

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E
PROFISSIONAIS DE SAÚDE



Hospital e Clínica São Roque junto com a comunidade de Ipiaú e região contra a COVID-19

A COVID-19 é o acrônimo da doença " Coronavirus Disease 2019", refere-se à doença causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2). Esta doença teve seu início em Wuhan, na China em dezembro de 2019, sendo então decretada como pandemia em março de 2020 pela OMS. O primeiro caso no Brasil foi diagnosticado em 24 de fevereiro de 2020 pelo Hospital Albert Einstein, São Paulo-SP.

O que é coronavírus?

O nome coronavírus vem do fato da sua estrutura viral ser um formato de coroa. Os coronavírus são uma família de vírus que em humanos provocam infecções respiratórias em um espectro muito amplo, desde resfriados comuns a síndromes gripais complicadas.

Quais são os tipos de coronavírus?

Os mais conhecidos são:

- **SARS-CoV** - Síndrome respiratória aguda grave que surgiu na China em 2002 que se espalhou rapidamente para mais de 12 países na América do Norte, América do Sul, Europa e Ásia. Mais de 8.000 infectados com cerca de 800 mortes.
- **MERS-CoV** - Esse vírus foi identificado na Arábia Saudita e outros países do Oriente Médio na Europa e na África em 2012. A doença passou a ser chamada MERS - Middle East Respiratory Syndrome. Novo surto desse vírus ocorreu na Coreia do Sul em 2015.

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



- **SARS-CoV 2** -Novo coronavírus descoberto em Wuhan, na China em dezembro de 2019. Vírus responsável pela pandemia em 2020 que estamos passando atualmente, cuja doença recebe o nome de COVID-19.

O que é a COVID-19 e quais são as manifestações?

A COVID-19 é a doença causada pelo SARS-CoV2, seus sintomas são: febre, coriza, dor de garganta, cansaço e tosse. Os sintomas inicialmente são leves e podem piorar ou acentuar gradativamente, ou seja a COVID-19 pode se manifestar como gripe ou resfriado.

Já algumas pessoas são infectadas e não apresentam sintomas, contudo ainda assim podem transmitir a COVID-19.

Quando suspeitar de COVID-19?

Baseado nos critérios do Ministério da Saúde as definições de caso suspeito são:

- **situação 1:** Febre **E** pelo menos um sinal ou sintoma respiratório **E** histórico de viagem para área com transmissão local, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas;

OU

- **situação 2:** Febre **E** pelo menos um sinal ou sintoma respiratório **E** histórico de contato próximo de caso suspeito para o novo coronavírus, nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas;

OU

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



- **situação 3:** Febre **OU** pelo menos um sinal ou sintoma respiratório **E** contato próximo de caso confirmado de novo coronavírus nos últimos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais ou sintomas.

Qual o critério de contato próximo ao caso de COVID-19?

Estar a dois metros de um paciente com suspeita de caso por 2019-nCoV, dentro da mesma sala ou área de atendimento (ou aeronaves ou outros meios de transporte), por um período prolongado, sem uso de equipamento de proteção individual.

OU

Cuidar, morar, visitar ou compartilhar uma área ou sala de espera de assistência médica ou, ainda, nos casos de contato direto com fluidos corporais, enquanto não estiver em uso do EPI recomendado.

Preciso internar por ter COVID-19?

Alguns casos são internados, mas a maioria é tratado em seu domicílio. Cerca de 80%, não necessita de internação, sendo o tratamento orientado com uso de sintomáticos, hidratação e isolamento em domicílio. Cerca de 20% necessitam de internação, sendo que 5% geralmente necessitarão de internação em Unidade de Terapia Intensiva. O **grupo de alto risco** é composto de pessoas idosas, pessoas com problemas cardíacos, diabetes e doença pulmonar.

Como ocorre a transmissão da COVID-19?

A transmissão do COVID-19 se dá principalmente por meio de gotículas do nariz ou da boca. Essas gotículas são disseminadas pelo espirro e pela tosse e se depositam em objetos, superfícies (cadeira, mesa e etc...), talheres, copos e com isso outras pessoas se infectam tocando nesses objetos contaminados e

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



posteriormente tocam em olhos ou nariz. O vírus fica nas superfícies ou objetos por cerca de horas.

