



Como lidar com o novo CORONAVÍRUS



O vírus
e a doença



Caso
adoeça



Sinais de
alerta



Cuidados
em casa





O vírus e a doença



Como é a doença causada pelo novo coronavírus atual (SARS-CoV-2)?

A doença causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) é conhecida como Covid-19. É leve na maioria das pessoas e os sintomas mais comuns são dor de garganta, dores no corpo, tosse, febre, perda do olfato e alterações no paladar. Alguns pacientes podem apresentar formas graves da doença associadas à pneumonia, causando falta de ar, redução da oxigenação e necessidade de hospitalização.



Como o vírus se espalha?

O vírus se espalha de pessoa para pessoa a partir de gotículas geradas pela tosse ou espirro de algum doente. O vírus pode ser transmitido também pelo contato indireto, ao tocar superfícies contaminadas - corrimões, maçanetas, bancadas - e levar a mão à boca, ao nariz ou aos olhos.

Preciso ficar em casa mesmo que não esteja doente?

Quanto maior o número de pessoas aglomeradas e quanto mais próximas elas estiverem, maiores as chances de propagação do vírus. Um número muito elevado de casos da doença, em um espaço de tempo muito curto, pode superar a capacidade dos hospitais de atender a esta demanda. Por isso, as políticas de isolamento social têm sido fundamentais para o controle da pandemia. Se possível, permaneça em casa, faça *home office*, evite qualquer tipo de aglomeração.



Prevenção



Higienize as mãos com água e sabão ou álcool gel.



Ao espirrar ou tossir, utilize lenço descartável ou o antebraço como barreira e higienize imediatamente as mãos.



Não toque as mucosas dos olhos, nariz e boca, assim como a face, sem que as mãos estejam higienizadas.



Limpe o ambiente e superfícies com água e sabão ou desinfetante.



Mantenha a distância mínima de 1,5m entre as pessoas.



Permaneça em casa e evite aglomerações.



Quando devo suspeitar que tenho a infecção pelo novo coronavírus?

Todos os sintomas respiratórios como febre, tosse, dores no corpo, dor de garganta, coriza e congestão nasal, além de perda do olfato e alterações no paladar são suspeitos para Covid-19, particularmente, se além dos sintomas, a pessoa tiver tido contato com alguém com suspeita ou diagnóstico de infecção pelo vírus nos últimos 14 dias.

O que devo fazer se desenvolver sintomas respiratórios?

Pessoas com sintomas leves, como febre, dor de garganta, coriza e tosse, podem se recuperar em casa. **Permaneça em casa e entre em contato com o seu médico.** Essa é a medida mais importante para impedir a transmissão da doença e evitar a sobrecarga dos serviços de saúde. **Os profissionais de saúde estão nos hospitais por você. Por favor, fique em casa por eles!**

Posso tomar algum medicamento para me sentir melhor?

Não existe um tratamento específico comprovado para o novo coronavírus. Mas, como acontece em resfriados ou gripes, a febre, o mal-estar e as dores no corpo melhoram com analgésicos simples. Os descongestionantes nasais também podem aliviar o entupimento do nariz. Tenha um pouco de paciência, pois os sintomas normalmente vão embora espontaneamente dentro de uma semana. Em caso de dúvidas, converse com seu médico!

Quando devo interromper o isolamento domiciliar?

Para Covid leve/moderada, minimamente você deve atender as 3 condições abaixo antes de sair de casa:

- Seus sintomas devem ter começado há pelo menos 10 dias;
- Estar sem febre há pelo menos 24h, sem uso de antitérmicos;
- Estar quase totalmente recuperado dos sintomas respiratórios. Isso quer dizer sem tosse, catarro ou congestão nasal.

Se você teve Covid grave com necessidade de internação hospitalar, consulte seu médico para melhor avaliação antes de interromper o isolamento domiciliar.

Quando devo procurar a emergência?

Alguns sinais podem indicar que sua recuperação não está acontecendo da forma esperada. Neste caso é indicado dirigir-se à emergência.

 **Se seus sintomas não melhoram ou se agravam;
Se você desenvolve falta de ar e dificuldade de respirar.**

Felizmente, isso acontece apenas com a minoria das pessoas. Se tiver dúvidas, entre em contato com seu médico antes de tomar qualquer decisão.





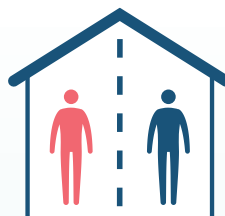
Cuidados em casa



Como prevenir infecção de outras pessoas enquanto estiver doente?



Em primeiro lugar, é fundamental permanecer em casa para evitar contaminação de outros lugares e infecção de outras pessoas (isolamento domiciliar).



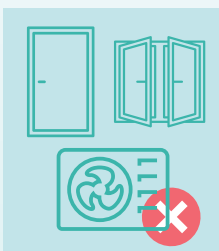
É recomendado que você tenha um quarto e banheiro para uso exclusivo, se possível.



As superfícies mais frequentemente tocadas, como maçaneta das portas, mesa de cabeceira, mesa da sala/cozinha, bancada da cozinha, entre outros, devem ser frequentemente higienizadas com solução alcoólica 70% ou hipoclorito 0,5%.



Você deve higienizar as mãos com frequência e, quando circulando em áreas comuns, deve utilizar máscara e ficar a uma distância mínima de 2 metros de outras pessoas.



A porta do quarto deve estar sempre fechada e a janela deve estar sempre aberta para manter o ambiente arejado. Assim, o uso de aparelhos de condicionamento de ar deve ser evitado.

Quando for necessário, a própria pessoa em isolamento deve trocar a roupa de cama e banho.



Lave roupas pessoais e de cama separadamente, com sabão comum. Caso possua máquina de lavar com secagem, utilize a maior temperatura recomendada para o tipo de roupa.



É recomendado ainda que esse quarto possua uma lixeira com tampa para descarte de lençóis.



Seus utensílios e talheres devem ser utilizados apenas por você.

Para este momento de pandemia, o Hospital Córdio Pulmonar possui um plano de contingência visando manter o cuidado aos pacientes com outras patologias - que continuam precisando de assistência médica - assim como assistir as pessoas com sintomas respiratórios.

O atendimento para pacientes com suspeita de Covid-19 é feito separadamente dos pacientes com outras necessidades de saúde, evitando, assim, a infecção cruzada.

Visite nosso site e conheça todas as medidas adotadas para manter os atendimentos com segurança para pacientes e nossos integrantes.

**Estamos aqui por você.
Fique em casa por nós.**



Av. Garibaldi, 2199, Ondina
Salvador - BA, CEP: 40.170-130

   hospitalcardiopulmonar
www.cardiopulmonar.com.br

Central de Atendimento
71 4020.2322 |  71 9 8311-2124

Responsável técnica: Dra. Magda Vasconcelos - CRM 8303