

Diretoria de Atenção a Saúde

INFORMAÇÕES E ORIENTAÇÕES COVID-19

Sinais e Sintomas do COVID-19

- *Os sinais e sintomas clínicos são principalmente respiratórios, semelhantes a um resfriado, como:*
- *febre, tosse e dificuldade para respirar, sendo que a proporção é de: febre (83%-98%), tosse (68%) e falta de ar (19%-35%).*
- *A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial.*
- *Uma em cada seis pessoas que infecta com o COVID-19 fica gravemente doente e desenvolve dificuldade em respirar. **O índice de mortalidade é maior em idosos e pessoas com condições de saúde pré-existentes.** Com base nos dados atuais, 81% dos casos parecem ter doença leve, 14% parecem progredir para doença grave e 5% são críticos.*

- *As pessoas idosas e as que têm outras condições de saúde como pressão alta, problemas cardíacos ou diabetes, têm maior probabilidade de desenvolver doenças graves.*
- *Pessoas com febre, tosse e dificuldade em respirar devem procurar atendimento médico.*



Transmissão

- *De forma geral, a transmissão dos COVID-19 costuma ocorrer pelo ar ou por contato com pessoas infectadas, por meio de:*
 - *Toque ou aperto de mão;*
 - *Toque em objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos (FIOCRUZ, 2020b).*

- *Não se sabe ao certo quanto tempo o vírus que causa o COVID-19 sobrevive em superfícies. Estudos apontam que os coronavírus (incluindo o COVID-19) podem persistir nas superfícies por algumas horas ou até vários dias. Isso pode variar conforme diferentes condições (por exemplo, tipo de superfície, temperatura ou umidade do ambiente).*

Compartilhar utensílios como copos, talheres, pratos e garrafas sem antes lavar com água e sabão

- *Limpar e desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência*
- *Limpar as superfícies, supostamente infectadas ou de alta frequência de contato por um número muito grande de pessoas, com desinfetante ou água sanitária, para matar o vírus e proteger a si e aos outros. Em seguida, limpe as mãos com um higienizador à base de álcool ou lave-as com água e sabão. Evite tocar nos olhos, boca ou nariz após a desinfecção sem antes lavar as mãos*
- *Em superfícies tocadas por diversas pessoas, principalmente em ambientes públicos como ex: Corrimãos, maçanetas, torneiras, bebedouros, suportes de ônibus e similares, caso você necessite tocá-los, passar o álcool Gel 70%, nas mãos, antes e após o toque.*
Evite tocar essas superfícies se não for extremamente necessário
- *Levar consigo um frasco de álcool gel 70% para usar toda vez que for necessário*
- *Ter sempre a mão lenços de papel ou papel higiênico*
- *Lavar as mãos, com água e sabão, o máximo de vezes possível*
- *Evitar abraços, apertos de mãos e beijos no rosto.*

- *Manter os ambientes sempre com as janelas abertas e arejados*
- *Evitar frequentar reuniões em ambientes fechados, encontros com mais de 100 pessoas, cinemas, Shopping, Shows e etc...*
- *Planejar compra de suprimentos, a fim de tê-los a mão caso fique doente ou cuidando de alguém da família enfermo.*

Período de incubação

- *O período de incubação é o tempo entre ser infectado pelo vírus e o início dos sintomas da doença.*
- *As estimativas atuais do período de incubação variam de 1 a 14 dias.*
- *O período médio de incubação é de 5 dias, com intervalos que chegam a 12 dias, período em que os primeiros sintomas levam para aparecer desde a infecção.*
- *A transmissibilidade dos pacientes infectados por SARSCoV é em média de 7 dias após o início dos sintomas. No entanto, dados preliminares do coronavírus (SARS-CoV-2) sugerem que a transmissão possa ocorrer mesmo sem o aparecimento de sinais e sintomas.*

