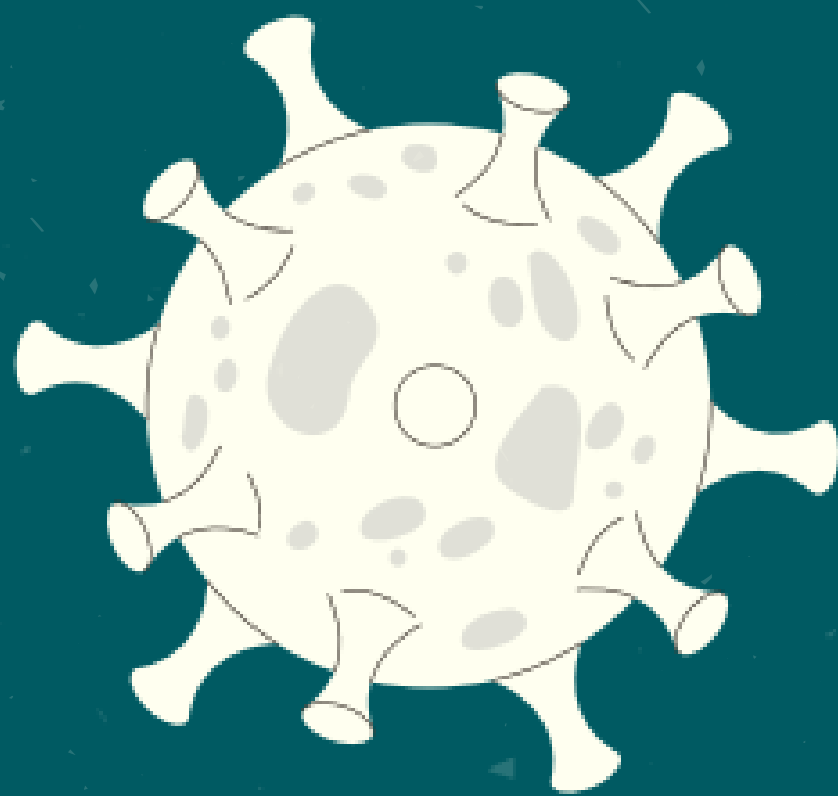




**COVID-19:  
COMBATENDO FAKE NEWS  
COM CONHECIMENTO**



Fernanda Cristine Fernandes Macedo



FERNANDA CRISTINE FERNANDES MACEDO

**ALFABETIZAÇÃO CIENTÍFICA NO ENFRENTAMENTO ÀS  
FAKE NEWS SOBRE COVID-19**

“Scientific literacy in facing the fake news about COVID-19”

Monografia apresentada como requisito parcial para obtenção  
do título de Licenciada em Ciências Biológicas,  
na Universidade Tecnológica Federal do Paraná campus Ponta Grossa.

Orientadora: Dra. Lia Maris Orth Ritter Antiqueira



[4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Esta licença permite que outros remixem, adaptem e criem a partir do trabalho para fins não comerciais, desde que atribuam o devido crédito e que licenciem as novas criações sob termos idênticos. Conteúdos elaborados por terceiros, citados e referenciados nesta obra não são cobertos pela licença.

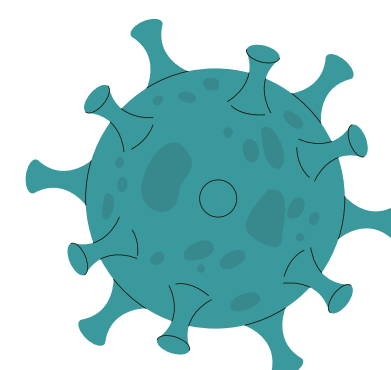
# Apresentação



Caro leitor:

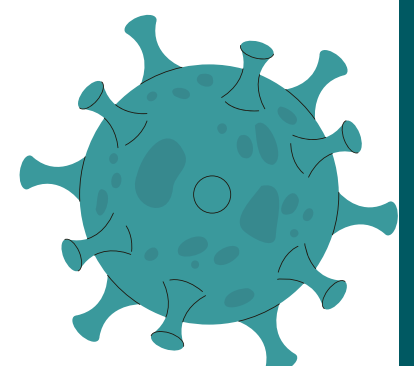
Você está recebendo um caderno de atividades com enfoque pedagógico multidisciplinar, para conduzi-lo, na construção de conhecimentos.

Desejo proporcionar a você, uma maior aproximação da Ciência, para que seja mais consciente e crítico ao mundo que o cerca. Esse material apresentará a respeito da pandemia da COVID-19, de uma forma acessível e interessante buscando desenvolver a alfabetização científica, de modo em que influencie e auxilie diante deste momento atípico enfrentado.



# Sumário

Início de tudo .....	4
Mas afinal é a COVID ou o COVID.....	5
Entendendo o novo coronavírus.....	6
Como é o novo coronavírus.....	7
Distribuição do COVID-19 no Brasil.....	8
Comorbidades e a Covid-19 no Brasil.....	9
Variantes da COVID-19 no Brasil .....	10
Tipos de testes.....	11
Objetos do cotidiano e a COVID-19.....	12
Sintomas.....	13
Sintomas duradouros.....	14
Como diferenciar os sintomas.....	15
Camadas de proteção contra .....	16
Porque o distanciamento social é importante.....	17
Importância do uso de máscaras .....	18
Qual máscara protege mais.....	19
Uso correto da máscara.....	20
Higienização das mãos .....	21
Convívio com uma pessoa com COVID-19.....	22
Vacinação.....	23
Devo me vacinar contra a COVID-19.....	24
Tipos de vacina .....	25
E depois da vacina.....	26
Fake news.....	28
Referências.....	33



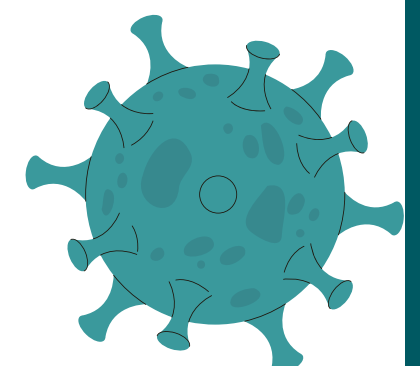
# Início de tudo

A OMS emitiu o primeiro alerta em 31 de dezembro de 2019, após casos de uma misteriosa pneumonia na cidade chinesa de Wuhan. O surto inicial atingiu pessoas ligadas a um mercado de frutos do mar em Wuhan – o que levantou a suspeita de que a transmissão ocorreu entre animais marinhos e humanos. Mas duas pesquisas apontam outras hipóteses para a transmissão para humanos: uma cita a cobra e, outra, os morcegos.

Um chinês de 61 anos foi a primeira vítima. Ele foi hospitalizado com dificuldades de respiração e pneumonia grave e morreu após uma parada cardíaca, em 9 de janeiro de 2020.

## **Já se espalhou...**

O primeiro registro fora da China ocorreu em 13 de janeiro de 2020, na Tailândia. A partir daí, surgiram informações sobre casos no Japão, Coreia do Sul, Taiwan e Estados Unidos. No dia 20 de janeiro, cientistas comprovaram a transmissão de pessoa para pessoa. No Brasil, o primeiro caso foi confirmado no dia 25 de fevereiro. O paciente era um homem de 61 anos, residente em São Paulo, com histórico de viagem para Itália. Pouco mais de dois meses após a epidemia na China, a OMS apontou, no dia 13 de março, a Europa como o epicentro da doença no mundo, com mais casos registrados do que o país asiático, neste momento sendo considerado como uma pandemia.



# Mas afinal é a COVID ou o COVID

Covid-19 se refere à doença – não ao vírus. O nome resulta das palavras “conrona”, “vírus” e “doença” com indicação do ano em que surgiu (2019).

O nome coronavírus, que foi identificado em Wuhan na China no final do ano de 2019, ganhou o nome de SARS-Cov-2. Tem o número 2 porque esse vírus é similar ao coronavírus SARS-CoV, conhecido por causar a Síndrome Respiratória Aguda grave (do inglês, Severe Acute Respiratory Syndrome SARS) durante uma epidemia que afetou diversos países a partir de 2002.

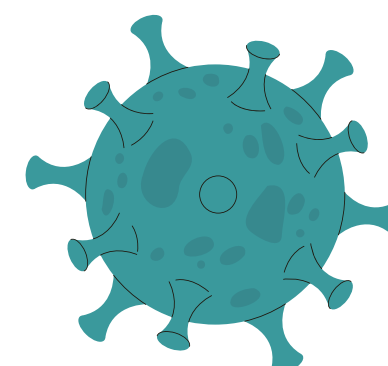
“Coronavírus” denomina um grande grupo viral já conhecido e identificado. O nome surgiu por conta da forma desses organismos que lembra a de uma coroa.