O que é incubação e quanto tempo é a incubação da COVID-19?

Período de incubação é o tempo decorrente entre a contaminação pelo vírus e o desenvolvimento dos sintomas da doença. O período de incubação médio é de 5 dias, porém pode variar de 2 até 14 dias. Significa que se você tiver contato com uma pessoa com o COVID-19, você poderá ter a doença até 14 dias após.

Os pacientes com COVID-19 podem receber visitas?

- As visitas hospitalares **são proibidas**;
- **É proibido** a visita no isolamento domiciliar.

O motivo é a segurança do visitante ou acompanhante do paciente e conseqüentemente da população.

O que significa pandemia e qual importância disso?

Quando a pandemia é declarada, significa que os esforços de impedir a entrada da doença em países, onde há a transmissão, terminou. Cada governo local deve adotar medidas para minimizar a transmissão comunitária, buscando retardar o pico da epidemia. Pandemia é uma epidemia que se espalha por diversas regiões do planeta.

Quais medidas tomar para me proteger e evitar propagação da doença?

- Evite sair de casa;
- Saia de casa apenas para o necessário. O isolamento social é extremamente importante tanto para proteção individual quanto para reduzir a velocidade de propagação do vírus;

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



- Higienize as mãos regularmente com água e sabonete ou álcool gel 70%;
- Não fique em locais com aglomeração de pessoas;
- Mantenha distância de 2 metros de quem está tossindo ou espirrando;
- Não toque em olhos, nariz e boca. Caso seja necessário o toque nessas regiões, só o faça após higienizar as mãos com água e sabão ou álcool gel;
- Cubra a boca e o nariz ao tossir ou espirrar, de preferência com lenço descartável;
- Oriente quem esteja com tosse ou espirros a não sair de casa, a usar máscara cirúrgica e fazer higiene das mãos. Vigiar e orientar os outros é também se proteger;
- Não compartilhar copos, talheres e pratos. Os talheres e louças em geral devem ser lavadas com detergente comum;
- Desinfectar superfícies, móveis e objetos que são tocados (celulares, brinquedos, corrimão, maçaneta) com produtos de limpeza à base de cloro ou álcool.

Tive contato com alguém com COVID-19, quais medidas tomar?

- **Não saia** de casa ou contato com alguém por 14 dias. Mesmo que você não adoça há chance de você transmitir o vírus e alguém adoecer;
- Manter medidas de proteção contra a COVID-19.

Existe antibiótico, vacina ou tratamento específico para a COVID-19?

- No momento (20/03/20) não;
- A vacina contra a gripe (vírus influenza) não protege da COVID-19.

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E
PROFISSIONAIS DE SAÚDE



Estou em grupo de alto risco para desenvolver infecção grave de COVID-19?

Os grupos para desenvolverem doença grave são as gestantes ou aqueles com: doenças do coração, doenças do pulmão, imunossupressão, diabetes, hipertensão arterial.

É importante se vacinar contra a gripe?

Sim. Apesar da vacina da gripe não proteger contra a COVID-19, é extremamente importante se vacinar pois protege a população contra os principais vírus (vírus Influenza) causadores da gripe em nosso meio.

Quem deve ficar em isolamento domiciliar?

No isolamento domiciliar o paciente deve ficar isolado e sem nenhum contato com outras pessoas, sendo indicado para:

1. Casos suspeitos ou confirmados da COVID-19 sem necessidade de internação;
2. Pacientes assintomáticos vindos de áreas com alta transmissão comunitária;
3. Pacientes assintomáticos com contato de caso confirmado ou suspeito pelo novo coronavírus (contactantes);
4. Pessoas que voltaram de viagem ao exterior devem permanecer em isolamento domiciliar por pelo menos 7 dias;
5. Pessoas contactantes de pacientes com suspeita ou com diagnóstico da COVID-19.

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



Como deve ser feito o isolamento domiciliar do paciente?

1. Permanecer em isolamento domiciliar voluntário **(em casa e preferencialmente isolado em seu cômodo/quarto)** por pelo menos 7 dias, preferivelmente durante 14 dias;
2. Ficar distante dos demais familiares, permanecendo em cômodo privativo;
3. Ambiente ventilado e arejado;
4. Utilizar máscara cirúrgica durante esse período;
5. As máscaras devem ser trocadas sempre que estiverem úmidas.
6. Cobrir nariz e boca com lenço (preferencialmente descartável) ao tossir ou espirrar;
7. Higienizar as mãos com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por ao menos 20 a 30 segundos;
8. Não tocar boca e nariz sem higienizar as mãos antes e depois;
9. Não compartilhe alimentos, copos, toalhas, pratos, talheres, objetos de uso pessoal.