Orientações para reduzir o Contágio da Doença

- ✓ *O Brasil confirmou 98 casos, sem mortes, e anunciou em 13 de março de 2020 novas orientações para reduzir o contágio da doença, adicionando questões relacionadas a aglomeração de pessoas, grandes eventos, retorno de viagens internacionais, contato físico*
- ✓ *As medidas de proteção são as mesmas utilizadas para prevenir outras doenças respiratórias*
- ✓ *As principais segundo a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS) e a Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (MS) são:*

- Lavar as mãos várias vezes ao dia, com água e sabão (se tiver sujidade é totalmente necessário), por pelo menos 20 segundos, respeitando os 5 momentos de higienização. Se não houver água e sabão, usar um desinfetante para as mãos à base de álcool. Principalmente ao tocar superfícies em locais públicos e ao chegar em casa;

Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?


Friccione as mãos com Preparações Alcoólicas! Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas!

 Duração de todo o procedimento: 20 a 30 seg



Como Higienizar as Mãos com Água e Sabonete?

Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas! Senão, friccione as mãos com preparações alcoólicas!

 Duração de todo o procedimento: 40 a 60 seg



- Ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço – em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos.

- Evitar contato próximo com pessoas doentes, mantenha pelo menos 1 metro de distância entre você e qualquer pessoa que esteja tossindo ou espirrando.

- *Evite tocar nos olhos, nariz e boca, com as mãos não lavadas. As mãos tocam muitas superfícies e podem transferir o vírus para os olhos, nariz ou boca.*

- *Certifique-se de que você e as pessoas ao seu redor seguem uma boa higiene respiratória. Isso significa cobrir a boca e o nariz com a parte interna do cotovelo ou lenço quando tossir ou espirrar*

- *Ficar em casa quando estiver doente. Se você tiver febre, tosse e dificuldade em respirar, procure atendimento médico. Siga as instruções da autoridade sanitária nacional, estadual ou local, porque elas sempre terão as informações mais atualizadas sobre a situação em sua área. Há ainda o telefone 136, em caso de dúvidas*

- *Pessoas doentes devem adiar ou evitar viajar para as áreas afetadas por coronavírus. Estes são: países, áreas, províncias ou cidades onde já há transmissão comunitária e não apenas casos importados.*

- *Os Alunos que retornaram de uma área **com propagação de COVID-19**, mesmo assintomáticos, devem permanecer em casa e monitorar o aparecimento de sintomas por 14 dias, e se estes ocorrerem, devem entrar em contato com um médico e informar sobre o histórico de viagem e os sintomas apresentados. No monitoramento, devem medir a temperatura duas vezes ao dia. Se o mesmo apresentar tosse leve ou febre baixa (ou seja, uma temperatura de 37,3 °C ou mais), deve ficar em casa e se auto isolar. Isso significa evitar contato próximo (ficar a um metro de distância) com outras pessoas, incluindo membros da família. Deve telefonar para um profissional de saúde ou departamento de saúde pública local, fornecendo detalhes de viagens e sintomas recentes, **Ligar Também para DASA (3532-6871)** para notificação à UFVJM, não precisa vir na unidade, não possuímos atendimento médico, só de perícia.*

Definições Operacionais de Casos de COVID – 19 segundo a Plataforma Integrada de Vigilância em Saúde (IVIS)