**Portanto o certo é:**

**A covid-19**

**O coronavírus**

**O SARS-CoV-2.**



# Entendendo o novo coronavírus

## Primeiramente, o que são vírus?

Os vírus são formados basicamente por uma cápsula de proteína que envolve o material genético, que pode ser DNA ou RNA. Alguns vírus possuem uma proteção a mais, uma capa de gordura. Esses são os vírus envelopados, como é o caso do SARS-CoV-2, que causa a COVID-19.

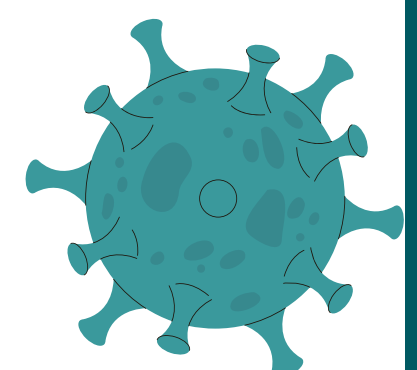
De maneira geral, vírus não são considerados seres vivos, porque só conseguem gerar outro vírus quando estão dentro de células de animais, plantas ou alguns outros microrganismos, dependendo totalmente desses seres.

Os vírus são estruturas muito simples e tão pequenas que alguns deles são menores que as bactérias. Em geral, não podem ser vistos em microscópios mais comuns, os ópticos.

## Estruturas de vírus mais comuns:



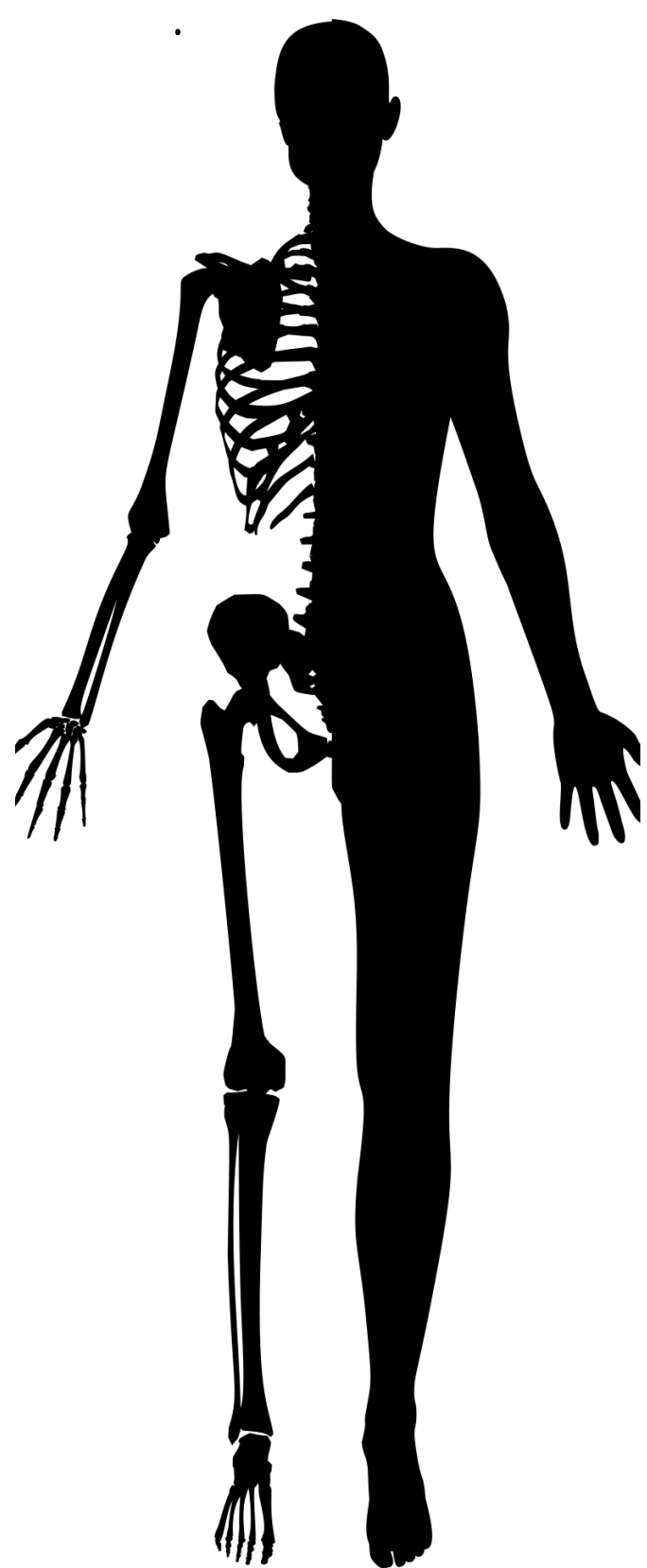
Fonte: Fiocruz, 2020



# Como é o novo coronavírus

O novo coronavírus pode medir menos de 200 nm (nanometro – unidade de comprimento equivalente a bilionésima parte de um metro).

Se um vírus fosse do tamanho de uma bola de tênis, um ser humano teria 800 km de altura ou 100 vezes a altura do Monte Everest, a maior montanha do planeta.



800 km, ou 100 vezes a altura do monte.



# Distribuição da COVID-19 no Brasil

Até março de 2020, o vírus SARS-CoV-2 circulava em poucas partes do Brasil, mesmo tendo entrado por diferentes vias e formas. Mas a falta de uma resposta coordenada e eficaz acelerou a propagação do novo coronavírus no país, fazendo com que haja um grande número de casos da COVID-19 e quase 400 mil mortes causadas pela doença.

Atualmente, 100% dos municípios brasileiros registram pelo menos um caso confirmado da doença.

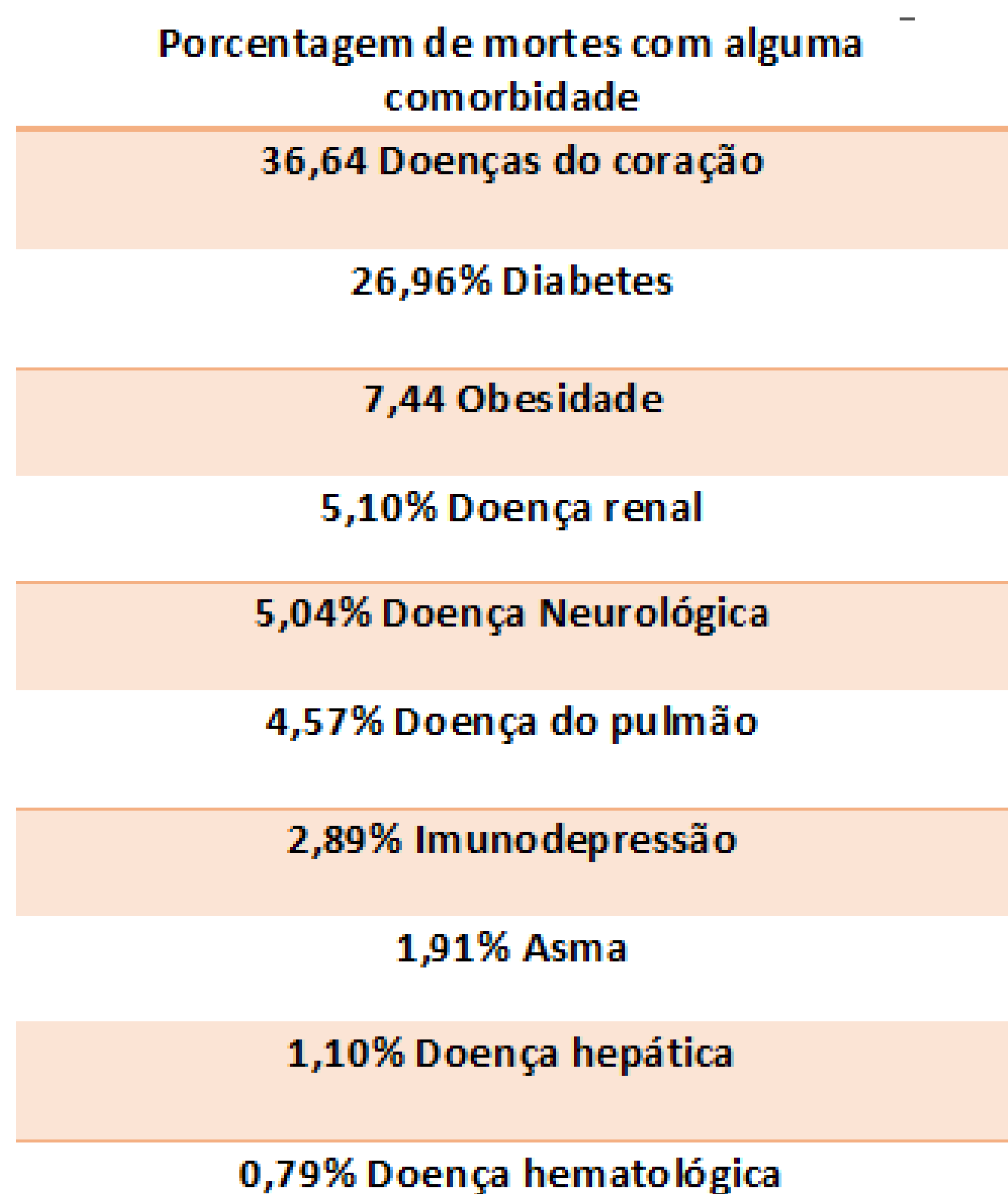
Acompanhe a distribuição dos casos e mortes de COVID-19 desde que o vírus chegou ao país



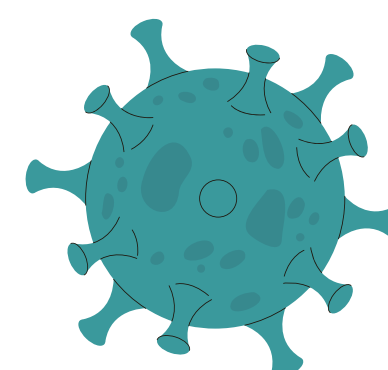
# Comorbidades e a COVID-19 no Brasil

Com cerca de 435 mil mortes por COVID-19, cerca de 403 mil ocorreram entre pessoas que tinham alguma comorbidade, segundo o Ministério de Saúde.

