

Diante do processo de mudanças quanto às condutas voltados ao COVID-19, seguem orientações oferecidas pelo Instituto de Medicina Tropical da UFRN, Ministério da Saúde e demais órgãos competentes. Diante disso, é necessário levar em consideração:

- Hoje, considera-se que o vírus já circula de forma comunitária. Assim torna-se difícil aos profissionais de saúde identificar e diferenciar as diversas doenças respiratórias.
- Diante da ausência de reagentes, hoje os testes são realizados em casos de prioridade, ou seja, restrito aos profissionais de saúde e aos casos gravíssimos (já em situação de hospitalização).
- As medidas de cuidados hoje se referem a critérios clínicos e não mais por testagem. Então, precisa ficar atento aos sinais e sintomas de doenças respiratórias e isolar-se por 14 dias.
- O DAS, não é uma unidade de referência para sintomatologia do sistema respiratório e nem ao COVID-19. Além disso, os atendimentos presenciais estão suspensos temporariamente.

I – RECOMENDAÇÕES PARA A O CUIDADO INDIVIDUAL E COLETIVO NAS RESIDÊNCIAS

a) Atenção e cuidados aos residentes não sintomáticos ou saudáveis:

- Ser colaborativo e comprometido a participar das ações de autocuidado, cuidado coletivo e apoio aos em isolamento;
- Ajudar na alimentação e cuidados, inclusive aos em isolamento;
- É proibida a circulação nas dependências de visitantes outros residentes de casas e quartos;
- Todos estão distantes de suas respectivas famílias. É importante a formação de uma Rede de Apoio Social e Cooperativa;
- É proibido ao coletivo o encontro entre si. Não deve haver reuniões. Deve ser mantida a distância, evitando o contato físico (aperto de mão, beijos, abraços...);
- Revezar para garantir que as maçanetas do portão e portas de entrada, sejam higienizadas com detergente diariamente, 02 ou 03 vezes ao dia.

b) Cuidados aos residentes em isolamento:

- Esta situação requer cuidados específicos, como a separação de objetos pessoais, limpeza imediata de banheiros após o uso e a separação de indivíduos em cômodos diferentes.

- As pessoas em isolamento, devem ocupar um único quarto em duplas ou um por cada quarto. O mais próximo possível ao banheiro. Uma alternativa, é distribuir em um único andar somente os isolados e dividi-los um por quarto ou dois em cada quarto.
- As portas dos quartos devem permanecer fechadas com as janelas abertas sempre. Precisam da ventilação e entrada de luz solar.
- Ao sair para ir ao banheiro, precisam limpar primeiro a maçaneta da porta e as mãos com álcool, antes de abrir a porta. O indicado é sair com máscara, contudo em uma situação emergencial substituir por lenço, sempre mantendo seguro em uma das mãos a proteção da área da boca e nariz (essa mão não deve tocar em nada. E ser limpa com sabão ou álcool).
- O residente em isolamento precisa desinfetar todas as superfícies usadas por ele: vaso sanitário, interruptores, maçaneta, descarga, box e regulador de temperatura do chuveiro, por exemplo.
- Objetos que antes eram compartilhados, como pasta de dente, pratos, copos, talheres, sabonetes de pia, devem passar a ser individuais.
- Nos quartos de isolamento são importantes contar com: 01 lixeiro (de preferência com tampa), sacos de lixo, lenço descartável, máscaras (ou lenço, utilizando conforme mencionado anteriormente) e álcool em gel.
- Quando o recipiente de lixo estiver cheio, a pessoa deve fechar a sacola bem fechada e só depois despejar em lixeiras comuns, tomando os devidos cuidados.
- A pessoa em isolamento tem de trocar a própria roupa de cama. Se houver secreções na roupa de cama, ela deve embalar em um saco plástico e fechar.
- Nos casos de salas compartilhadas, pessoas infectadas e pessoas sem a doença não podem compartilhar. Em último caso, manter 2 metros de distância da pessoa infectada ou suspeita.
- É importante lenço de papel ou papel higiênico para cobrir o nariz e a boca em caso de tosse e espirro. Na ausência do lenço, tossir e espirrar no antebraço e lavar os braços e as mãos imediatamente.

II – RECOMENDAÇÕES QUANTO A BUSCA DE RECURSOS JUNTO À REDE DE SAÚDE REFERENCIADA PARA COVID-19

- Hoje, a ida a algum canal presencial de assistência (Unidades de saúde e UPA) também é um risco.
- O deslocamento precisa ocorrer SOMENTE em caso de agravamento (com tosse intensa, febre persistente e dificuldade para respirar), com a persistência ou piora de sintomas mesmo com o uso de medicações (como por exemplo, os antitérmicos).

