

# TIRE SUAS PRINCIPAIS DÚVIDAS SOBRE O NOVO CORONAVÍRUS E A COVID-19.

*informações obtidas no SITE: [https://coronavirus.msf.org.br/perguntas-frequentes/?gclid=EALalQobChMlh-iN8lr2-AIVEGpvBB3Q4wcoEAAAYASAAEglQdPD\\_BwE](https://coronavirus.msf.org.br/perguntas-frequentes/?gclid=EALalQobChMlh-iN8lr2-AIVEGpvBB3Q4wcoEAAAYASAAEglQdPD_BwE)*

## 1. O QUE É A DOENÇA?

A doença é chamada COVID-19 (abreviação de Corona Virus Disease, que surgiu em 2019). É causada por um vírus que foi descoberto no início de janeiro na China e foi identificado como um membro da família dos coronavírus. O vírus parece ser transmitido através de gotículas espalhadas pela tosse que podem ser inaladas ou infectar superfícies que outras pessoas tocam. Este vírus afeta o sistema respiratório. Os principais sintomas incluem fraqueza geral e febre; tosse e, às vezes, pneumonia e dificuldade em respirar num estágio posterior. A coriza nasal e o espirro, que são geralmente observados em outras doenças respiratórias, como gripe ou resfriado, são mais raros em pacientes com COVID-19.

## 2. O QUE SE SABE DO CORONAVÍRUS?

O vírus foi identificado no início de janeiro por cientistas chineses e agora é chamado SARS-CoV-2, devido às suas semelhanças com o vírus que causa o SARS. O nome da doença causada por esse novo vírus é COVID-19. Os coronavírus são uma grande família de vírus, a maioria dos quais inofensiva para os seres humanos. Sabe-se que quatro tipos causam resfriados, outros dois podem causar infecções pulmonares graves (SARS e MERS), semelhantes à COVID-19.

## 3. QUÃO PERIGOSA É A COVID?

O entendimento coletivo do vírus e da doença ainda está evoluindo. As estimativas mais recentes são de que 80% das pessoas infectadas sofrerão apenas de uma forma leve ou moderada da doença e 15% desenvolverão uma forma mais grave da doença, o que requer hospitalização. Cerca de 5% ficarão doentes em estado crítico.

Sistemas sofisticados de assistência médica podem curar até os pacientes mais críticos, mas o perigo é que os sistemas de saúde sejam sobrecarregados pelo grande fluxo de pacientes a serem hospitalizados, então os pacientes não poderão ter acesso a esse nível de atendimento.

É claro que também existem pessoas infectadas que apresentam nenhum ou quase nenhum sintoma da doença. Não há estimativas razoáveis de qual porcentagem de infecções essas pessoas assintomáticas representam no número total de infecções.

[www.palmares.gov.br](http://www.palmares.gov.br)

A doença é particularmente perigosa para idosos ou pessoas que sofrem de outras infecções ou enfermidades, como acontece com doenças infecciosas. Mais de 80% das pessoas que morreram por COVID-19 tinham mais de 60 anos, e mais de 75% tinham condições médicas subjacentes. As crianças, por outro lado, parecem ser menos afetadas pela doença, embora ainda possam contrai-la. As taxas de mortalidade variam de um lugar para outro, por isso é difícil fazer uma observação geral sobre o quão mortal é a COVID-19.

#### **4. QUÃO CONTAGIOSA É A COVID?**

Nossa compreensão do vírus e da doença ainda está evoluindo. O vírus certamente pode ser transmitido pela tosse de pessoas doentes. Mas parece que também pode ser transmitido por pessoas que não têm ou quase não apresentam sintomas. Isso não torna a doença mais contagiosa em si, mas torna muito mais difícil obter uma boa imagem da maneira como está espalhando-se. Não se sabe qual a porcentagem de todas as infecções que as infecções “assintomáticas” compõem.

Muitos países relatam números exponencialmente crescentes de novos casos, então o vírus claramente tem o potencial de espalhar-se rapidamente. Mas muitos detalhes sobre a infecciosidade do vírus ainda são desconhecidos.

#### **5. COMO POSSO EVITAR SER INFECTADO?**

É importante proteger-se e proteger os outros. Tal como acontece com outros coronavírus, a infecção por gotículas parece ser o principal modo de transmissão. O vírus entra no corpo humano pela boca ou nariz. Isso pode acontecer respirando gotículas infectadas ou tocando com as mãos uma superfície na qual as gotículas caíram e posteriormente tocando a boca ou o nariz. Portanto, medidas simples de controle de infecção são eficazes e importantes para a prevenção, como lavagem das mãos e etiqueta ao tossir e espirrar.

A higiene das mãos é fundamental, por isso lave-as frequentemente com água e sabão. Use sabão suficiente e verifique se todas as partes estão lavadas. Passe pelo menos 20 segundos lavando as mãos. Se não houver sujeira visível, um gel à base de álcool também é uma boa opção.

Em locais com transmissão local do vírus, recomenda-se o distanciamento social. Como o vírus é transmitido de pessoa para pessoa, não estar muito próximo pode prevenir infecções. Evite lugares lotados e grandes reuniões.

Se tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou com a parte interna do cotovelo. Jogue imediatamente os lenços usados na lixeira e lave as mãos.

## 6. MÁSCARAS DE PROTEÇÃO FEITAS EM CASA FUNCIONAM?

Antes de mais nada é necessário pontuar algo importante: a melhor forma de prevenção ainda é o distanciamento social; higiene adequada das mãos, roupas e objetos tocados; entre outros cuidados. O uso de máscaras pode ser um aliado em determinados casos, mas não é sozinho uma medida de proteção eficaz. Pessoas com maior exposição ao vírus, como profissionais de saúde, necessitam de equipamentos apropriados como máscaras do tipo N95, barreiras de acetato, entre outros acessórios e roupas de proteção para não serem contaminados e não se tornarem agentes de contaminação cruzada nos hospitais (quando o vírus pode passar de um paciente para outro). As máscaras médicas devem ser reservadas para uso de profissionais de saúde.