Comorbidade: é a associação entre duas ou mais doenças ou condições em um paciente ao mesmo tempo. No caso de pessoas com COVID-19, condições preexistentes, como hipertensão arterial, problemas cardíacos, diabetes, obesidade, tuberculose, doença pulmonar obstrutiva crônica, doenças renais e outras, podem afetar e agravar o estado de saúde relacionadas a mortes pelo vírus.



Adaptado de Fiocruz, 2021



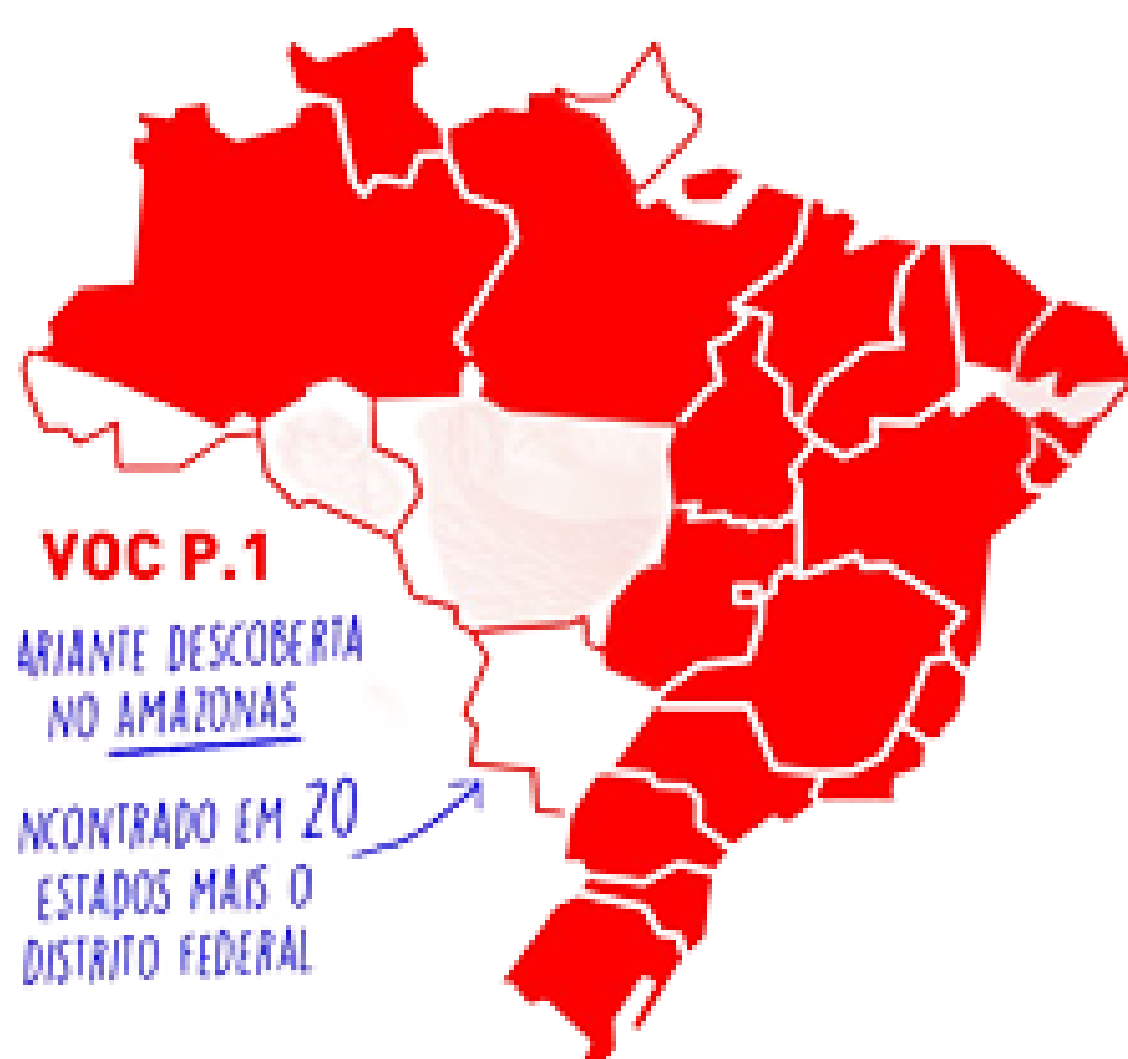
# Variantes do SARS-CoV-2 no Brasil

Após um pouco mais de um ano de sua identificação, o SARS-CoV-2, já apresenta inúmeras variantes em todo o mundo, cada uma com algumas mutações no seu material genético.

As variantes são consideradas preocupantes quando há evidências de aumento da transmissibilidade ou agravamento da doença, como aumento de hospitalizações ou óbitos nas áreas onde forem identificadas.

Essas variantes são chamadas de variantes de atenção (VOC, em inglês).




Segundo a Organização Mundial de Saúde, há três principais VOCs, no mundo: VOC B.1.1.7, VOC P.1 e VOC B.1.351. Até o momento, a Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde identificou duas VOCs circulando no Brasil, a VOC B.1.1.7 e VOC P.1.



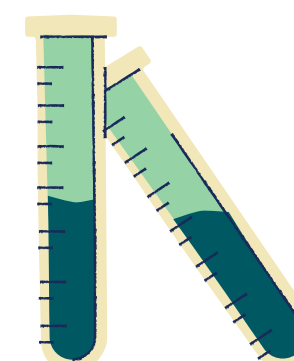
Fonte: Fiocruz, 2020

# Tipos de testes:

A realização de exames em massa é uma das estratégias que vem sendo utilizada desde o início da pandemia para conter a sua transmissão. Com isto, foram desenvolvidas formas para fazer essa testagem na população, as quais possuem as seguintes características:

	<b>RT-PCR</b> 	<b>TESTE DE ANTÍGENO</b> 	<b>TESTE DE ANTICORPOS (SOROLOGIA)</b> 
<b>TESTES</b>	Teste genético para detecção do vírus nos primeiros dias de infecção	Teste para detecção de Coronavírus a partir do 3º dia de infecção	Teste para detecção dos anticorpos anti-coronavírus a partir do 7º dia da infecção
<b>RESULTADO</b>	3 Dias úteis	4 Horas	1 Hora
<b>INDICAÇÃO</b>	Pessoas com sintomas ou que tenham tido contato com infectado	Pessoas com sintomas ou que tenham tido contato com infectado	Pessoas com sintomas de gripe prolongada e querem detectar a doença ou saber se já estão potencialmente imunizados
<b>QUANDO FAZER</b>	Nos primeiros dias da infecção	A partir do 3º dia da infecção	A partir do 7º dia da infecção
<b>TIPO DE COLETA</b>	Secreção Naso/Faríngea	Secreção Naso/Faríngea	Sangue
<b>NECESSIDADE DE PEDIDO</b>	Sim	Não	Não

Fonte: Laboratório Rocha Lima, 2021



# Sintomas

91% dos infectados pelo Coronavírus apresentaram alguns sintomas, os sintomas aparecem, em média, após 5 ou 6 dias depois de ser infectado pelo vírus. Porém, em alguns casos, pode levar até 14 dias.

56%: Febre, sendo o sintoma mais importante e dura em torno de três dias.

63% alteração do paladar e do olfato.

62% Dor de cabeça.

53% Tosse, os sintomas respiratórias, como a tosse, tornam-se mais evidentes com a progressão da doença e duram, em geral, de três a cinco dias após o desaparecimento da febre.

35% Dor no corpo.

23% Palpitação.

10% Vômito: Outros sintomas gastrointestinais, como diarreia, também são raros.



