

# COVID – 19

## Transmissão e medidas preventivas

### Autores

Coordenadora: Prof<sup>a</sup> Dra Telma Maria Evangelista de Araújo

Discentes: Ana Beatriz de Oliveira Ferreira

Ellen Cristina da Costa Leite Sousa

José Alberto Lima Carneiro

Marília Sousa dos Reis

Pedro Victor Sousa Silva

Thaynara Vilarindo de Alencar

# SUMÁRIO

O que é COVID – 19?	03
Quais os sintomas?	03
Como é transmitido?	03
Grupos de risco	04
Quando é necessário procurar uma unidade de saúde?	05
Como se proteger?	05
Sobre o uso da máscara	07
Como descartar corretamente a máscara?	08
Como lavar corretamente a máscara?	08
Como higienizar as mãos corretamente?	09
Convivendo com pessoas suspeitas ou confirmadas de COVID-19 em casa	11
A importância de estar vacinado contra a gripe	12
Referências	13



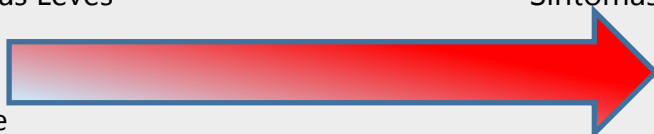
## O que é COVID-19?

A COVID-19 é uma doença causada pelo novo tipo de coronavírus, o SARS-CoV-2. A doença tem se caracterizado por um quadro clínico em que 80% dos infectados não apresentam os sintomas (mas que podem infectar outras pessoas) e dentre os que apresentam, 5% necessitam de cuidados avançados por conta da incapacidade de respirarem sozinhos.

## Quais os sintomas?

Sintomas Leves

Sintomas Graves



Febre		
Cansaço	Perda do olfato	Febre alta
Coriza	Perda do paladar	Dificuldade para respirar
Tosse seca	Diarreia (raro)	
Dor de garganta		

## Como é transmitido?



ESPIRRO



TOSSE



CATARRO



GOTICULAS DE SALIVA



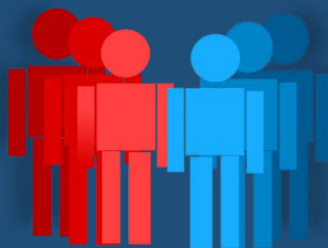
CONTATO FÍSICO COM PESSOA INFECTADA



CONTATO COM SUPERFÍCIES CONTAMINADAS

## Grupos de risco

- Idade igual ou superior a 60 anos;
- Doenças cardiovasculares graves ou descompensados (insuficiência cardíaca, cardiopatia isquêmica);
- Doenças respiratórias graves ou descompensados (asma moderada/grave, DPOC);
- Imunodepressão;
- Doenças renais crônicas;
- Diabetes mellitus;
- Doenças cromossômicas com estado de fragilidade imunológica;
- Gestação de alto risco;
- Doença hepática;
- Hipertensão;
- Obesidade (IMC  $\geq 40$ ).



## Quando é necessário procurar uma unidade de saúde?

Casos leves como tosse, coriza e dor de garganta devem ser manejados com medidas como repouso, hidratação, alimentação adequada, além de analgésicos e antitérmicos e isolamento domiciliar por 14 dias, a contar da data de início dos sintomas.

Casos classificados como graves, a exemplo de febre persistente ( $>= 37,8$  °C) e dificuldades para respirar, devem ser estabilizados e encaminhados aos serviços de urgência ou hospitalares de acordo com a organização da Rede de Atenção à Saúde local.

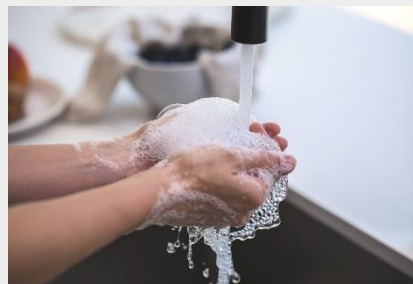
## Como se proteger?

- Isolamento social

Preferencialmente ficar em casa, e quando for necessário sair evitar ficar próximo de outras pessoas. Para casos suspeitos e confirmados o isolamento domiciliar requer cuidados específicos, como a separação de objetos pessoais, limpeza imediata de banheiros após o uso e a separação de indivíduos em cômodos diferentes do domicílio. O cômodo com o paciente isolado deve ficar com a porta fechada. Porém manter a janela aberta para que haja uma fonte de ventilação e entrada de luz solar.



Higienizar corretamente as mãos;



Evitar locais com muitas pessoas;



Higienizar frequentemente  
objetos;



Tossir ou espirrar cobrindo o  
rosto com a parte interna do  
cotovelo ou um lenço;



Fonte: Google

**ATENÇÃO**



Ao chegar no domicílio, retirar sapatos,  
roupas e pertences, reservar em um canto  
apropriado da casa e fazer a higienização  
das mãos e objetos.

## Sobre o uso da máscara

Além de ter baixo custo, é um equipamento simples de ser fabricado e que é eficiente quando corretamente utilizado. É preciso que a máscara tenha duas camadas de tecido, podendo ser feita de algodão, tricoline, TNT além de outros tecidos. Importante que a máscara seja feita nas medidas corretas, cobrindo totalmente a boca e nariz, sem deixar espaços nas laterais.



