



**TUDO O QUE VOCÊ
PRECISA SABER HOJE
SOBRE A PANDEMIA
DE *CORONAVÍRUS***

1

Estou com sintomas leves, como tosse, febre baixa e coriza. O que fazer?

Não vá para unidades hospitalares ou de urgência e emergência. No momento, o protocolo do Ministério da Saúde indica que essas unidades priorizem atendimentos a casos graves.

Com esses sintomas você não estará classificado para realizar o teste de confirmação de coronavírus.

Portanto, não fará o exame e estará em uma área de maior chance de contaminação.

A orientação é buscar atendimento ou, ao menos, contato com seu médico pessoal e fazer o tratamento em casa.

Em geral, a recomendação é hidratar-se bastante, ter uma alimentação saudável, repousar e ficar em isolamento domiciliar. É muito importante que você evite contato com outras pessoas, especialmente idosos e doentes crônicos, para não propagar o vírus caso realmente esteja infectado.

Como ainda não existe vacina e o tratamento é sintomático, na grande maioria dos casos, o diagnóstico através do exame específico nesse estágio de circulação do vírus não mudará o tratamento.

Portanto, siga as orientações do seu médico e permaneça em casa.

2

Em que casos devo procurar unidades de pronto atendimento e urgência?

Se você se enquadrar nas opções de quadros descritos a seguir:

Casos suspeitos:

- . Se você retornou de viagem internacional de qualquer país nos últimos 14 dias e apresente febre e algum sintoma respiratório (*tosse, dificuldade para respirar, produção de escarro, congestão nasal ou conjuntiva, dificuldade para deglutir, dor de garganta, coriza e dispneia);
- Se você teve, nos últimos 14 dias, contato próximo com pessoas com caso suspeito ou com confirmação de coronavírus e apresentar febre ou algum sintoma respiratório (*).

Casos prováveis:

- Se você reside ou trabalha no domicílio de caso suspeito ou confirmado nos últimos 14 dias e apresente febre ou pelo menos algum sintoma respiratório (*) ou outro sintoma inespecífico como fadiga, mialgia/artralgia, dor de cabeça, calafrios, gânglios linfáticos aumentados, diarreia, náusea, vômito, desidratação e inapetência.

3

Tenho uma cirurgia eletiva programada ou tenho a intenção de fazer uma em breve. Como proceder?

De acordo com o Ministério da Saúde e o Governo do Estado do Rio de Janeiro, todos os procedimentos eletivos estão adiados, desde que não haja prejuízo à saúde das pessoas. Consulte seu médico para entender o seu caso, mas neste momento, os leitos cirúrgicos e hospitalares serão priorizados para os casos graves de coronavírus.

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

P

4

Por que o governo está recomendando não sair de casa?

Para evitar a propagação intensa do vírus, ou seja, o aumento muito rápido do número de casos, o que pode causar colapso nas redes de atendimento para os casos mais graves. Essas medidas foram tomadas de forma tardia na China e Itália, mas surtiram efeito. O quanto antes forem aplicadas aqui no Brasil, maiores as chances de reduzir os impactos do coronavírus. Portanto, uma das melhores formas de combater o coronavírus é evitar aglomerações e ambientes fechados. Cada um tem a responsabilidade individual para a proteção de toda sociedade.

5

Como posso me prevenir para não pegar o vírus?

- *Lave as mãos com frequência com água e sabão por cerca de 20 segundos. Caso não tenha onde fazê-lo, use álcool 70% em gel.*
- *Cubra o nariz e a boca ao tossir ou espirrar, de preferência usando lenço descartável. Na ausência de lenço, prefira usar a região interna do cotovelo para abafar a tosse/espirro do que as mãos.*
- *Evite tocar seu rosto, especialmente olhos, nariz e boca, sem ter higienizado as mãos, pois essa é uma das formas do vírus penetrar no organismo.*
- *Evite contato com pessoas que apresentem sintomas de infecções respiratórias, pois podem estar com covid-19 sem saber.*
- *Evite aglomerações ou ambientes fechados, pois a chance de haver pessoas infectadas aumenta muito e a transmissão do vírus é facilitada pela proximidade.*
- *Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, copos ou garrafas, pois eles podem estar contaminados com o vírus.*
- *Mantenha os ambientes bem ventilados, pois isso diminui o risco de transmissão.*