Tosse



Febre



Falta de ar



## Sintomas duradouros:

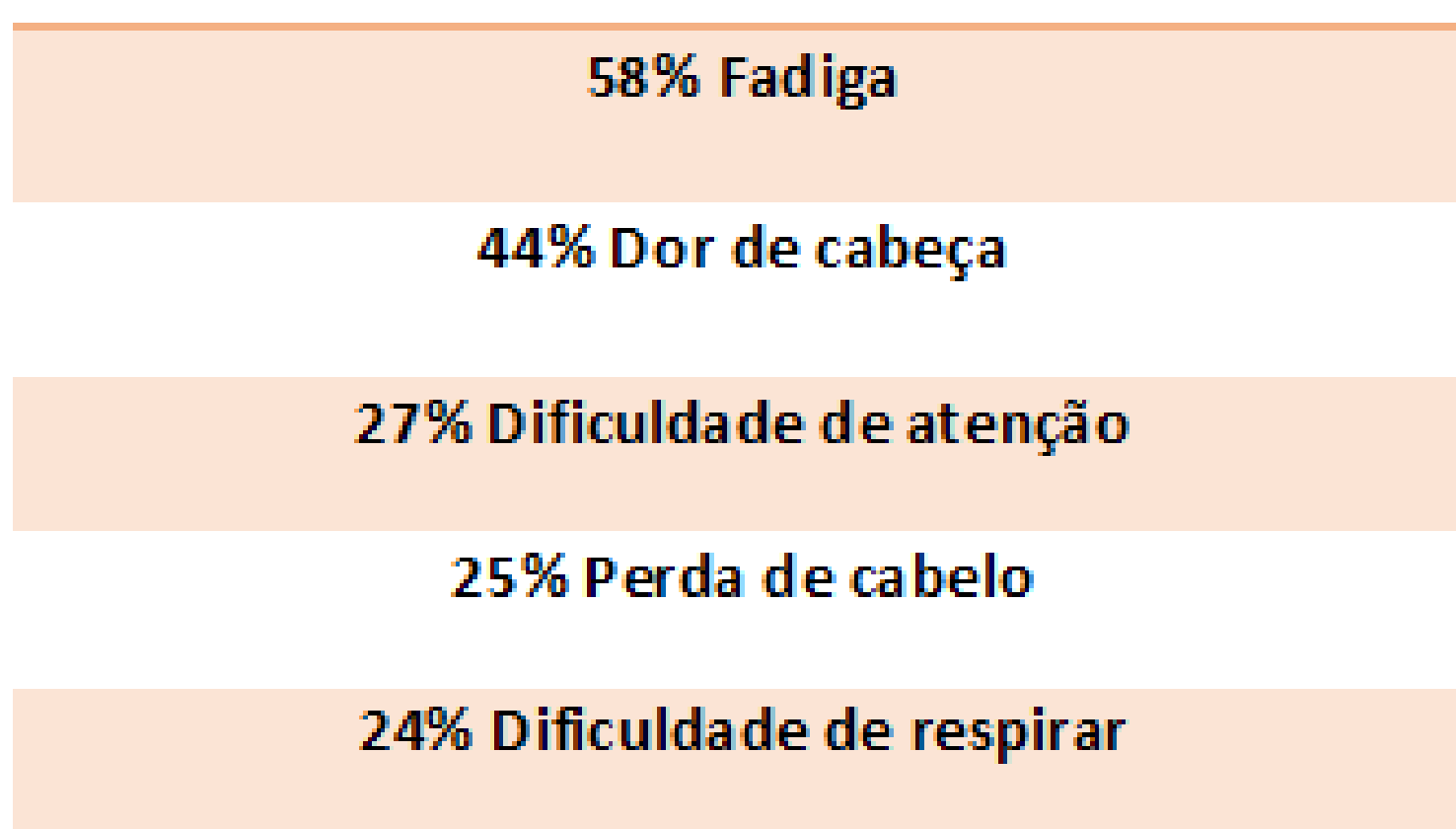
Algumas pessoas, mesmo recuperadas da COVID-19, podem continuar apresentando sintomas por meses. Atualmente, diversas pesquisas tem sido realizadas para identificar esses sintomas e saber em que medidas eles são comuns.

Essas pesquisas mostram que cerca de 80% das pessoas podem apresentar sequelas e outras complicações que persistem por meses após a recuperação da doença até o momento, há evidencias de que a infecção por COVID-19 pode apresentar sequelas em diferentes partes do corpo e estão diretamente relacionadas a uma redução na qualidade de vida dos pacientes. Esta condição passou a ser chamada de COVID longa ou COVID prologanda.

A COVID-19 prolongada acontece com mais frequência em pacientes que se recuperaram da forma grave da doença. Os pacientes que não precisaram de hospitalização eventualmente podem apresentar sintomas persistentes, mas é menos comum.

Foram identificados ao todo, 55 efeitos relacionados a COVID-19 prolongada.

### Os cinco sintomas mais frequentes:

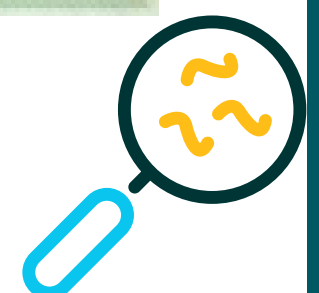


# Como diferenciar os sintomas da COVID-19, gripe sazonal e do resfriado

As três doenças respiratórias são causadas por vírus diferentes, mas podem apresentar sintomas parecidos, confundindo as pessoas.

	<b>covid19</b> causada pelo vírus SARS-CoV-2	<b>gripe</b> causada pelo vírus Influenza	<b>resfriado</b> causado por diferentes vírus respiratórios, por exemplo, o Rinovírus
<b>CANSAÇO</b>	●●		
<b>FEBRE</b>	●●	●●●● FEBRE ALTA	●●●● FEBRE BAIXA
<b>TOSSE</b>	●●●● TOSSE SECA	●●●● TOSSE COM CATARRO	●●
<b>FALTA DE AR</b>	●●		
<b>PERDA DE OLFATO E PALADAR</b>	●●		
<b>DORES MUSCULARES E ARTICULARES</b>	●	●●	●
<b>DOR DE CABEÇA</b>	●	●●	●
<b>DOR DE GARGANTA</b>	●	●●	●●
<b>CONGESTÃO NASAL</b>	●		●●●● INÍCIO GRADUAL
<b>TONTURA</b>	●		
<b>PERDA DE CONSCIÊNCIA</b>	●		
<b>ALUCINAÇÕES</b>	●		
<b>NÁUSEA</b>	●		
<b>VÔMITO</b>	●		
<b>DIARREIA</b>	●		
<b>CONJUNTIVITE</b>	●		
<b>ERUPÇÃO NA PELE</b>	●		
<b>MAL-ESTAR (INDISPOSIÇÃO)</b>		●●●● MAL-ESTAR GRAVE	●
<b>CORIZA</b>		●●	●●●●
<b>ESPIRRO</b>			●●●●
<b>ROUQUIDÃO</b>			●●●●

