

# II JORNADA DE SAÚDE DO SERVIDOR



## Entendendo a Pandemia do Covid-19

## **FICHA TÉCNICA**

### **GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL**

Governador: Eduardo Leite

Vice-governador: Ranolfo Vieira Júnior

### **SECRETARIA DE PLANEJAMENTO, GOVERNANÇA E GESTÃO**

Secretário: Claudio Gastal

Secretária Adjunta: Izabel Matte

### **ELABORAÇÃO**

#### **SUBSECRETARIA DE GESTÃO DE PESSOAS**

Subsecretária: Iracema Keila Castelo Branco

#### **DEPARTAMENTO DE PERÍCIA MÉDICA E SAÚDE DO TRABALHADOR**

Diretora: Carla Leia Martin Bravo

Elaboração da cartilha: Alice Poltosi (médica convidada)

Revisão: Ada Regina Cardoso Pereira, Eliane Nunes de Carvalho, Kleber Rocha e Priscila Nassif da Silva

Projeto gráfico: Priscila Barbosa Ely

### **COLABORAÇÃO**

Escola de Governo

## SUMÁRIO

1. O QUE É O CORONAVÍRUS?.....	3
Como é transmitido .....	3
Quais são os sintomas.....	3
Estou com sintomas de gripe. O que fazer? .....	3
2. TESTES PARA COVID-19.....	4
3. COMO REALIZAR O ISOLAMENTO DOMICILIAR .....	4
4. COMO PREVENIR.....	5
5. VACINAÇÃO.....	5
6. FAKE NEWS .....	6
REFERÊNCIAS.....	7

## 1. O QUE É O CORONAVÍRUS?

Os coronavírus são vírus comuns na natureza e a maioria deles causam sintomas leves. Entretanto, um novo coronavírus (SARS-CoV-2) foi descoberto em 2019 em Wuhan na China e ocasionou a doença que é chamada de COVID-19.

A COVID-19 afeta diferentes pessoas de diferentes maneiras e a maioria delas terá sintomas leves a moderados da doença.

### Como é transmitido

A transmissão ocorre de uma pessoa contaminada para outra através de gotículas respiratórias e contato. O vírus é liberado nas secreções respiratórias quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou fala e pode contaminar outras pessoas quando entra em contato com olhos, nariz e boca. A infecção por contato ocorre quando uma pessoa tocar em uma superfície contaminada e após tocar em áreas contaminadas e depois tocar no rosto.

### Quais são os sintomas

Os sintomas mais comuns são tosse, febre, dificuldade para respirar. Também pode-se apresentar diarreia, dor de cabeça, manchas no corpo, dor de garganta, dor no corpo e mal estar. Todos esses sintomas são considerados sintomas de Síndrome Gripal, portanto qualquer pessoa que apresente algum desses sintomas deve ser isolada e testada para COVID-19.

Normalmente os quadros mais graves ocorrem com pacientes que fazem parte do grupo de risco, que são: idosos com mais de 60 anos, pessoas com doenças crônicas (diabetes, hipertensão, asma), pessoas com doenças que acometem o sistema imunológico como HIV e câncer. Em contrapartida, sabe-se que pessoas jovens e saudáveis também podem adquirir a forma grave da doença.

### Estou com sintomas de gripe. O que fazer?

Em momentos de pandemia, onde o sistema de saúde está sobrecarregado, é muito importante saber qual local procurar quando você está com sintomas de gripe para agilizar o atendimento e evitar aglomerações. Se você apresenta sintomas leves (febre que melhora com uso de antitérmicos, tosse, cansaço) você deve procurar a Unidade Básica de Saúde de sua referência para notificação, solicitação de teste e fornecimento de atestado médico para garantir seu isolamento.

Os pronto atendimentos e emergências só devem ser procurados na ocorrência de sinais de agravamento como dificuldade para respirar e baixa saturação. Tão importante quanto buscar atendimento, deve-se iniciar o isolamento imediato para evitar outras contaminações. A recomendação é que o isolamento perdure por 10 dias desde que os primeiros sintomas apareceram, podendo chegar a 14 dias se necessário.

Quanto ao tratamento do COVID-19, em casos leves trata-se apenas dos sintomas com uso de medicamentos para febre, náuseas e dor. O uso de antibióticos e corticóides em casos leves é contraindicado, podendo até levar a uma piora do quadro. Em contrapartida, casos graves nos quais o paciente necessita de suporte de oxigênio, pode ser feito uso de corticoides endovenosos como a dexametasona, anticoagulantes e antibióticos se houver evidência de infecção bacteriana. Lembrando que cada caso deve ser individualizado.

## **2. TESTES PARA COVID-19**

Existem dois tipos principais de testes usados na pandemia do novo coronavírus: testes sorológicos rápidos – também chamados de "testes rápidos" - e os testes moleculares. Os testes rápidos são indicados a partir do sétimo dia de doença e os resultados negativos não descartam o contato prévio com o vírus, que devem ser repetidos após uma semana para confirmação.

Já o teste PCR (um teste molecular) pesquisa a presença do material genético e deve ser realizado entre o terceiro e sétimo dia de sintomas para aumentar a chance de detecção do RNA viral. Um teste negativo não descarta a infecção, apenas indica que naquele momento sua carga viral é indetectável.

