaterais comuns da vacina incluem: cansaço, dor de cabeça, dores no corpo e febre. Efeitos colaterais mais graves incluem: anafilaxia e uma condição rara chamada síndrome de trombose com trombocitopenia (TTS), associada à vacina AstraZeneca contra COVID-19. A TTS ou Trombocitopenia Trombótica Induzida por Vacina (VITT), é uma condição rara, identificada recentemente, com um mecanismo diferente das outras causas de trombose. Entre os casos relatados, não há um fator reconhecido como risco maior para TTS.

A TTS envolve coágulos sanguíneos (trombose) e baixos níveis de plaquetas sanguíneas (trombocitopenia), que podem ocorrer em diferentes partes do organismo.

De forma geral, há uma chance muito pequena de ocorrer a TTS como efeito colateral. O risco de TTS na Austrália é estimado em aproximadamente 2,0 para cada 100.000 doses de AstraZeneca. A TTS parece ser mais rara após a segunda dose da AstraZeneca, com os dados da Grã-Bretanha indicando uma taxa de 1,5 para cada milhão de segundas doses.

Dos casos de TTS que foram classificados pela TGA como confirmados ou prováveis, a maioria recebeu alta do hospital. Desde o início da campanha de vacinação até o dia 2 de dezembro de 2021, mais de 39,1 milhões de doses de vacinas contra COVID-19 foram aplicadas. A TGA tem recebido e analisado um grande número de relatos de mortes de pessoas que foram recentemente vacinadas, e descobriu que apenas 9 delas estavam ligadas à vacinação. Estas mortes foram todas relatadas após a primeira dose da vacina AstraZeneca – 8 foram casos de TTS e uma foi um caso de trombocitopenia imunológica.

Pessoas com histórico pessoal ou familiar de coágulos sanguíneos, com fatores de risco para coágulos sanguíneos, ou que tomam medicamento anticoagulante podem receber a vacina AstraZeneca. Como precaução, há um número bem pequeno de pessoas com problemas de coágulos sanguíneos que deve receber uma outra vacina contra COVID-19.

Se você tiver algum efeito colateral com a vacina, procure atendimento de um profissional da saúde e relate isto à TGA (Tel: 1300 134 237).

INFORMAÇÃO FALSA: A campanha de vacinação contra COVID-19 é um disfarce para recolher seu DNA.

FATO: Não há, e nunca houve, nenhuma intenção de recolher DNA durante o processo de vacinação.

O objetivo da campanha de vacinação contra COVID-19 do Governo Australiano é proteger a saúde dos australianos, fornecendo vacinas contra COVID-19 para evitar que as pessoas desenvolvam doenças graves e morram com o vírus SARS-CoV-2.

As vacinas contra COVID-19 aprovadas para uso na Austrália são dadas através de uma injeção em um músculo, geralmente o músculo deltoide, na parte superior do braço. Nada é retirado de seu corpo, nem seu DNA. As vacinas contra COVID-19 também não podem mudar seus genes nem seu DNA.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 causam infertilidade.

FATO: Não há nenhuma evidência científica que indique que qualquer uma das vacinas contra COVID-19 atualmente aprovadas pela TGA cause esterilização e/ou infertilidade. A TGA não aprovará nenhuma vacina para uso na Austrália que não seja segura e eficaz – isto inclui impactos sobre a fertilidade. A vacina contra COVID-19, assim como outras vacinas, funciona treinando nosso organismo para desenvolver anticorpos para combater o vírus que causa a COVID-19 e evitar futuras doenças. No momento não há nenhuma evidência de que os anticorpos criados pela vacinação contra COVID-19 causem problemas para a gravidez, nem para o desenvolvimento da placenta.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 mudam seu DNA.

FATO: As vacinas contra COVID-19 não mudam seu DNA. As vacinas funcionam com as defesas naturais do organismo, para ajudar a desenvolver imunidade contra a doença COVID-19.

Há atualmente 3 vacinas contra COVID-19 aprovadas e em uso na Austrália – a vacina Pfizer e a vacina Moderna, que usam uma plataforma de mRNA, e a vacina AstraZeneca, que usa uma plataforma de vetor viral.

As vacinas vetoriais usam um vírus de origem animal enfraquecido e inofensivo, que contém o código genético de uma proteína exclusiva do coronavírus, geralmente a proteína S, enquanto que as vacinas de mRNA usam um código genético chamado RNA para desencadear a produção da proteína S específica do coronavírus. Nenhuma destas vacinas pode mudar seu DNA.

