



NOTA INFORMATIVA COES MINAS COVID-19 Nº01/2020 – 27/03/2020

INFORMAÇÕES PARA USUÁRIOS, FAMILIARES E CUIDADORES DA REDE DE CUIDADOS À PESSOA COM DEFICIÊNCIA DE MINAS GERAIS

Observação inicial: A pandemia por COVID-19 é uma situação emergente e em rápida evolução, o Centro de Operações de Emergência em Saúde e o Centro Mineiro de Controle de Doenças e Pesquisa de Vigilância em Saúde (CMC) continuará fornecendo informações atualizadas à medida que estiverem disponíveis. As orientações podem mudar de acordo com novas condutas recomendadas pelo Ministério da Saúde, Órgãos Internacionais e avanços científicos.

CONTEXTUALIZAÇÃO

Diante da contaminação de um grande número de pessoas pelo novo coronavírus em diversos países, incluindo o Brasil, a Secretaria de Estado da Saúde de Minas Gerais esclarece alguns pontos importantes aos usuários dos serviços da Rede de Cuidados à Pessoa com Deficiência, buscando informar, orientar e conscientizar os usuários, seus familiares, cuidadores, amigos, vizinhos e demais pessoas de sua convivência.

1. O que é uma pandemia?

Quando uma doença se espalha por uma área geográfica extensa, atingindo muitos países ou até mesmo o mundo todo, há a classificação de pandemia. Isso significa que a doença não está mais restrita a uma determinada região ou população, pois registra-se contaminação de pessoas em diversas partes do planeta. A classificação de Pandemia é um sinal de alerta para o mundo, já que todos os países correm o risco de ter pessoas contaminadas, e indica que todas as populações devem adotar medidas de prevenção para evitar que a doença se espalhe cada vez mais.

2. O que é o coronavírus?

Os coronavírus são uma família de vírus que causam doenças que variam desde o resfriado comum até complicações respiratórias graves. O novo coronavírus foi primeiramente identificado na China em dezembro de 2019, com infecção de humanos. A doença (COVID-19) avançou rapidamente para os demais continentes, atingindo outros países e populações, transformando-se em uma pandemia. Em fevereiro de 2020, foi registrado o primeiro caso no Brasil.

3. Quais os sintomas da COVID-19?

Os sintomas mais comuns são tosse seca, febre, dor de garganta e fadiga, semelhantes a um resfriado comum. Outros sintomas que também podem estar presentes são: congestão nasal, dor de cabeça, diarreia e dificuldade para respirar. Estes sintomas podem aparecer isoladamente ou em conjunto.

A gravidade da doença ocorre quando há infecção das vias respiratórias inferiores, causando pneumonia e levando a dispneia (dificuldade para respirar), taquicardia (aumento dos batimentos cardíacos), dor no peito e fadiga (cansaço).

Atualmente, acredita-se que os sintomas do novo coronavírus podem aparecer em apenas 2 dias ou 14 após a exposição.



Diante de uma suspeita de infecção pelo novo coronavírus, siga as recomendações da Secretaria Municipal de Saúde de sua cidade.

4. Como ocorre o contágio?

As investigações sobre as formas de transmissão do novo coronavírus ainda estão em andamento, mas a transmissão do vírus de pessoa para pessoa está ocorrendo e de maneira muito rápida. Essa transmissão ocorre pelo ar ou por contato pessoal com secreções contaminadas. Qualquer pessoa que tenha contato próximo (cerca de 1m) com alguém com sintomas respiratórios está em risco de ser exposta à infecção.

A transmissão ocorre por: gotículas de saliva; espirro; tosse; catarro; contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão; contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos.

Até o momento não há informações suficientes de quantos dias anteriores ao início dos sinais e sintomas uma pessoa infectada passa a transmitir o vírus, o que reforça a necessidade de cuidado de toda a população.

5. Como prevenir?

A Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde recomendam:

- Manter o distanciamento social (não sair nas ruas a não ser para o estritamente necessário), principalmente pessoas do grupo de risco (idosos acima de 60 anos e pessoas com doenças crônicas);
- Reduzir o contato físico com outras pessoas. Evite apertos de mãos, abraços e beijos. Cumprimente à distância.
- Evitar aglomerações;
- Lavar as mãos com bastante frequência (água e sabão são eficazes para matar o vírus, o álcool em gel pode ser usado como medida complementar de higienização);
- Cobrir a boca e o nariz ao tossir e espirrar, de preferência com um lenço de papel, e lavar as mãos depois, para evitar que o vírus se propague;
- Evitar passar a mão nos olhos, nariz e boca — se você tocar uma superfície contaminada pelo vírus poderá transferi-lo para o seu corpo;
- Não ficar muito perto de pessoas tossindo, espirrando ou com febre. Idealmente, mantenha pelo menos 1 metro de distância;
- Manter os ambientes limpos e bem ventilados;
- Não compartilhar objetos pessoais, como talheres, toalhas, copos e pratos.
- Lavar corretamente as mãos:
 - O tempo ideal para a limpeza das mãos é de, no mínimo, 30 segundos;
 - Comece esfregando as palmas das mãos uma na outra, com fricção moderada;
 - Lave da mesma forma o dorso das mãos;
 - Cruze os dedos das duas mãos e faça movimento de zigue-zague com bastante sabão debaixo d'água;
 - Junte as pontas de todos os dedos de uma mão e limpe na palma da outra em movimentos circulares. Repita o processo invertendo as mãos;
 - Lave os polegares e os punhos;
 - Deixe a água escorrer no sentido do punho para a ponta dos dedos debaixo da torneira.