## **3. COMO REALIZAR O ISOLAMENTO DOMICILIAR**

- A distância mínima entre o paciente infectado com COVID-19 e seus familiares é de 2 metros;
- Manter sempre abertas as janelas do quarto usado para o isolamento do paciente;
- A porta do quarto do isolamento deve permanecer fechada;
- Copos, talheres, pratos e toalhas não devem ser compartilhados;
- O lixo produzido pelo paciente contaminado deve ser separado e descartado;
- Sofás e cadeiras também não devem ser compartilhados;
- Os móveis da casa devem ser frequentemente limpos com álcool 70%;
- A pessoa contaminada deve utilizar máscara o tempo todo, inclusive em casa quando estiver próximo de seus familiares;
- Se uma pessoa em casa tiver diagnóstico positivo todos devem ficar em isolamento por 14 dias também.

## 4. COMO PREVENIR

A melhor forma de prevenir o COVID-19 é o distanciamento social. Evitar aglomerações é imprescindível para o controle da pandemia. Além disso, algumas medidas auxiliam na prevenção:

- Utilizar máscara o tempo todo;
- Evitar colocar a mão em olhos e boca;
- Evitar abraços e apertos de mão;
- Sempre abrir janelas e manter o ambiente bem arejado;
- Lavar as mãos com água e sabão com frequência e faça uso de álcool gel 70% sempre que tocar em objetos;
- Cobrir o rosto sempre que tossir ou espirrar.

## 5. VACINAÇÃO

Diversas vacinas estão sendo produzidas ao redor do mundo. Essas vacinas ensinam o nosso sistema imune a reconhecer e bloquear o vírus que causa a COVID-19.

As vacinas podem ser:

**Vacinas de vírus inativado ou enfraquecido:** utilizam uma forma do vírus que foi inativada ou enfraquecida, não causando a doença, mas gerando uma resposta imune.

**Vacinas baseadas em proteínas:** usam fragmentos inofensivos de proteínas ou cascas de proteínas que imitam o vírus COVID-19 para gerar com segurança uma resposta imune.

**Vacinas de vetores virais:** usam um vírus seguro que não pode causar doenças, mas serve como uma plataforma para produzir proteínas do coronavírus para gerar uma resposta imune.

**Vacinas de RNA e DNA:** uma abordagem de ponta que usa RNA ou DNA geneticamente modificado para gerar uma proteína que, por si só, promete uma resposta imunológica com segurança.

O desenvolvimento da imunidade por meio da vacinação significa que há um risco reduzido de desenvolver a doença e suas consequências. Ao ser vacinado você também protege as pessoas ao seu redor, porque se você estiver protegido contra infecções e doenças, é menos provável que infecte outras pessoas. Isso é importante para proteger as pessoas com maior risco de doenças graves causadas pelo COVID-19, como profissionais de saúde, adultos mais velhos ou idosos e pessoas com outras condições médicas.

## 6. FAKE NEWS

É de suma importância sempre procurarmos fontes confiáveis para nos informarmos sobre tudo, principalmente quando se trata de saúde. O número de fake news cresceu vertiginosamente com o uso das redes sociais e correntes de Whatsapp. Vemos promessas milagrosas de tratamentos, sem que sejam cientificamente comprovados, e de notícias contra o distanciamento social e a vacinação. Tudo isso dificulta o trabalho dos profissionais da saúde e cientistas no combate da pandemia.

Em momentos como esse, mais do que nunca, a ciência e condutas baseadas com alto grau de evidência se tornam essenciais para o combate de uma pandemia. Algumas fontes confiáveis para buscar informações:

- Ministério da Saúde <https://coronavirus.saude.gov.br/>
- Boletins Epidemiológicos da Secretaria de Vigilância Sanitária <https://coronavirus.saude.gov.br/boletins-epidemiologicos>
- Fundação Oswaldo Cruz <https://portal.fiocruz.br/coronavirus>
- Aplicativo do Ministério da Saúde

## REFERÊNCIAS

CENTER OF DISEASES CONTROL AND PREVENTION. **What do you need to know about coronavirus disease.** Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/2019-ncov-factsheet.pdf>

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Coronavírus COVID-19: protocolo de manejo clínico do Novo Coronavírus (COVID-19) na Atenção Primária à Saúde:** versão 6. Brasília, DF: Ministério da Saúde; Mar 2020 citado em 3 Abr 2020]. 35 f. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/especial/covid19/pdf/37>.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Atendimento domiciliar para pacientes com suspeita de infecção pelo novo coronavírus (2019-nCoV),** que apresentam sintomas leves e manejo de contatos: orientação temporária. Brasília, DF; 2020 Fev 4 [citado em 28 Fev 2020]. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_docman&view=download&slug=atendimento-domiciliar-para-pacientes-com-suspeita-de-infeccao-pelo-novo-coronavirus-2019-ncov-que-apresentam-sintomas-leves-e-manejo-de-contatos&Itemid=965](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_docman&view=download&slug=atendimento-domiciliar-para-pacientes-com-suspeita-de-infeccao-pelo-novo-coronavirus-2019-ncov-que-apresentam-sintomas-leves-e-manejo-de-contatos&Itemid=965)

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Coronavirus: Vaccines,** 28 october, 2020. Disponível em: [https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)-vaccines?adgroupsurvey={adgroupsurvey}](https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-(covid-19)-vaccines?adgroupsurvey={adgroupsurvey})

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Emerging respiratory viruses, including nCoV: methods for detection, prevention, response and control.** Genebra; 2020 Mar 26 [citado em 3 Abr 2020]. Disponível em: <https://www.openwho.org/courses/introduction-to-ncov>





**NOVAS FAÇANHAS**

NO PLANEJAMENTO,  
GOVERNANÇA E GESTÃO

[planejamento.rs.gov.br](http://planejamento.rs.gov.br)