Um mito comum em relação à vacina contra COVID-19 alega falsamente que as vacinas de mRNA podem mudar seu DNA, o que não é verdade. As vacinas de mRNA usam um código genético chamado RNA para induzir a produção da proteína S específica do coronavírus. Quando o mRNA entra nas células do organismo, as células usam as instruções contidas no RNA para produzir a proteína S. As células exibem a proteína S em suas superfícies e destroem o mRNA que foi entregue pela vacina. As células imunológicas reconhecem então a proteína S como estranha e começam a produzir uma resposta imunológica contra ela. O RNA da vacina não muda nem interage com nosso DNA de nenhuma forma.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 podem conectá-lo à internet, ao Wi-Fi, 5G ou Bluetooth.

FATO: As vacinas contra COVID-19 não o conectam, e nem conseguiriam conectá-lo, à internet, ao Wi-Fi, 5G ou Bluetooth, e não possibilitam nenhum tipo de conectividade sem fio.

Algumas das vacinas de mRNA que estão sendo desenvolvidas incluem o uso de um material chamado hidrogel, que pode ajudar a espalhar lentamente a vacina para dentro de nossas células. Os bioengenheiros têm usado hidrogéis semelhantes há muitos anos e de diversas formas. Por exemplo, eles usaram isto para ajudar células-tronco a sobreviver após serem colocadas em nossos organismos. Por causa disto, algumas pessoas acreditam que hidrogéis são necessários para implantes eletrônicos, que poderiam fazer a conexão com a internet.

A vacina Pfizer/BioNTech (Comirnaty) não utiliza hidrogéis como componente. A vacina Pfizer/BioNTech contém um pedaço de mRNA, que é revestido por uma gotícula de lipídio (gordura). O lipídio ajuda a vacina a entrar em nossas células, pois a membrana que mantém nossas células unidas também é formada principalmente por lipídios. A vacina e a membrana podem fundir-se facilmente, depositando o mRNA dentro da célula.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 contêm um microchip ou uma forma de tecnologia de rastreamento.

FATO: As vacinas contra COVID-19 aprovadas não contêm nenhuma forma de software nem microchips. Elas não podem ser usadas para rastrear pessoas.

As Informações sobre Produtos disponíveis no site da TGA listam todos os ingredientes de cada vacina. A TGA responsabiliza-se por testar os lotes de todas as vacinas antes do uso, para garantir sua qualidade e fazer o monitoramento, caso surja qualquer preocupação em relação à segurança.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 transmitem a COVID-19.

FATO: Nenhuma das vacinas aprovadas na Austrália contém o vírus vivo. Isto significa que elas não podem lhe transmitir a COVID-19.

Alguns dos efeitos colaterais das vacinas contra COVID-19, tais como febre e cansaço, podem assemelhar-se aos sintomas da COVID-19. Estes sintomas são normais e são um sinal de que o organismo está criando proteção contra o vírus que causa a COVID-19.

Seu organismo geralmente demora pelo menos 2 semanas para começar a criar imunidade (proteção contra o vírus que causa a COVID-19) após cada dose da vacina. Isto significa que é possível que uma pessoa seja infectada com a COVID-19 um pouco antes ou um pouco depois da vacinação, e que ainda fique doente.

É possível também que uma pessoa seja infectada com a COVID-19 mesmo depois de estar totalmente vacinada, mas isto é significativamente menos provável de acontecer.

É importante que receba as duas doses da vacina, e que fique isolado e faça o teste se tiver qualquer sintoma de COVID-19.

INFORMAÇÃO FALSA: As vacinas contra COVID-19 podem ser “liberadas” para atingir as pessoas não vacinadas.

FATO: As vacinas contra COVID-19 não podem ser “liberadas” para atingir as pessoas não vacinadas. Isto não é possível. Este tipo de liberação pode apenas ocorrer com vacinas que usam formas enfraquecidas e vivas do vírus. Nenhuma das vacinas contra COVID-19 aprovadas para uso na Austrália contém formas vivas do coronavírus.

INFORMAÇÃO FALSA: A vacina contra COVID-19 não funciona contra mutações do coronavírus.

FATO: Todos os vírus, inclusive o SARS-CoV-2, mudam com o tempo, como parte de sua evolução natural. Tem havido relatos na mídia recentemente sobre novas variantes do vírus, como as variantes Delta e Ômicron. Isto não significa que as vacinas não serão eficazes contra as novas variantes.