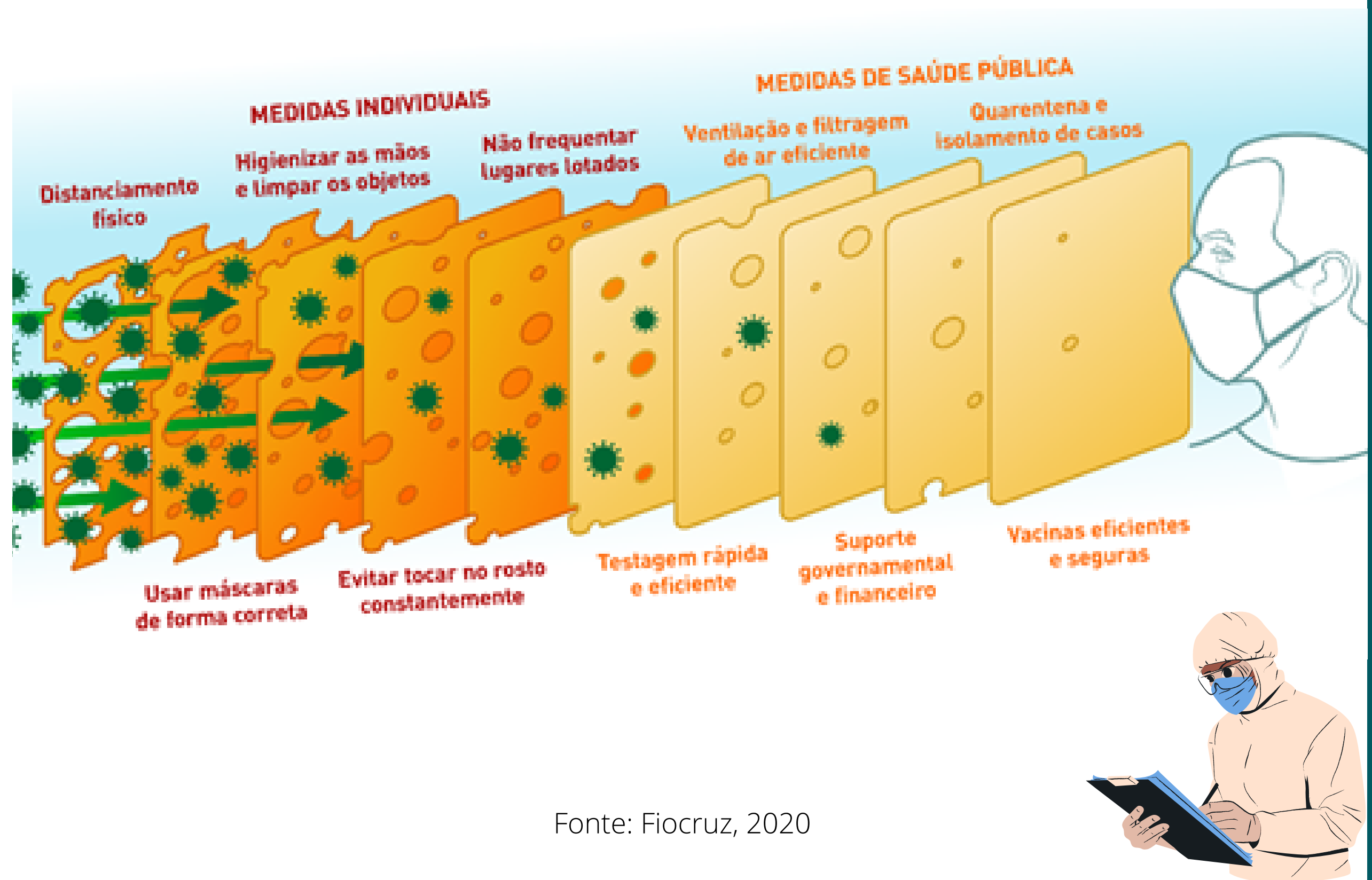
Fonte: Fiocruz, 2020



# Camadas de proteção contra a COVID-19

As medidas de proteção, são importantes para diminuir a transmissão do vírus e evitar que mais pessoas fiquem doentes. Essas medidas devem ser praticadas de forma correta e em conjunto para que sejam eficientes, pois todas as medidas possuem limitações e, sozinhas, podem não ser suficientes para controlar a COVID-19.

Note que algumas medidas são individuais e outras, de responsabilidade de governantes e gestores em saúde, entre outros autores. Alguns especialistas para explicar a importância de adotar, não apenas uma, mas várias medidas de contenção da transmissão, usam a metáfora do “queijo-suíço”.



Fonte: Fiocruz, 2020

# Objetos do cotidiano e a COVID-19

Objetos do nosso dia-a-dia e superfícies que tocamos com frequência podem ser pontos de transmissão do novo coronavírus.

Residência ou local de trabalho: Corrimãos e maçaneta de portas; botão de elevador, campainhas e interruptores de luz; celular, óculos e chaves; controle remoto de TV e controle de videogame; telefone fixo, mouse e teclado de computador; torneira, vaso sanitário e descarga de banheiro; botões de bebedouro.

Rua ou lugares públicos: mesas, cadeiras e bancadas de restaurante e bares, bancos, supermercados, lojas e praças públicas, máquinas de pagamento em cartão, teclado e painel de caixas eletrônicas, carrinhos de supermercado, bancos e corrimão de ônibus, volante, câmbio de marcha e painel do carro e todas as superfícies de banheiros públicos.

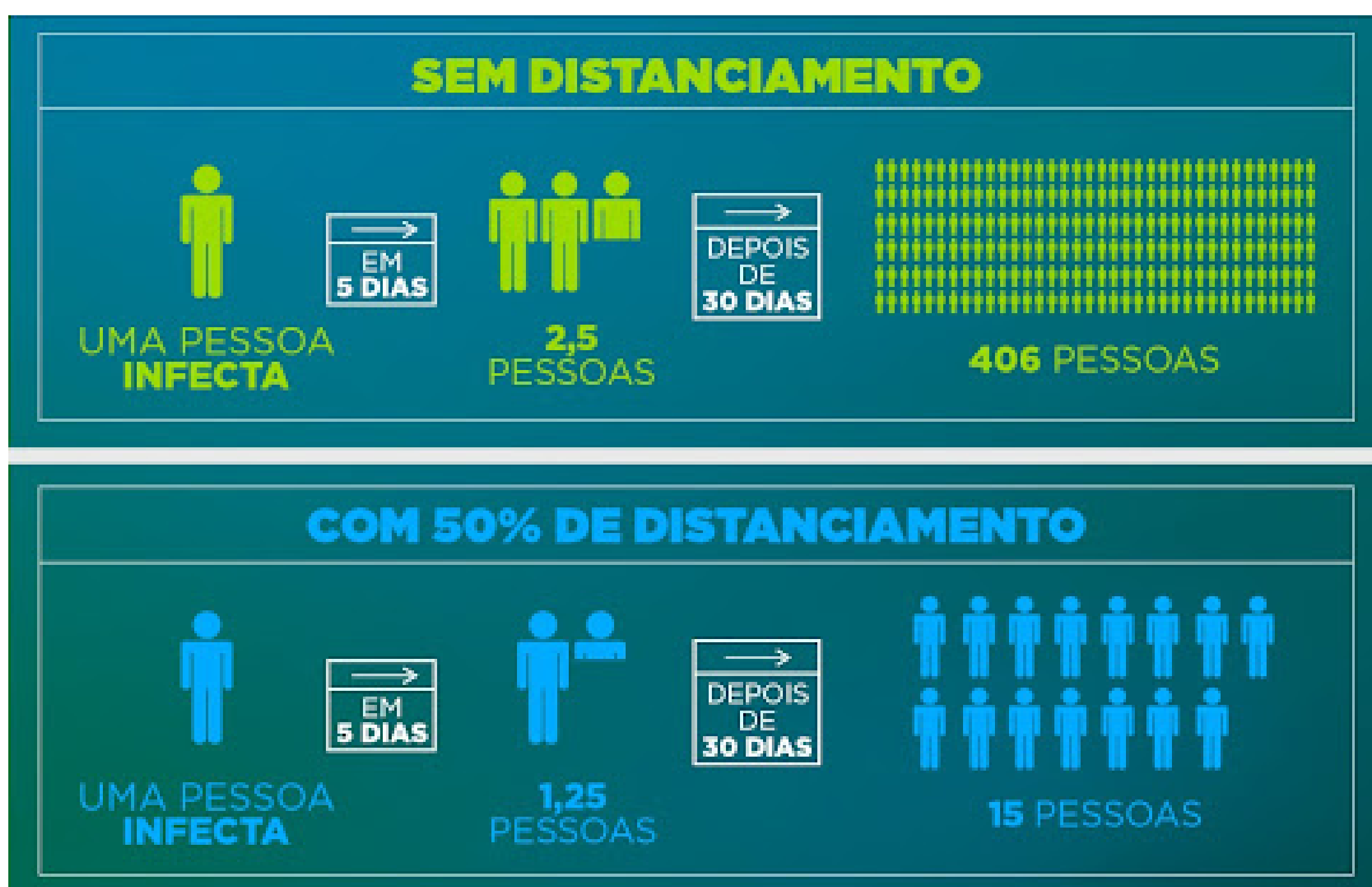
Por isso, é muito importante que objetos e superfícies sejam lavados e higienizados com água e sabão, solução de água sanitária ou álcool 70% em gel com muita frequência.



# Porque o distanciamento social é importante

Como já sabemos, as medidas de distanciamento social podem diminuir a velocidade de transmissão do novo coronavírus e reduzir o número de casos de confirmados e de mortes. Isso evita a sobrecarga no atendimento dos serviços de saúde. Com a diminuição da transmissão, os governos conseguem ter mais tempo para equipar e fortalecer seus sistemas de saúde com expansão de leitos, construção de hospitais e contratação de profissionais de saúde.

Neste período de distanciamento social, o apoio da população é muito importante, pois uma pessoa infectada que fica em casa evita de transmitir o novo coronavírus para, pelo menos, outras duas ou três pessoas, e assim, ajuda a diminuir o alcance da pandemia.