- Há uma possibilidade real de não ter contraído o vírus e passar a contrair no ambiente de cuidado, considerando uma alta demanda em aglomeração que está em aguardo para atendimento.
- Todos os alunos que buscarem os serviços de saúde (UBS, UPA, Pronto Socorro, SAMU e Hospitais), deverão ser submetidos ANTES uma triagem clínica. Este procedimento é importante e inclui reconhecer precocemente um caso suspeito e, se necessário, encaminhamento imediato.
- No caso de assistência na Rede de saúde, lembrar de levar o cartão ou número do cartão SUS. Caso não saiba ou não esteja lembrado, acessar (<https://cartaodosus.info/consultar-cartao-sus/>).
- Considerando os aspectos acima mencionados, segue os canais (conforme ordem de complexidade e necessidade).

1º PASSO

Esse canal, é de referência e oferecido pela UFRN destinado aos casos de: retirada de dúvidas, orientações, triagem clínica e encaminhamentos necessários.

As orientações são dadas por profissionais especializados e treinados para avaliar o quadro clínico, analisar sintomas gripais e a suspeita de contaminação pelo novo Coronavírus.

LIGAR PARA: (084) 3342-2300.

Funcionamento: segunda a sexta das 8 às 18 horas.



2º. Passo

Após avaliação, com orientação para a assistência na Atenção Básica se dirigir a sua unidade de referência. **ESTA SITUAÇÃO É RESTRITA AOS CASOS LEVES.**

DISTRITOS SANITÁRIOS	UNIDADE BÁSICA	HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO
Norte 01	USF PAJUÇARA / USF NOVA NATAL	Segunda a sexta das 07h às 19h
Norte 02	USF PANATIS/ USF VALE DOURADO	Segunda a sexta das 07h às 19h

Leste	UBF SÃO JOÃO/ USF BRASÍLIA TEIMOSA	Segunda a sexta das 08h às 20h
Oeste	USF FELIPE CAMARÃO 2/ USF BOM PASTOR	Segunda a sexta das 08h às 20h
Sul	USF ROSÂNGELA LIMA/ UBS NOVA DESCOBERTA	Segunda a sexta das 07h às 19h



3º. Passo

SOMENTE EM CASOS DE EM AGRAVAMENTO

Acionar o SAMU, e conforme avaliação em teleatendimento realizado pelos profissionais de plantão. Avaliado a necessidade seguir em transporte à UPA. Após avaliação e atendimento médico na UPA, o paciente poderá retornar para o isolamento domiciliar ou em casos extremos, seguir para a internação hospitalar.



EM CASOS GRAVES PARA INTERNAÇÃO

Hospitais referenciados: Hosp. Giselda Trigueiro, Hospital Dr. João Machado, Hosp. José Pedro Bezerra, Hosp. da Polícia Militar, Hosp. Maria Alice Fernandes, (alguns hospitais solicitam a referência da Rede de saúde para atendimento e/ou internação, então sempre recorra aos passos anteriores aqui mencionados).

FONTES DE INFORMAÇÃO:

- Instituto de Medicina Tropical/UFRN;
- Secretarias Municipal e Estadual de Saúde;
- Ministério da Saúde do Brasil;
- Organização Mundial de Saúde
- OPAS.

ANEXOS

SINTOMAS	COVID-19 <small>Os sintomas vão de leves a severos</small>	RESFRIADO <small>Início gradual dos sintomas</small>	GRIPE <small>Início repentino dos sintomas</small>
Febre	Comum	Raro	Comum
Falta de ar	Às vezes	Raro	Raro
Tosse	Comum <small>(Geralmente seca)</small>	Leve	Comum <small>(Geralmente seca)</small>
Espirros	Raro	Comum	Raro
Dores no corpo e mal-estar	Raro	Comum	Raro
Coriza ou nariz entupido	Raro	Comum	Às vezes
Dor de garganta	Às vezes	Comum	Às vezes
Diarreia	Raro	Raro	Às vezes <small>(Em crianças)</small>
Dor de cabeça	Às vezes	Raro	Comum
Cansaço	Às vezes	Às vezes	Comum

O jeito certo de lavar as mãos

- Combinção de água e sabão é essencial;
- Capriche nessa higiene!;
- Lave a parte de trás das mãos;
- Entre os dedos;
- Debaixo das unhas;
- Feita a higiene, evite tocar na torneira ou maçaneta da porta. Use o cotovelo ou uma toalha de papel para isso;
- Na impossibilidade de lavar as mãos use álcool 70%

Fonte: <https://www.saude.ce.gov.br/coronavirus-covid-19/coronavirus-covid-19-pt3/>