Quem deve usar máscaras cirúrgicas?

- Todo paciente que tenha sintomas respiratórios (tosse, coriza, espirros);
- Todo paciente com suspeita de COVID-19;
- Cuidadores (seja em casa ou no hospital) de paciente com COVID-19 ou com sintomas respiratórios.

NÃO USEM MÁSCARAS: Pessoas sem sintomas respiratórios que não cuidem de paciente com COVID-19.

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



Quais medicações usar e não usar:

- Recomenda-se o uso de analgésicos simples e antitérmicos (ex: dipirona ou paracetamol);
- Para a febre ou dor não use anti-inflamatórios não esteroidais (ex: cetoprofeno, ibuprofeno, naproxeno e nimesulide) nem corticosteroides (prednisona, prednisolona, dexametasona/decadron);
- Mantenha o uso normal dos seus medicamentos e anti-hipertensivos incluindo os bloqueadores dos receptores da angiotensina II (ex: losartana).

Quero ir para piscina, academia, hidroginástica, como proceder?

- Exercício ao ar livre com distanciamento de outras pessoas (correr, andar, pedalar), até o momento não há contra indicação (20/03/2020);
- Não frequente academias, piscinas, treinos de artes marciais ou qualquer atividade coletiva em ambiente fechado.

Espirraram próximo de mim, o que fazer?

- Caso a pessoa espirre próximo e caia respingos em você, lave a região com água e sabão;
- Não se desespere, pois a chance de contágio de doença é baixa nesse cenário isolado. O tempo de incubação da COVID-19 é de 2-14 dias, então observe nesse período se surgirá febre, dores no corpo, tosse seca, coriza, dor de garganta ou falta de ar.

Quais recomendações para gestantes e lactantes?

- Mães lactantes com infecção pela COVID-19 ou com suspeita da COVID-19 devem usar máscara e álcool gel (70%). Deve ser discutido com seu médico

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



sobre a melhor conduta se aleitamento materno ou artificial. Os estudos são recentes e escassos e não há relatos de transmissão pelo aleitamento materno até o presente momento (20/03/2020);

- Não há comprovação de transmissão da gestante para o recém nascido durante o parto, chamada de transmissão vertical. Não foram encontrados até o presente momento vírus da COVID-19 em líquidos amnióticos ou no leite materno;
- Não há confirmação do potencial de transmissão da gestante para o feto até o momento;
- Gestantes correm maior risco de infecção grave pela COVID-19.

Quais as recomendações para os idosos?

- Os idosos são um grupo de risco para doença grave;
- Oriente o idoso a ficar em casa, sem sair de casa, sem contato com adolescentes ou crianças;
- Os idosos não devem permanecer na mesma casa que pacientes com COVID-19 ou com suspeita de COVID-19;
- Deve ser vacinado contra a gripe, uma vez que estes também fazem parte do grupo de risco para infecções pelo vírus da gripe (influenza).

Informações para as empresas e seus colaboradores:

- Mantenham o ambiente de trabalho limpo de forma rotineira;
- Colaborador com sintomas gripais (febre + coriza ou tosse ou dor de garganta, ou espirros ou falta de ar) devem permanecer em domicílio;

COVID-19 (NOVO CORONAVÍRUS)

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE E PROFISSIONAIS DE SAÚDE



- Caso algum cliente espirre ou apresente tosse no balcão ou superfícies em seu ambiente de trabalho, limpe o local com produto de limpeza à base de álcool ou cloro;
- Orientar os clientes na formação de filas a manterem 2 metros de distância entre cada um;
- **Priorize os atendimentos dos idosos ou pessoas com co-morbidades;**
- **Priorize o atendimento dos pacientes sintomáticos respiratórios para evitar o tempo dessas pessoas em ambiente comum.**

**Fonte: Hospital Albert Einstein (www.vidasaudavel.einstein.br/covid-19-faq/),
Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde e Center of Disease
Control and Prevention (CDC)**