Com a dificuldade de obter-se materiais mais adequados para impedir a transmissão do vírus e com a escassez de equipamentos de proteção ideais, observamos a população confeccionar máscaras caseiras, que funcionam como uma barreira mecânica de tecido no rosto. Esses materiais não garantem 100% de eficácia na proteção contra o novo coronavírus e protegem primordialmente as outras pessoas, não quem usa a máscara. No entanto, o uso não tem contra-indicação se utilizados e higienizados de forma correta.

Em períodos de alta transmissão e nos estágios iniciais de um surto, o ideal é que todos pratiquem distanciamento físico e lavagem das mãos. Mas em alguns lugares isso será difícil ou impossível de implementar. Em tais circunstâncias, as máscaras podem desempenhar um papel importante.

Há benefícios trazidos pelas máscaras reutilizáveis: elas podem reduzir a transmissão de gotículas, quando uma pessoa infectada tosse ou espirra; elas podem aumentar os benefícios da lavagem das mãos, tornando menos provável que o usuário toque sua boca ou nariz; e elas podem agir como um lembrete bem visual das outras medidas essenciais que estão sendo amplamente divulgadas.

Mas há riscos, incluindo o fato de as pessoas acharem que podem abreviar outras medidas. Além disso, as máscaras precisam ser lavadas e mantidas adequadamente. Portanto, uma atividade intensa de educação sobre o uso correto é essencial, além da distribuição dessas máscaras em toda comunidade.

O uso de máscaras em comunidades NÃO substitui outras medidas e, de fato, é vital explicar exatamente como as máscaras devem ou não ser usadas. Se essa mensagem não for passada com clareza suficiente e não for ativamente reforçada por pessoas da comunidade, então as máscaras poderiam causar mais prejuízos do que benefícios.

## **7. QUAIS AS CONSEQUÊNCIAS DA COVID-19 NA GRAVIDEZ PARA A MÃE E PARA O BEBÊ?**

Há pesquisas sendo realizadas para compreender melhor os efeitos da doença em mulheres grávidas. Acredita-se que mulheres grávidas estão em situação de maior vulnerabilidade de saúde do que outros grupos de pessoas. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, devido a alterações no corpo e no sistema imunológico materno, mulheres grávidas podem ser seriamente afetadas por algumas infecções respiratórias. Portanto, é importante que tomem precauções para proteger-se e relatem possíveis sintomas (incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar) ao médico.

## **8. MULHERES COM COVID-19 PODEM AMAMENTAR?**

A recomendação da OMS é de que a mulher considere alguns cuidados: cuidar da higiene respiratória durante a amamentação, podendo inclusive utilizar máscara quando disponível; lavar as mãos antes e depois de tocar no bebê; limpar e desinfetar frequentemente as superfícies nas quais o bebê pode tocar. É importante lembrar que as pesquisas científicas sobre os impactos do novo coronavírus na parturiente e na mulher em estágio de amamentação ainda carecem de resultados. A comunidade científica até o momento não constatou presença do vírus no líquido amniótico ou no leite materno, no entanto, a falta de resultados não garante que a transmissão não possa ocorrer, ao menos, de outras maneiras.

Fonte: OMS

## **9. SE A PESSOA ESTIVER COM DENGUE OU OUTRAS DOENÇAS TRANSMITIDAS PELO MOSQUITO Aedes Aegypti, É MAIS ARRISCADO CONTRAIR A COVID-19?**

De forma geral, o enfraquecimento do sistema imunológico por outras infecções ou inflamações crônicas é um fator de risco para a COVID-19. Sabe-se que as doenças transmitidas pelo mosquito podem vir a complicar o sistema cardiovascular do paciente, levando-o a um quadro de inflamação. Isso pode colocá-lo no grupo de risco em relação ao novo coronavírus.

Vale lembrar que autoridades de saúde vêm fazendo um alerta para que, no caso do distanciamento social, as pessoas tenham mais atenção com locais propícios para a proliferação do mosquito: água parada em quintais, vasos de plantas e outros pontos onde a água pode acumular-se. É importante não esquecer das medidas preventivas à proliferação do mosquito *Aedes aegypti*.

## **10.O QUE É DISTANCIAMENTO SOCIAL OU ISOLAMENTO E QUARENTENA? QUANDO ESSAS MEDIDAS DEVEM SER ADOTADAS?**

A expressão “distanciamento social”, que pode ser melhor empregada como “distanciamento físico”, significa manter uma distância segura de outras pessoas – de 1 a 2 metros – e evitar espaços aglomerados como salas de reunião, escolas, igrejas, shows, transporte público, entre outros ambientes.

A quarentena é uma medida preventiva indicada em períodos de epidemia ou pandemia para prevenir a transmissão do agente infeccioso e ajudar a combater a doença. É uma medida de saúde pública e é indicada por autoridades sanitárias. A quarentena deve ser seguida por uma pessoa que sente-se bem, mas teve contato próximo recente com pessoas diagnosticadas com a doença ou que apresentam sintomas típicos dela. A quarentena para a COVID-19 deve durar 14 dias, em completo isolamento, para observar a ocorrência ou não de sintomas.

Já o isolamento ocorre quando a pessoa já foi diagnosticada com COVID-19 ou testou positivo para o novo coronavírus e assim é preciso separá-la das outras para impedir a transmissão.