Esquema das definições operacionais de casos de COVID – 19

Caso Suspeito de Doença pelo COVID-19

Situação 1 - Viajante

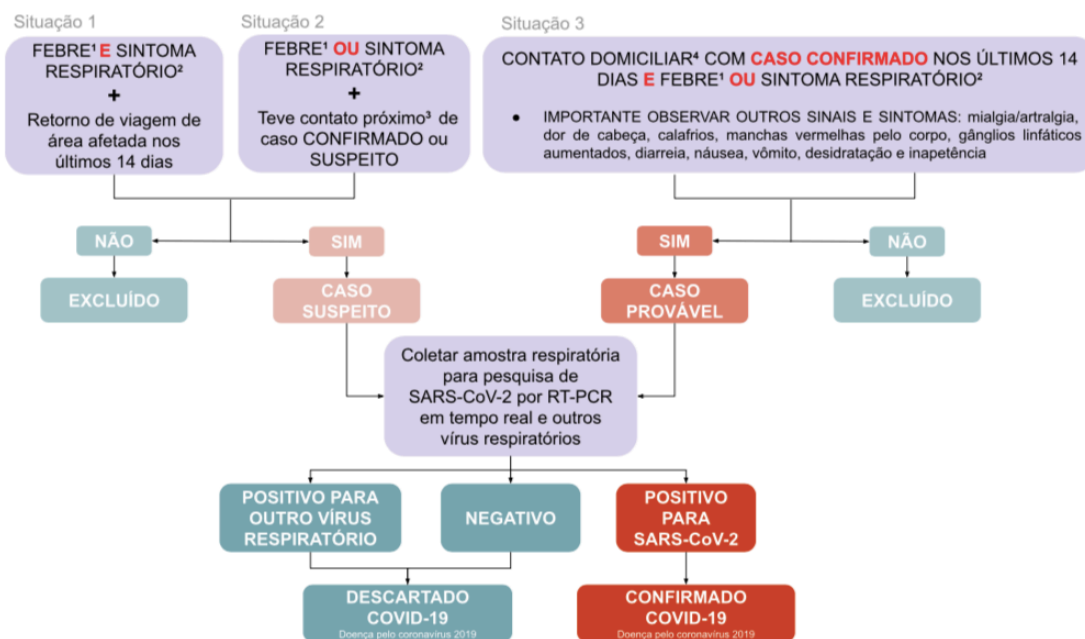
Situação 2 – Contato Próximo

Caso Provável de Doença pelo COVID-19

Situação 3 - Contato Domiciliar

Caso Confirmado de Doença pelo COVID-19

Confirmação LABORATORIAL: Caso suspeito ou provável com resultado positivo em RT-PCR em tempo real, pelo protocolo Charité e CLÍNICO-EPIDEMIOLÓGICO:



Fonte: Plataforma Integrada de Vigilância em Saúde (Ivis)

- QUALQUER ALUNO QUE TENHA CHEGADO AO BRASIL, VINDO DO EXTERIOR (QUALQUER PAÍS), NOS ÚLTIMOS 15 DIAS, mesmo assintomático,

deverá permanecer em casa, SEM VIR A UFVJM, POR 14 DIAS, a contar da data que chegou ao País. Ligar Também para DASA (3532-6871) para notificação a UFVJM, não precisa vir na unidade, não possuímos atendimento médico, só de perícia.

*Não é necessário o **uso de máscaras pela população em geral***

A OPAS e a OMS recomendam que as máscaras cirúrgicas sejam usadas somente por:

- ✓ pessoas com sintomas respiratórios, como tosse ou dificuldade de respirar, inclusive ao procurar atendimento médico*
- ✓ profissionais de saúde e pessoas que prestam atendimento a indivíduos com sintomas respiratórios*
- ✓ profissionais de saúde, ao entrar em uma sala com pacientes ou tratar um indivíduo com sintomas respiratórios*
- ✓ O uso de máscaras não é necessário para pessoas que não apresentem sintomas respiratórios.*
- ✓ As pessoas que usarem máscaras devem seguir as boas práticas de uso, remoção e descarte, assim como higienizar adequadamente as mãos antes e após a remoção.*
- ✓ Devem também lembrar que o uso de máscaras deve ser sempre combinado com as outras medidas de proteção*

Como colocar, usar, tirar e descartar uma máscara:

Lembre-se de que uma máscara deve ser usada apenas por profissionais de saúde, cuidadores e indivíduos com sintomas respiratórios, como febre e tosse.