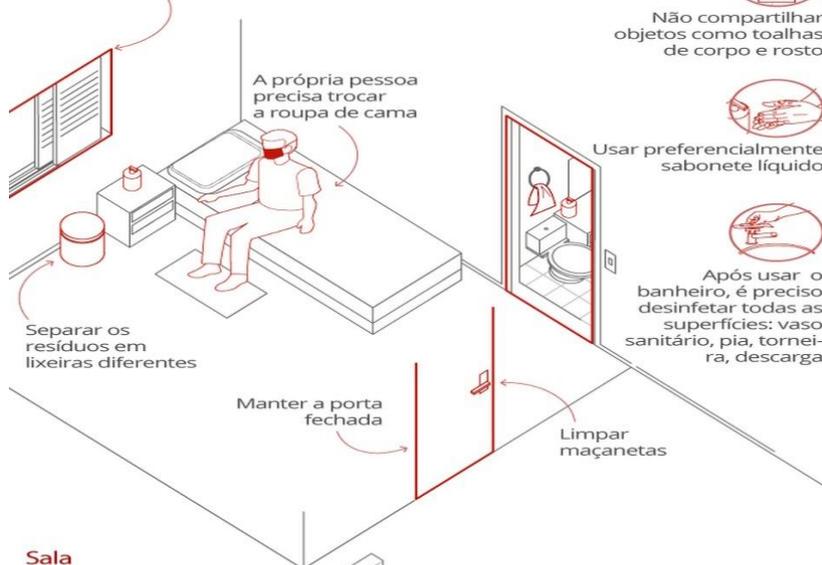
Guia do isolamento domiciliar

Veja cuidados necessários para garantir o isolamento de suspeitos ou infectados por coronavírus



Quarto de isolamento

Manter janelas abertas para circulação de ar e entrada de luz solar



Banheiro

Não compartilhar objetos como toalhas de corpo e rosto



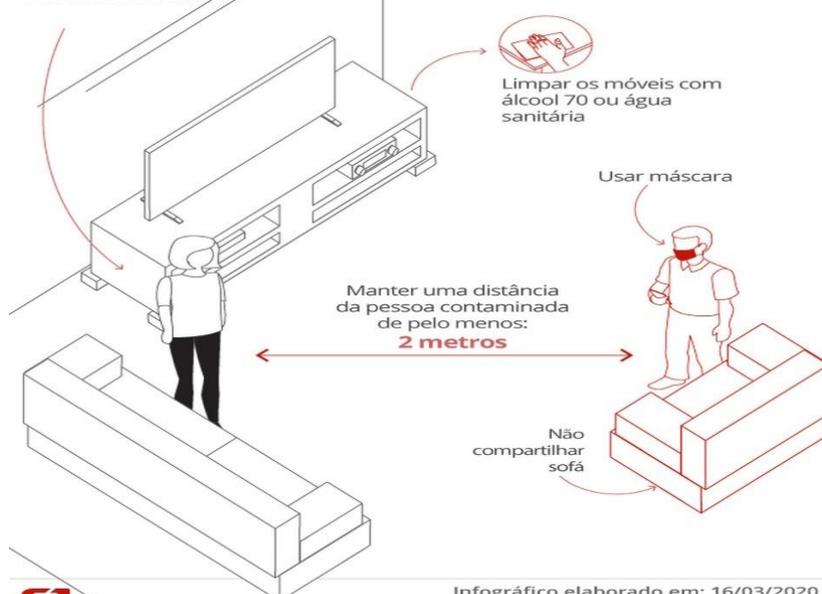
Usar preferencialmente sabonete líquido



Após usar o banheiro, é preciso desinfetar todas as superfícies: vaso sanitário, pia, torneira, descarga

Sala

Se houver apenas um quarto, manter a pessoa contagiada nele e instalar os outros moradores na sala



COVID-19

Doença causada pelo coronavírus 2019

INFORME-SE.

COVID-19 é uma doença respiratória nova que foi identificada pela primeira vez em Wuhan, na China. Atualmente, a transmissão se dá principalmente de pessoa a pessoa.



*Os sintomas podem aparecer entre 1 e 12 dias após a exposição ao vírus.



Quem tem maiores riscos de ter a doença agravada?

- Adultos com mais de 60 anos
- Pessoas com doenças preexistentes, como diabetes e cardiopatias



Como a doença é transmitida?

- Pelo contato pessoal próximo com pessoas infectadas ou por meio de tosse ou espirro de pessoas infectadas.
- Ao tocar objetos ou superfícies contaminadas e em seguida tocar a boca, nariz ou olhos.



Até o momento, não há vacina nem tratamento específico, somente tratamento de sintomas. Os casos graves podem precisar de oxigênio suplementar e ventilação mecânica.

PREPARE-SE.



Informe-se por fontes confiáveis.



Lave as mãos frequentemente com água e sabão ou use álcool em gel.



Cubra a boca com o antebraço quando tossir ou espirrar ou utilize um lenço descartável e, em seguida, jogue no lixo e lave as mãos.

AJA.



Evite contato físico com pessoas que tenham sintomas de gripe.



Evite tocar os olhos, o nariz e a boca com as mãos sem lavá-las.



Evite compartilhar copos, pratos ou outros artigos de uso pessoal. Limpe e desinfete os objetos e superfícies que muitas pessoas tocam com frequência.



Se você viajou a áreas onde circula o vírus ou esteve em contato físico com alguém diagnosticado ou que apresente febre, tosse ou dificuldade para respirar, busque atendimento médico de imediato. Não se automedique.

Nota: Orientações podem mudar quando houver mais informações sobre a doença. Fevereiro 2020.

OPAS



Organização
Pan-Americana
da Saúde



Organização
Mundial da Saúde

COOPMILITAR REGIONAL NOROCCIDENTAL
Américas

INFORME-SE. PREPARE-SE. AJA.

www.paho.org/bra