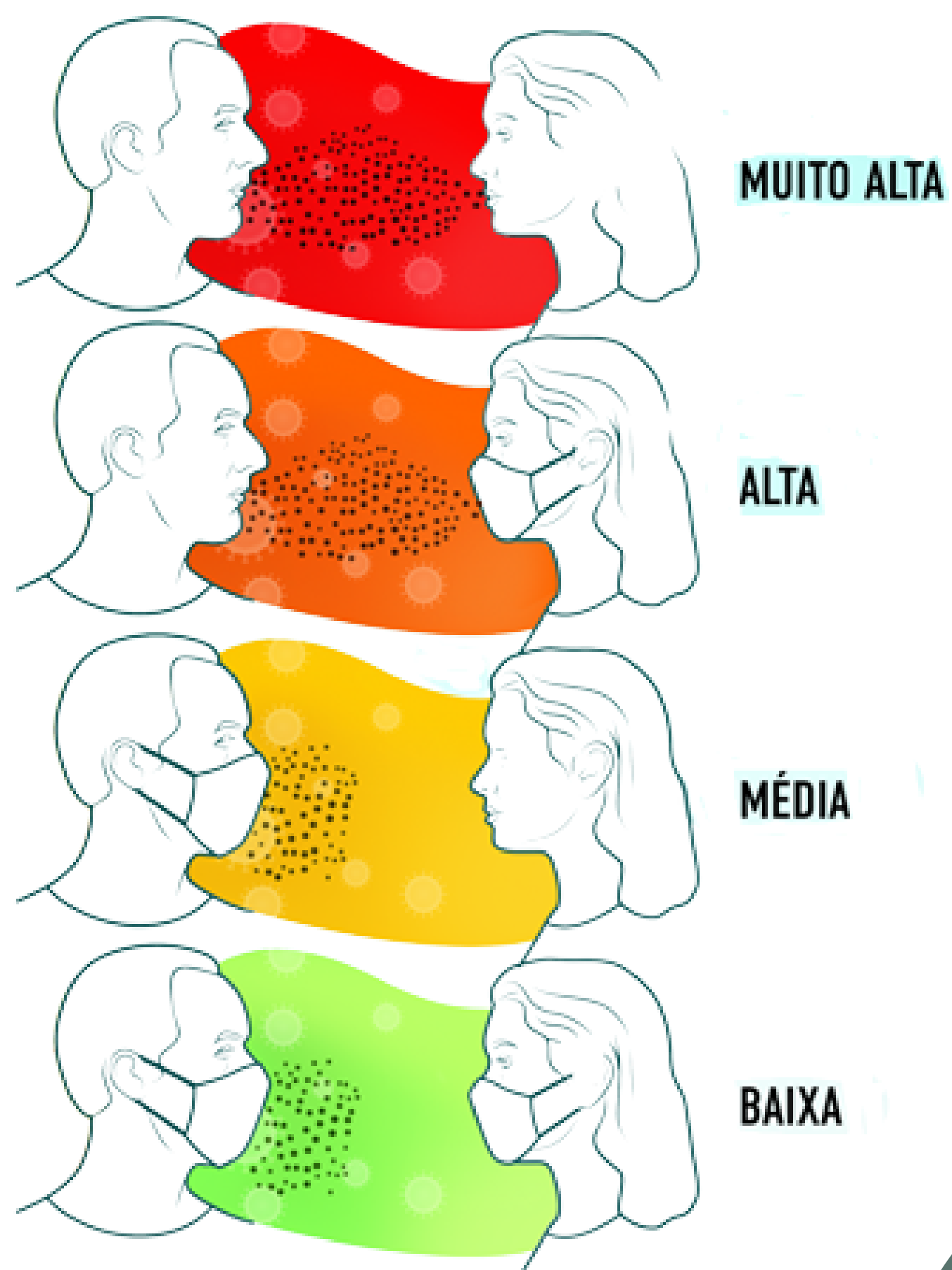


Fonte: Campanha Coronavírus - Governo do Paraná, 2020

# Importância do uso das máscaras faciais

O vírus da COVID-19 como dito anteriormente, é transmitido principalmente por meio do contato com pequenas gotículas que contêm o vírus e são expelidas por pessoas infectadas. Com isto as mascaras funcionam como uma barreira física para a liberação dessas gotículas no ar quando há tosse, espirros e até mesmo durante conversas.

Perceba abaixo uma exemplificação de como funciona o risco de contaminação sem o uso de máscara e com o uso de máscara:



Fonte: Fiocruz, 2020



# Qual máscara facial protege mais?

O uso correto de máscara, juntamente ao distanciamento social e a vacinação – é recomendado como uma das principais estratégias de combate ao vírus.

Mas qual é o tipo de máscara mais indicado para impedir a transmissão de gotículas e, conseqüentemente do coronavírus?

Um estudo publicado na revista Science Advances comparou uma variedade de tipos de máscaras comumente disponíveis e observou que alguns modelos se aproximam do desempenho das máscaras cirúrgicas padrão, enquanto algumas alternativas de máscara, como bandanas, oferecem pouca proteção.



Fonte: Fiocruz, 2020

# Uso correto das máscaras

Agora que já entendemos a importância do uso das máscaras e a sua proteção, é de grande valia compreender a forma correta de utilização.

## Por isso é importante lembrar:

Ela deve cobrir a boca e o nariz;

Não deve ser larga no rosto;

O queixo deve estar ajustado a máscara;

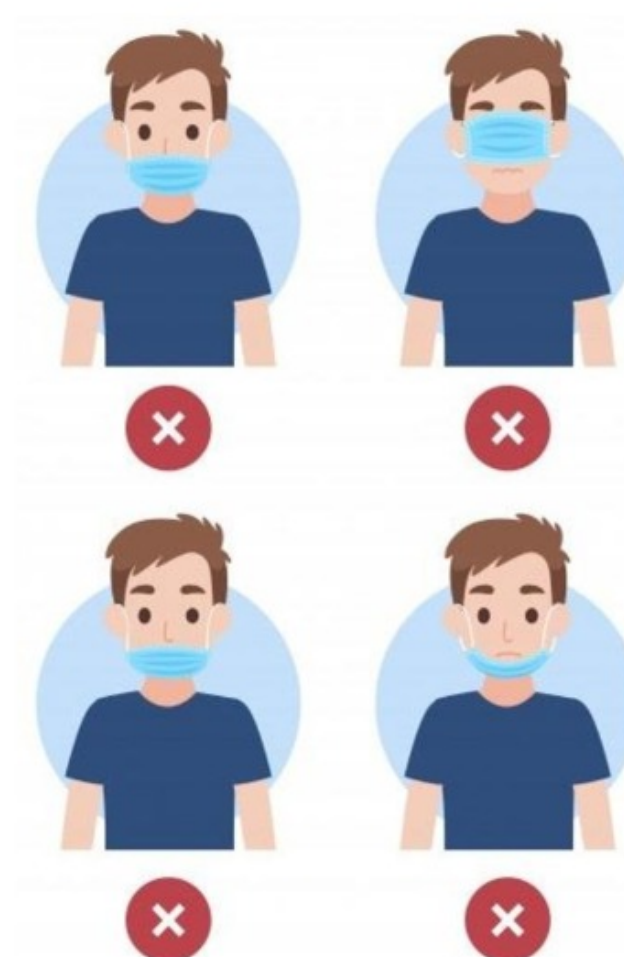
Ela deve ser trocada e lavada com frequência;

A máscara é individual e não pode ser dividida com ninguém.

**CORRETO**



**INCORRETO**



**SUA MÁSCARA ME PROTEGE.  
E A MINHA É A SUA PROTEÇÃO.**

# Importância da higienização das mãos

A melhor prevenção é a lavagem correta das mãos, observe como deve ser feita:

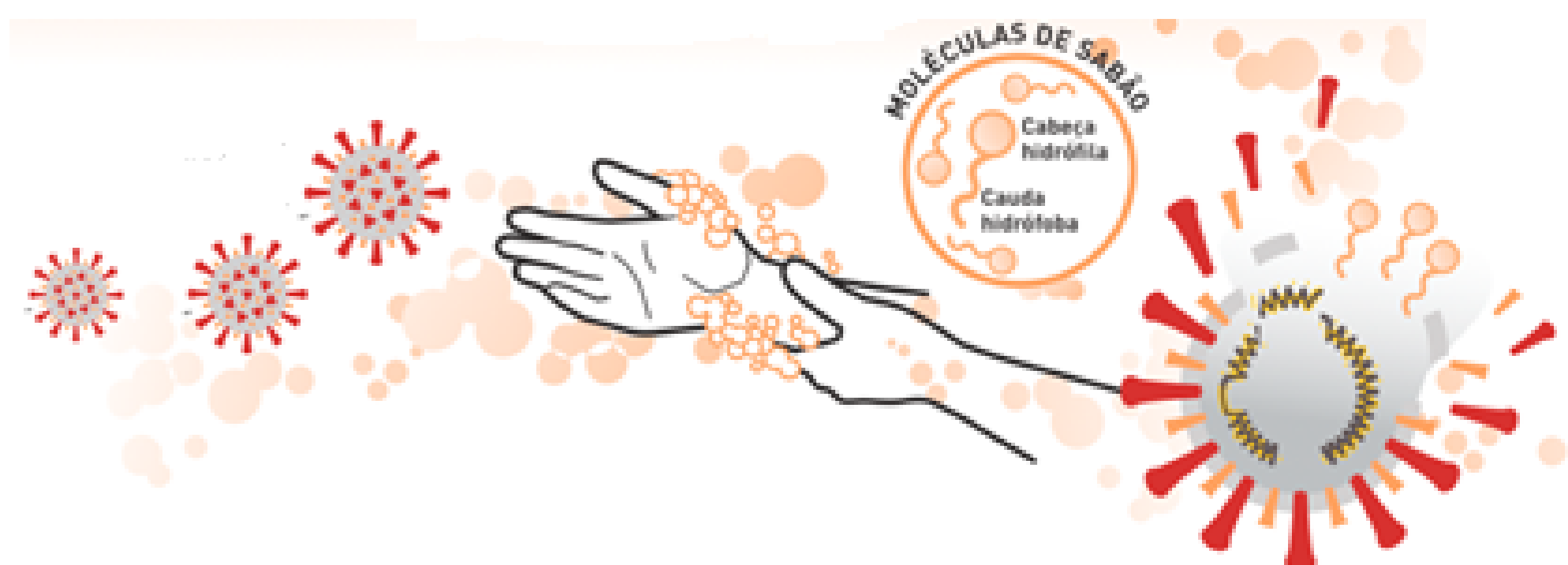


## Você sabe como o sabão destrói o coronavírus?

A membrana que envolve e protege o vírus é formada por gordura e proteína.