Todas as vacinas que estão atualmente aprovadas para uso na Austrália e em outros países têm mostrado ser altamente eficazes para evitar doenças graves com qualquer variante do vírus SARS-CoV-2 que tenha surgido até agora.

A TGA continua a examinar isto de perto, como parte de seus processos de aprovação e monitoramento. As pessoas talvez precisem de injeções de reforço, como acontece com as vacinas contra tétano e coqueluche, ou talvez precisemos ser vacinados novamente – como acontece com a vacina contra a gripe todo ano. Os pesquisadores ainda estão investigando isto, mas eles já sabem que o vírus não mudou o suficiente para tornar as vacinas atuais ineficazes.

INFORMAÇÃO FALSA: As pessoas que já tiveram COVID-19 e se recuperaram não precisam ser vacinadas.

FATO: Mesmo se você já teve COVID-19, recomenda-se que receba a vacina contra COVID-19.

A infecção natural com o vírus SARS-CoV-2 estimula a imunidade e oferece uma certa proteção contra reinfecção, mas a intensidade da resposta imunológica e a duração da proteção ainda estão sendo pesquisadas ao redor do mundo.

Devido aos graves riscos à saúde associados à COVID-19 e ao fato de que é possível haver reinfecção e subsequente transmissão do vírus, aqueles que já tiveram COVID-19 ainda precisam receber uma vacina contra COVID-19 para reforçar seu sistema imunológico.

A resposta médica da Austrália

INFORMAÇÃO FALSA: A Austrália não consegue obter equipamentos e suprimentos médicos suficientes (respiradores, máscaras, kits de teste).

FATO: A Austrália possui equipamentos de proteção pessoal em abundância, e mais ainda estão sendo produzidos na Austrália e distribuídos na Austrália o tempo todo.

Os comitês consultivos do Governo Australiano, inclusive a Communicable Diseases Network Australia (Rede de Doenças Transmissíveis da Austrália) e a Public Health Laboratory Network (Rede de Laboratórios da Saúde Pública), reúnem-se com frequência. Eles reavaliam continuamente as orientações sobre abordagens e necessidades de testagem para COVID-19 para garantir que a testagem essencial seja realizada, para dar suporte à resposta da nossa saúde pública em relação à pandemia de COVID-19, e há uma continuidade nos suprimentos de testagem, equipamentos de proteção pessoal e outros suprimentos médicos.

INFORMAÇÃO FALSA: Os hospitais na Austrália não conseguirão lidar com o aumento na demanda devido à COVID-19.

FATO: A Austrália possui um sistema de saúde de primeira classe que está bem posicionado para atender a uma demanda adicional durante a pandemia de COVID-19, caso seja necessário. Isto inclui a capacidade de leitos hospitalares, equipamentos e suprimentos médicos e profissionais médicos adicionais através de uma parceria entre o

Governo Federal, os governos dos estados e territórios australianos e o setor privado de saúde.

Testagem e tratamento

INFORMAÇÃO FALSA: Hidroxicloroquina, ivermectina, doxiciclina e zinco são tratamentos seguros e eficazes e/ou curas para a COVID-19.

FATO: O Governo Australiano está monitorando de perto as pesquisas em todo o mundo em relação a tratamentos e curas para a COVID-19. A vacinação contra COVID-19 continua sendo a forma mais eficaz de evitar o desenvolvimento de sintomas de COVID-19 e de proteger contra doenças graves.

Atualmente não há evidência suficiente para apoiar o uso seguro e eficaz de ivermectina, doxiciclina e zinco (tanto seu uso separado, como em conjunto) para prevenção e tratamento da COVID-19.

A National COVID-19 Clinical Evidence Taskforce (Força-Tarefa Nacional para Evidências Clínicas em relação à COVID-19) da Austrália não recomenda o uso de hidroxicloroquina, ivermectina, doxiciclina nem zinco para o tratamento da COVID-19.

O uso de hidroxicloroquina (com ou sem zinco) para o tratamento de COVID-19 não é recomendado fora de ensaios randomizados com aprovação ética. A hidroxicloroquina apresenta riscos bem conhecidos que podem resultar em ataques cardíacos, danos aos olhos e redução grave dos níveis de açúcar no sangue (potencialmente levando a um coma).

INFORMAÇÃO FALSA: Os testes PCR (Reação em Cadeia da Polimerase) para detectar a COVID-19 não são confiáveis e não conseguem distinguir o coronavírus de outras doenças, como o resfriado comum e a gripe.