- 1. Antes de tocar na máscara, limpe as mãos com um higienizador à base de álcool ou água e sabão*
- 2. Pegue a máscara e verifique se está rasgada ou com buracos.*
- 3. Oriente qual lado é o lado superior (onde está a tira de metal).*
- 4. Assegure-se que o lado correto da máscara está voltado para fora (o lado colorido).*

5. Coloque a máscara no seu rosto. Aperte a tira de metal ou a borda rígida da máscara para que ela se adapte ao formato do seu nariz.
6. Puxe a parte inferior da máscara para que ela cubra sua boca e seu queixo.
7. Após o uso, retire a máscara; remova as presilhas elásticas por trás das orelhas, mantendo a máscara afastada do rosto e das roupas, para evitar tocar nas superfícies potencialmente contaminadas da máscara.
8. Descarte a máscara em uma lixeira fechada imediatamente após o uso. De preferência em lixo hospitalar, se houver
09. Higienize as mãos depois de tocar ou descartar a máscara – use um higienizador de mãos à base de álcool ou, se estiverem visivelmente sujas, lave as mãos com água e sabão

Alunos da área da saúde que atuam em hospitais, postos de saúde e clínicas

- *Profissionais de saúde devem utilizar medidas de precaução padrão, de contato e de gotículas (máscara cirúrgica, luvas, avental não estéril e óculos de proteção).*
- *Para a realização de procedimentos que gerem aerossolização de secreções respiratórias como intubação, aspiração de vias aéreas ou indução de escarro, deverá ser utilizado precaução por aerossóis, **com uso de máscara N95.***

Outras Informações Relevantes.

- *Não existe tratamento específico para infecções causadas por coronavírus humano. No caso, é indicado repouso e consumo de bastante água, além de algumas medidas adotadas para aliviar os sintomas, conforme cada caso.*

- *As instituições de ensino, estão sendo recomendadas a fazer o planejamento de antecipação de férias, procurando reduzir prejuízos no calendário escolar, inclusive com a possibilidade de utilizar o ensino à distância.*
- *Poderá ser declarada quarentena quando o país atingir 80% da ocupação dos leitos de UTI, disponíveis para o atendimento à doença. A ocupação é definida pelo gestor local.*
- *As medidas também se estendem às pessoas para a diminuição da propagação do coronavírus. Cada um é responsável por ações para se manter saudável e impedir a transmissão da doença.*
- *Estamos atentos a toda e qualquer recomendação dos Órgãos de Saúde Pública e o objetivo maior é reduzir os danos e prezar pela segurança da Comunidade Acadêmica e da população.*

Elaborado por: Cristiane Rocha Fagundes Moura
Diretora de Atenção à Saúde
DASA/PROACE/UFVJM



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

MS, Ministério da Saúde. Plataforma Integrada de Vigilância em Saúde. Notificação de casos de doença pelo coronavírus 2019 (COVID-19) <http://plataforma.saude.gov.br/novocoronavirus/> Acesso em: 14 março de 2020

OPAS, Organização Pan-Americana da Saúde. Folha informativa – novo coronavírus(COVID19) https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:folha-informativa-novo-coronavirus-2019-ncov&Itemid=875 . Acesso em: 13 março de 2020

SOCIEDADE BRASILEIRA DE INFECTOLOGIA. Informe da sociedade brasileira de infectologia sobre o novo coronavírus – perguntas e respostas para profissionais da saúde e para o público em geral. <https://www.infectologia.org.br/admin/zcloud/125/2020/01/d9687e75fdb101dbc4016ae5614ba07c1e5f48d8695d-ddfc2dd794adbbcab65b.pdf>. Acesso em: 12 de março de 2020

Agência Nacional de Vigilância Sanitária –
<http://portal.anvisa.gov.br/coronavirus>- Acesso em: 14 março de 2020

. Ministério da Saúde. Corona vírus o que é, causas, sintomas, tratamento e prevenção, [s.d.] a. Disponível em: <<https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/coronavirus>> Acesso em: 14 março 2020