A cauda das moléculas de sabão é atraída quimicamente pelas moléculas das gorduras. Então o sabão interage com a membrana lipídica (gordura) do vírus e a rompe.

As proteínas e outros fragmentos do vírus são arrastados pela água, destruindo o vírus.



Fonte: Fiocruz, 2020

# Convívio com uma pessoa com COVID-19

Pessoas com COVID-19 que estejam sem sintomas ou com doença leve ou moderada devem ficar em casa isoladas de outras pessoas. No entanto, nem sempre é fácil. Segue algumas dicas de como manter o convívio com outras pessoas, evitando a contaminação.

- A pessoa deve ficar em cômodo separado;
- Sempre que estiver no mesmo cômodo, a pessoa doente e os familiares devem usar máscara e manter um metro de distância. As máscaras devem ser descartadas e as mãos devem ser lavadas em seguida;
- As janelas devem ficar abertas, de modo em que forneça uma boa ventilação no quarto da pessoa doente e dos espaços;
- A higienização das mãos é de suma importância;
- As superfícies tocadas pela pessoa contaminada devem ser desinfetadas sempre que possível;
- Pessoas contaminadas devem ficar isoladas por, no mínimo, 14 dias após o primeiro dia de sintomas ou após o teste positivo, em casos de pacientes assintomáticos. Após esse período, não serão mais capazes de transmitir o vírus a outras pessoas.



# Vacinação

Após mais de um ano do surgimento da COVID-19, diversas vacinas contra o novo coronavírus foram desenvolvidas. Atualmente, 10 vacinas estão aprovadas para imunizar a população ao redor do mundo, reduzindo o número de novos doentes.

Mais de 150 milhões de doses de vacina foram administradas em todo o mundo.

Na América Latina, cerca de 6 milhões de doses foram administradas. Isto significa que cerca de 1% dos habitantes foram vacinados até o momento.

**Saiba mais sobre o processo de produção de uma vacina**



# Devo me vacinar contra COVID-19?

Algumas pessoas ainda tem apresentado algumas duvidas sobre as vacinas do COVID-19 no Brasil, vamos relembrar alguns pontos desta etapa da pandemia.

## **Se estou com COVID-19, devo me vacinar?**

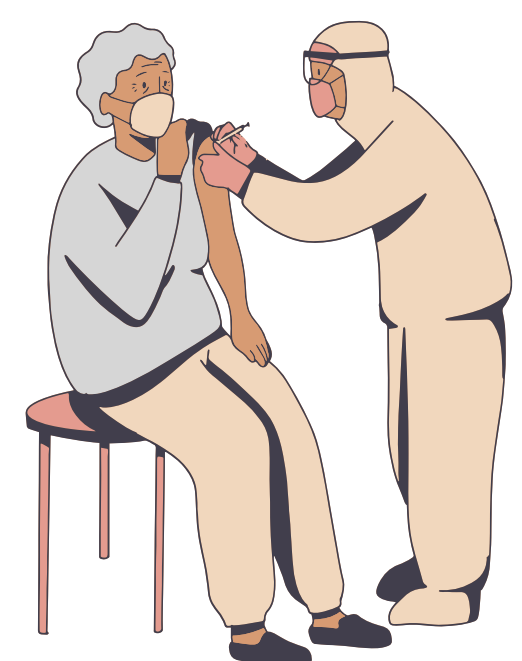
**Ainda não!** Se você estiver doente, com algum sintoma leve ou grave, a vacinação deve ser adiada. Quando você estiver totalmente recuperado, vacine-se.

## **Se já tive COVID-19, devo me vacinar?**

**Sim!** Se você não apresenta sintomas e a doença ocorreu a pelo menos um mês, você deve se vacinar contra a COVID-19, pois há o risco da reinfecção. Além disto, a vacina pode oferecer uma imunidade mais duradoura e trazer mais benefícios em relação a nossa imunidade inata.

## **Se me vacinei contra a gripe recentemente, devo me vacinar contra a COVID-19?**

**Sim!** Mas você deve ter a garantia de um intervalo de 14 dias entre as aplicações das duas vacinas. O ideal é que você dê prioridade para a vacina contra a COVID-19, mas vale ressaltar que as doses estão sendo aplicadas por faixa etária, então é de suma importância já garantir a vacina da gripe a qual está sendo aplicada em toda a população.



# Tipos de vacinas

Após mais de um ano do surgimento da COVID-19, diversas vacinas contra o novo coronavírus foram desenvolvidas. Atualmente, 10 vacinas estão aprovadas para imunizar a população ao redor do mundo, reduzindo o número de novos doentes. Conheça os tipos de vacinas que estão sendo produzidos:



Fonte: MSF - Brasil, 2021

# Vacinação no Brasil

No Brasil já estão sendo aplicados quatro tipos de vacinas, conheça um pouco mais sobre cada uma delas:

## **CoronaVac - Vírus Inativado**

Vacina que contém o vírus "morto" (inativado) da Covid-19. Ao entrar no organismo, gera uma resposta imunológica. É a forma mais comum de produzir vacinas.

## **AstraZeneca - Adenovírus não replicante**

Essa possui um vírus "vivo" mas não é o coronavírus, é o adenovírus, presente em chimpanzés. Apesar de vivo, ele é inofensivo, pois não tem poder de se multiplicar (replicar).

Mesmo assim, o organismo - ao identificar o "corpo-vivo" - projeta carga máxima contra o intruso, o que explica o alto índice de reações adversas (como febre, calafrios e dores no corpo).

## **Pfizer - RNA Mensageiro**

Neste caso não há a utilização de vírus, mas sim de uma molécula chamada de RNA. Essa molécula leva uma "mensagem" até as células contendo todas as informações genéticas do vírus.

É uma espécie de "manual de instruções" que "ensina" as células a criar uma defesa contra o vírus. Por ter essa fundação ela é denominada de RNA mensageiro.

## **Janssen - Adenovírus não replicante**

Esta utiliza o "vetor viral" como forma de criar a imunidade, ou seja, utiliza um vírus modificado para estimular o sistema imunológico e produzir anticorpos contra o coronavírus, um diferencial desta vacina é que ela é dose única.



# E, depois da vacina?



## **Posso ficar doente?**

Sim. As vacinas existentes contra a covid-19 protegem contra as formas graves das doenças, mas nenhuma delas tem 100% de proteção contra essa enfermidade. Em outras palavras, mesmo as pessoas que já foram vacinadas podem desenvolver alguns sintomas e transmitir o vírus.

## **Posso sair sem máscara e ir em festas?**

Não pode. Mesmo vacinados, ainda devemos usar as máscaras em nosso dia a dia, praticar distanciamento social, higienizar bem as mãos e manter os ambientes abertos e bem ventilados.

## **Preciso tomar a segunda dose?**

Sim, a segunda dose é fundamental para garantir que a vacina funcione adequadamente e por um período de tempo maior.

## **Posso transmitir o vírus?**

Pode. Até o momento, estudos preliminares sugerem que as vacinas contra COVID-19 existentes não evitam que as pessoas sejam infectadas e transmitam o vírus SARS-CoV2 para outras pessoas.

## **Quanto tempo leva para a vacina funcionar?**

A ação da vacina não é imediata. No caso da Coronavac, estima-se que a defesa de seu corpo seja acionada cerca de duas semanas após a segunda dose. Na astrazeneca, o período é de 22 dias após a primeira dose, Na vacina da Pfizer, são 7 dias após a segunda dose da vacina.

# Fake News:

São conteúdos que podem ter informações parciais, distorcidas, fora do contexto ou completamente erradas.

## **Como reconhecer e agir:**

Leia sempre uma mensagem do início ao fim, normalmente conteúdos falsos são publicados com títulos que não tem a ver com o texto.

Só compartilhe informações depois de checar se o conteúdo é verdadeiro em sites de órgãos oficiais.

Busque a fonte da notícia, consulte os sites dos órgãos e instituições citados na mensagem.