FATO: Na Austrália, os testes de amplificação de ácido nucleico (NAA), usando a reação em cadeia da polimerase (PCR) em uma amostra respiratória recolhida na garganta e no nariz com um swab (cotonete longo), é o teste padrão ouro para diagnosticar infecções virais (COVID-19 e gripe, por exemplo). Este método é bem sensível e detecta fragmentos específicos dos vírus (SARS-CoV-2 ou qualquer outro vírus). O teste PCR foi aprovado para uso e continua sendo monitorado por laboratórios de patologia aqui e no exterior, para garantir que um alto padrão de testagem e desempenho seja atingido.

Algumas pessoas entenderam mal a mudança nas recomendações de testagem dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos, que deram uma recomendação sobre o uso de testes PCR que incorporam múltiplos alvos patogênicos para diferentes causas virais de infecções respiratórias. Por exemplo, estes testes podem diagnosticar infecções como COVID-19 e gripe ao mesmo tempo, e corretamente diferenciar as duas. Isto acontece com regularidade e tem sido uma prática padrão na Austrália desde a chegada destes testes PCR que incorporam múltiplos alvos. Na Austrália, é comum usar os testes PCR que detectarão corretamente o vírus da gripe, o vírus paragripal (parainfluenza), o Metapneumovírus Humano, o vírus Sincicial Respiratório, e também outros, inclusive alguns coronavírus humanos comuns que estavam circulando antes do SARS-COV-2.

INFORMAÇÃO FALSA: Testar todas as pessoas irá conter a propagação da COVID-19.

FATO: A testagem não faz parar a propagação da COVID-19.

A testagem diagnóstica representa um papel crítico para determinar a epidemiologia da

doença, informar o gerenciamento de casos e contatos e, basicamente, reduzir a transmissão viral. A vacina contra COVID-19 é a melhor forma de conter a propagação da COVID-19 na comunidade.

No entanto, testar negativo para COVID-19 não significa que você não corre risco, nem que não apresenta um risco para os outros. É importante notar que nenhum teste é 100% exato em todas as circunstâncias. Os testes de diagnóstico podem não detectar sempre o vírus quanto ele estiver presente em níveis baixos. Por exemplo, após a infecção inicial com o SARS-CoV-2, demora alguns dias para o vírus ser detectado pelo PCR, mais ou menos 2 ou 3 dias antes de os sintomas se tornarem aparentes. O teste no início da infecção pode ter um resultado negativo, mesmo quando a pessoa estiver infectada com o SARS-CoV-2. Não há, atualmente, nenhum teste que detecte com segurança o vírus no início da infecção, quando a pessoa está assintomática. Também não há nenhum teste que possa detectar com segurança se a pessoa está transmitindo a infecção.

É importante manter boa higiene e distanciamento físico, e ficar em casa quando não estiver se sentindo bem. Estas ações, juntamente com a testagem orientada, estão ajudando a evitar a transmissão da COVID-19 e de outras doenças infecciosas, reduzindo a demanda no sistema de saúde australiano.

O Governo Australiano continua recomendando que as estratégias de testagem, inclusive programas de triagem em locais de trabalho para pessoas assintomáticas, sejam desenvolvidas em consulta com as autoridades da saúde pública relevantes. Para mais informações sobre a posição do Governo Australiano em relação à testagem assintomática, por favor, visite o site do [Department of Health \(Departamento de Saúde\)](#).

INFORMAÇÃO FALSA: Os kits de testagem não são exatos.

FATO: Na Austrália, usamos 2 tipos de testes para detectar o SARS-CoV-2:

1. RT-PCR (reação de cadeia da polimerase com transcrição reversa)
2. RAT (teste rápido de antígeno)

Os dois testam se o vírus SARS-CoV-2 está presente em sua garganta, seu nariz, nas secreções nasais ou na saliva.

Os testes PCR são melhores para detectar a presença do vírus SARS-CoV-2, e são usados atualmente para confirmar o diagnóstico de COVID-19. Os testes PCR podem detectar o vírus no início da infecção e podem, às vezes, detectar o vírus antes de a pessoa se sentir doente.

Os testes de PCR baseados em laboratório são de alta produtividade, mas complicados de fazer. Eles precisam de cientistas especializados, que realizam os testes em um laboratório. Alguns testes PCR remotos de baixa produtividade estão disponíveis para certos locais, como departamentos de emergência e áreas remotas.

Os testes rápidos de antígeno funcionam detectando a presença de proteínas específicas do vírus. Eles são mais precisos quando usados para testar pessoas com sintomas.