Fonte: PEXEL

## Como descartar corretamente a máscara?

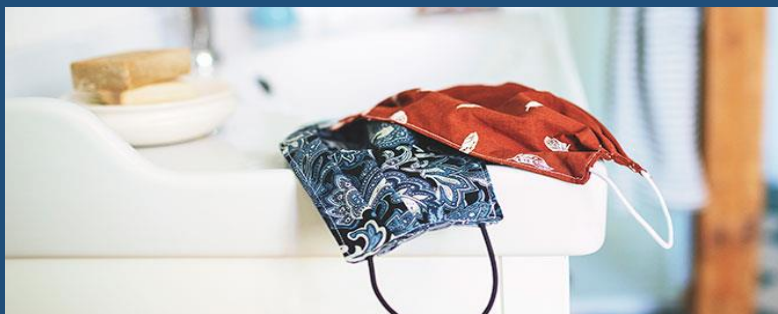
- I. Remova cuidadosamente a máscara tocando apenas no elástico;
- II. Descarte em uma lixeira fechada;
- III. Higienize corretamente suas mãos após esse procedimento.



Fonte: Anvisa

## Como lavar corretamente a máscara?

- I. Coloque sua máscara em um recipiente contendo apenas água e 1 colher de chá de água sanitária por 30 minutos;
- II. Após esse tempo, lave usando apenas água e sabão, e em seguida enxague bem;
- III. Deixar a máscara secar totalmente e passar com ferro quente antes de usar.

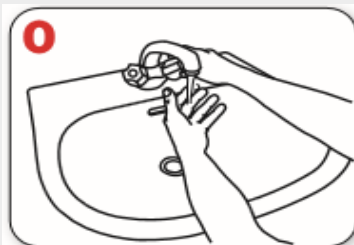


Fonte: Google

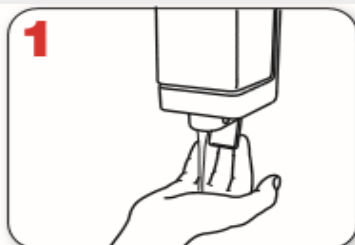


## Como higienizar as mãos corretamente?

1- Enxague levemente as mãos e acrescente sabão líquido;



Molhe as mãos com água.



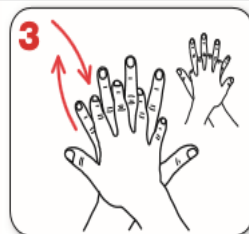
Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos.

FONTE: ANVISA

2- Siga a seguinte ordem;



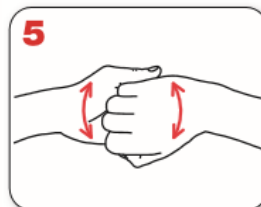
Friccione as palmas das mãos entre si.



Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



Entrelace os dedos e fricçãoe os espaços interdigitais.



Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice-versa.



Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.

FONTE: ANVISA

3- Após friccionar, enxague bem as mãos de modo que a água escorra da ponta dos dedos em direção aos punhos;



Enxágue bem as mãos com água.



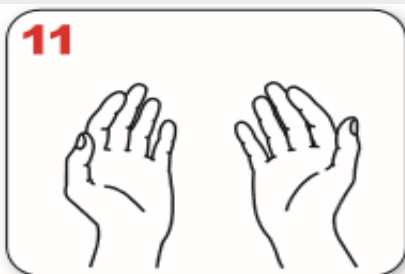
Seque as mãos com papel toalha descartável.



No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.

FONTE: ANVISA

4- Agora suas mãos estão limpas.



Agora, suas mãos estão seguras.

FONTE: ANVISA

## Convivendo com pessoas suspeitas ou confirmadas de COVID-19 em casa

- Manter distância mínima de 1 metro entre os moradores;
- Limpar os móveis da casa frequentemente com água sanitária ou álcool 70%;
- Se algum morador da residência obtiver diagnóstico positivo, todos os moradores ficam em isolamento por 14 dias;
- Pessoa suspeita ou com diagnóstico positivo deve permanecer no domicílio usando máscara constantemente, assim como todos os moradores.



## A importância de estar vacinado contra a gripe

A Vacinação protege a população da Influenza, assim menos gente irá necessitar de recursos hospitalares, o que ajuda o sistema de saúde a reservar esforços para a COVID-19. Além disso, nesse período do ano, normalmente temos mais casos de infecção por influenza e é muito importante a diferenciação da infecção por coronavírus, já que as duas têm sintomas em comum. Quando somos vacinados, fica mais fácil fazer um diagnóstico.

É importante que o público-alvo da campanha, idosos e profissionais da saúde, busquem a Vacinação!



FONTE: PEXEL

## Referências

CORONAVÍRUS(COVID-19). Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: [coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca](https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca). Acesso em: 30 de Abril de 2020.

ORIENTAÇÕES DA OMS PARA PREVENÇÃO DA COVID-19. SBPT, 2020. Disponível em: [sbpt.org.br/portal/covid-19-oms/](https://sbpt.org.br/portal/covid-19-oms/). Acesso em: 30 de Abril de 2020.

Organização Pan Americana de Saúde. Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus), 2020. Acesso na íntegra. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ

Projeto de Extensão Participando das ações de controle de doenças de notificação compulsória