Imagens, áudios e vídeos podem ser facilmente manipulados, por isso verifique sempre a informação antes.

Exageros e absurdos são comuns em mensagens enganosas, textos alarmistas podem indicar informação falsa apenas para conseguir cliques e compartilhamentos.

Notícias e informações serias são detalhadas e preocupadas em informar, desconfie de informações genéricas, incompletas, sem data, local e dados consistentes.

São frases comuns em mensagens enganosas: "Mande esse texto para os seus contatos", "faça essa mensagem chegar ao maior numero de pessoas".



## Fake News:

O vírus não resiste ao calor e morre se exposto em temperaturas de 26 a 27 graus.

O coronavírus é maior do que o normal: o diâmetro da célula é de 400 a 500 nanômetros, e por esse motivo, qualquer máscara impede a sua entrada no organismo.

O coronavírus, quando cai sobre um tecido, permanece vivo durante nove horas, portanto, lavar a roupa ou coloca-la ao sol durante duas horas será o suficiente para elimina-lo.

Gargarejar com água morna ou salgada mata os vírus que se alojam nas amídalas e evitar que passem aos pulmões.

O vírus só vive nas mãos durante dez minutos.

A água que esteja exposta ao sol poderá ser consumida sem qualquer perigo.

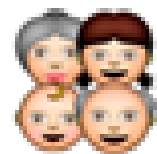















Evite comer gelados ou pratos frios, os alimentos quentes são mais seguros, visto que o calor elimina o vírus.

**FAKE  
NEWS**

# Fake News:

## Cuidado com as informações falsas

Há muitos boatos e indicações erradas circulando por aí. Compartilhe informação correta e de qualidade:

-   Pessoas de todas as idades **PODEM** ser infectadas pelo coronavírus. Idosos e pessoas com enfermidades pré-existentes (como asma, diabetes, doenças cardíacas) parecem ser mais vulneráveis a ficar gravemente doentes com o vírus.
-   O coronavírus **PODE** ser transmitido em áreas com climas quentes e úmidos.
-   O coronavírus **NÃO** pode ser transmitido por picadas de mosquito.
-   Secadores de mãos **NÃO** são eficazes para matar o coronavírus.
-   Pulverizar ou passar álcool ou cloro em todo o corpo **NÃO** matará os vírus que já entraram no seu corpo.
-   **NÃO** há evidências de que lavar o nariz regularmente com soro fisiológico proteja as pessoas da infecção pelo coronavírus.
-   O alho é saudável, mas **NÃO** há evidências de que seja um alimento eficaz para proteger especificamente contra o coronavírus.
-   Antibióticos **NÃO** funcionam contra vírus, antibióticos funcionam apenas contra bactérias.

**FAKE  
NEWS**



## Foi necessário:

Foi necessário um vírus para desacelerar o planeta, e ele veio por uma bofetada na nossa cara.

Foi necessário um vírus para olharmos com cuidado, zelo e percebermos a fragilidade dos nossos idosos.

Foi necessário um vírus para os pais ficarem com seus filhos e não atribuírem essa responsabilidade aos avós.

Foi necessário um vírus para lembrarmos de conversar com Deus, pois isso andava meio fora de moda.

Foi necessário um vírus para fazer a gente rezar, para fazermos orações para o mundo e não só para nós.

Foi necessário um vírus para voltarmos a ter fé. Foi necessário um vírus para mostrar que classe social, raça, crença, orientação sexual não tem diferença diante de uma epidemia.

O vírus fez a gente perceber que somos um, que o individualismo não resolve nada, que precisamos de todos.

O vírus deu uma trégua na polaridade, afinal estamos todos no mesmo barco, olhando na mesma direção. O vírus nos privou do abraço para percebermos o quanto ele é valioso. O vírus fez a gente perceber o quanto nossas mãos precisam ser higienizadas e que com esse hábito evitaríamos muitas doenças. O vírus desacelerou até o consumismo, pois as pessoas não vão sair por aí comprando, comprando e comprando! Sairemos de casa para comprar apenas o necessário.

O vírus fez cair os pedidos de fast-food delivery pois percebemos que cozinhar para nossa família é a forma mais segura de alimentá-los. (isso andava meio fora de moda).

O vírus veio nos mostrar que o ar pode ficar mais puro com a diminuição de carros circulando, e mostrar que as pessoas podem caminhar mais. (estão evitando o transporte público).

O vírus veio nos ensinar a agradecer todos os dias por estarmos saudáveis.

O vírus veio nos lembrar o quanto a vida é frágil e que precisamos cuidar do nosso corpo e da nossa alma.

O vírus veio nos mostrar que não devemos subestimar as coisas pequenas.

Afinal ele é tão pequeno, invisível aos olhos e está mudando o comportamento do mundo. Foi necessário um vírus para a gente acordar. E aquele tempo que sempre dizíamos que não tínhamos?

Então, o vírus nos mostrou que ele existe.

**A LIÇÃO ESTÁ SENDO DADA, AGORA SÓ NOS RESTA APRENDER!**

## Referências:

BAO, Y.; SUN, Y.; MENG, S. ; SHI, J.; LU, L. 2019- nCOV epidemic: address mental health care to empower society. Volume 395, issue 10224, e37-e38, february 22, 2020. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30309-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30309-3/fulltext)> Acesso em: 03 de maio de 2021.

BARROS, P.D.; CRUZ, R.M.; TREVISAN, K. R. R.; GAI, M. J. P; CARVALHO, R.V.C.; CARLOTTO, P. A. C; ALVES, R.B.; SILVESTRE, D.; RENNER, C.O; SILVA, A.G; MALLOY-DINIZ, L.F. Saúde mental em situação de emergência: COVID-19. Revista Debates in Psychiatry, 10, 2-12. Disponível em <[https://d494f813-3c95-463a-898cea1519530871.filesusr.com/ugd/c37608\\_e2757d5503104506b30e50caa6fa6aa7.pdf](https://d494f813-3c95-463a-898cea1519530871.filesusr.com/ugd/c37608_e2757d5503104506b30e50caa6fa6aa7.pdf)> Acesso em: 03 de maio de 2021.

BOGDAN, R. C.; BIKLEN, S. K. Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos. Portugal: Porto Editora, 1994

BROOKS, S. K., WEBSTER, R, K., SMITH, L. E., WOODLAND, L., WESSELY, S., GREENBERG, N., e RUBIN, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The lancet, volume 395, issue 10227, p912-920. Disponível em: <[http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)> Acesso em: 03 de maio de 2021.

CHAN, J. F. W., YUAN, S., KOK, K. H. et al . A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a Family cluster. Lancet. 2020; 395 (10223):514-523. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736\(20\)30154-9.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(20)30154-9.pdf)> Acesso em: 03 de maio de 2021.

CLUVER, L.; LACHMAN, J.M.; SHERR, L; WESSELS, I.; KRUG, E.; RAKOTOMALALA, S. et al. Parenting in a time of COVID-19. The Lancet, Volume 395, Issue 10231, E64, April 11, 2020. Disponível em: <<https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673620307364>> Acesso em: 03 de maio de 2021.

# Referências:

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, (BRASIL, 2020).

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, (BRASIL, 2021).

GORBALENYA A.; BAKER, S.; BARIK, R., et al. The species severe acute respiratory syndrome-related coronavirus: classifying 2019-nCoV and naming it SARS-CoV-2. *Nature Microbiol.* 2020, 5: 536-44. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32123347>> Acesso em: 03 de maio de 2021.

GOYAL, K.; CHAUHAN, P.; CHHIKARA, K.; GUPTA, P.; e SINGH, M. P. Fear of COVID 2019: first suicidal case in India. *Asian Journal of Psychiatry*, 2020 Mar; 49: 101989. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7130010/>> Acesso em 03 de maio de 2021.

HUANG, C.; WANG, Y.; LI, X. et al Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet.* 2020; 395 (10223): 497-506 Disponível em: <[https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736\(20\)30183-5.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(20)30183-5.pdf)> Acesso em: 03 de maio de 2021.

JIN, Y.; CAI, L.; CHEGN, Z. S.; DENG, T.; FAN, Y. P. et al. A rapid advice guideline for the diagnosis and treatment of 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) infected pneumonia (standard version). *Mil Med Res.* 2020 Feb 6;7(1):4. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32029004/>> Acesso em: 03 de maio de 2021.

JUNG, S. J., e JUN, J. Y. Mental health and psychological intervention amid COVID-19 Outbreak: perspectives from South Korea. *Yonsei Medical Journal*, 2020 Apr;61(4), 271-272. Disponível em: <<https://eymj.org/DOIx.php?id=10.3349/ymj.2020.61.4.271>> Acesso em: 03 de maio de 2021.

LI, X., WANG, W., ZHAO X., et al. Transmission dynamics and evolutionary history of 2019-nCoV. *Journal of Medical Virology* Volume 92, Issue 5 p. 501-511. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/jmv.25701>> Acesso em: 03 de maio de 2021.