Os testes rápidos de antígeno geralmente funcionam melhor nos 7 dias após os sintomas aparecerem. Eles não são tão precisos se você não tiver sintomas, e podem produzir um resultado falso negativo ou falso positivo.

A maioria dos testes rápidos de antígeno produz um resultado entre 10 e 20 minutos.

Se você tiver um resultado de RAT positivo em casa, não precisa fazer um teste PCR em uma clínica de testagem para confirmar o resultado.

A Therapeutic Goods Administration (TGA) avalia e aprova todos os métodos de testagem usados na Austrália. A TGA usa critérios de desempenho rigorosos para garantir que os testes sejam eficazes e confiáveis.

Para informações atualizadas sobre quais testes para COVID-19 estão incluídos no Australian Register of Therapeutic Goods (Registro Australiano de Produtos Terapêuticos), por favor, visite o site da TGA, no endereço www.tga.gov.au

Lockdown e máscaras

INFORMAÇÃO FALSA: Um período de lockdown irá conter a propagação da COVID-19.

FATO: Impor restrições e um período de lockdown e depois retirar tais restrições para voltarmos à nossa “vida normal” não irá conter totalmente a propagação da COVID-19. No entanto, os lockdowns realmente ajudam a reduzir a taxa de transmissão da COVID-19 na comunidade.

As formas mais eficazes de ajudar a diminuir a propagação da COVID-19 são: receber a vacina contra COVID-19, usar máscara, manter distanciamento físico, manter boa higiene das mãos e respiratória, e ficar em casa e fazer o teste, se não estiver se sentindo bem.

Um número significativo de pessoas com COVID-19 apresenta sintomas leves ou não apresenta nenhum sintoma durante o período infeccioso. Um lockdown curto de duas semanas tem o risco de essas pessoas com COVID-19 assintomática exporem, sem saber, outras pessoas ao vírus quando o lockdown terminar.

Os lockdowns também ajudam os Governos dos Estados e Territórios a realizar o rastreamento de contatos. Os especialistas médicos continuam monitorando o número de casos novos a cada dia na Austrália e também os locais onde a transmissão está ocorrendo. Recomendações sobre novas regras ou restrições que precisem ser impostas serão feitas baseadas em evidências. Todas as pessoas devem se manter atualizadas sobre as restrições atuais visitando www.australia.gov.au

INFORMAÇÃO FALSA: As máscaras não são eficazes contra a COVID-19 e/ou não são seguras para uso.

FATO: As máscaras são uma medida importante para suprimir a transmissão da COVID-19. As máscaras devem ser usadas como parte de uma abordagem abrangente que inclui: praticar distanciamento físico, evitar aglomerações, ambientes fechados e de contato próximo, buscar boa ventilação, lavar as mãos, cobrir a boca e o nariz ao espirrar e tossir, e outras medidas. A máscara não substitui o distanciamento físico.

As máscaras são uma barreira simples para ajudar a evitar que suas gotículas respiratórias atinjam outras pessoas. Pesquisas mostram que as máscaras reduzem a propagação de gotículas quando usadas sobre o nariz e a boca. Dependendo do tipo, as máscaras podem ser usadas tanto para a proteção de pessoas saudáveis quanto para evitar a transmissão.

Não há evidências de que usar máscara não é seguro nem que isto pode levar a problemas como falta de oxigênio ou aumento de inalação de dióxido de carbono (CO₂). Provedores de cuidados médicos têm usado máscaras por períodos de tempo prolongados há muitos anos, sem ter estes problemas.

Todos os profissionais da saúde devem seguir os cuidados padrões e baseados em transmissão, conforme descrito nas Australian Guidelines for the Prevention and Control of Infection in Healthcare (Diretrizes Australianas para Prevenção e Controle de Infecção em Cuidados Médicos). A National COVID-19 Clinical Evidence Taskforce (Força-Tarefa Nacional para Evidências Clínicas em relação à COVID-19) da Austrália forneceu uma recomendação de consenso para que todos os profissionais de saúde que forneçam cuidados diretos aos pacientes ou que trabalhem nas áreas para pacientes/clientes/residentes com COVID-19 confirmada ou suspeita, tenham acesso a máscaras P2/N95.

Acesse este site com frequência para se manter informado sobre os principais acontecimentos na resposta do Governo Australiano em relação à COVID-19. A [SBS](#) também tem várias informações sobre a COVID-19 em sua língua. Pode também usar aplicativos para celulares/telemóveis e extensões de navegador para traduzir as informações do governo. Procure um que atenda às suas necessidades. Para acessar mais informações em inglês, visite www.australia.gov.au.