6. Por que precisamos nos preocupar?

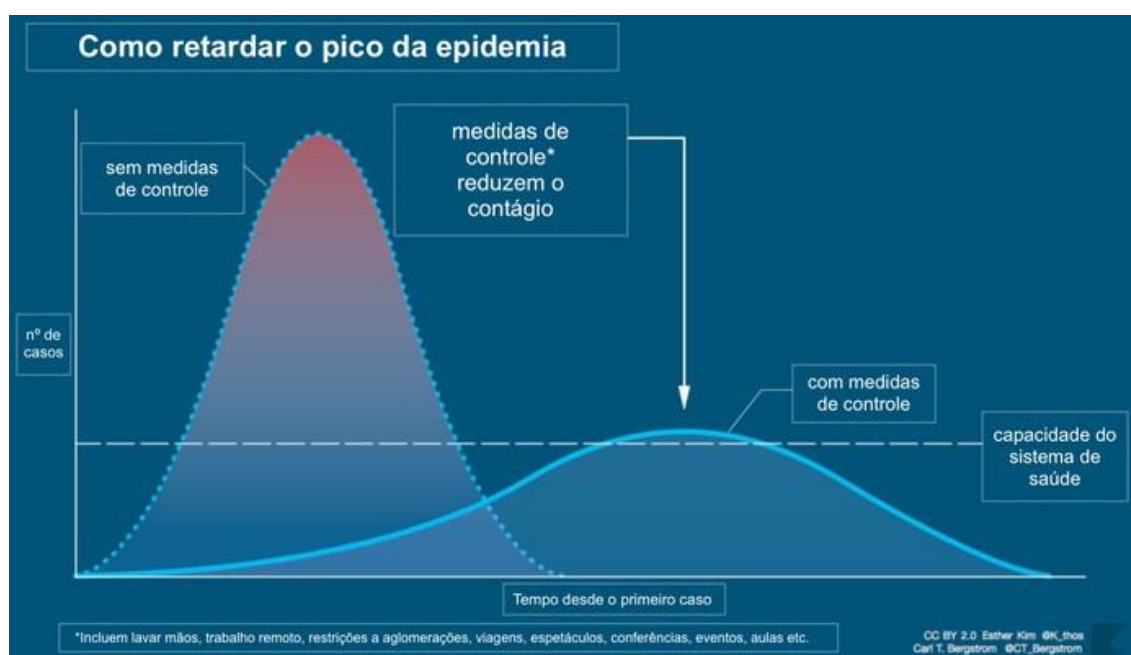


A COVID -19 é uma doença com alto grau de transmissibilidade e pode ser letal. É importante maior atenção às pessoas com deficiência as quais dependem muitas vezes de um contato mais próximo de terceiros.

Estima-se que a doença seja letal em aproximadamente 3,5% das pessoas contaminadas. Quando a doença se manifesta de forma mais grave, é necessária internação em hospitais de cuidados intensivos, demandando leitos de UTI e CTI. Se muitas pessoas contaminadas evoluírem para o grau mais grave da doença ao mesmo tempo, o sistema de saúde poderá entrar em colapso. É necessário então todos os esforços da população para o que os especialistas estão chamando de “achatar a curva”.

7. O que significa achatar a curva da Pandemia?

Em uma imagem de fácil compreensão, explicaremos o sentido da expressão mais importante para enfrentar a pandemia do novo coronavírus “ACHATAR A CURVA”.



Fonte: Gráfico elaborado pelo cientista Drew Harris e adaptado pelo biólogo Carl Bergstrom mostra como medidas de prevenção podem retardar o contágio da Covid-19 e evitar o colapso do sistema de saúde — Foto: Carl Bergstrom e Esther Kim/CC BY 2.0

O mais importante não é a gravidade da doença COVID-19 em si, mas a capacidade de cuidar de todos os infectados no momento necessário. Quanto mais as infecções são retardadas, quanto mais se "achata" a curva de contágio ao longo do tempo, menor a pressão sobre o sistema de saúde e maior é a probabilidade de que ele dê conta da epidemia quando estiver no pico.

Evitar a transmissão é essencial para “achatar a curva” e diminuir a pressão sobre o sistema de saúde, tanto nos postos de saúde, quanto nos serviços especializados e hospitais. Medidas drásticas para conter a propagação do novo coronavírus, como quarentenas, confinamento de milhões de pessoas, proibição de viagens, fechamento temporário de serviços e comércio, interrupção das aulas escolares, entre outras, são fundamentais para resultar em um melhor desfecho para a saúde da população.

8. Quantas pessoas foram contaminadas em Minas Gerais?

Os números referentes ao contágio pelo novo coronavírus em Minas Gerais aumentam muito a cada dia. Estes números são atualizados diariamente pela Secretaria Estadual de Saúde e podem ser acompanhados em www.saude.mg.gov.br/coronavirus.



INFORMAÇÕES SOBRE SERVIÇOS DE REABILITAÇÃO

9. Por que os serviços de reabilitação foram suspensos temporariamente ou parcialmente?

A Coordenação de Atenção à Saúde da Pessoa com Deficiência do Estado de Minas Gerais tem como principal prioridade zelar pela saúde e segurança das pessoas com deficiência, que fazem uso dos serviços de reabilitação da Rede de Cuidados da Pessoa com Deficiência (RCPD), bem como de seus familiares, e dos profissionais que atuam nos serviços.

Como medida de prevenção e contenção à propagação do novo coronavírus foi necessária a suspensão temporária dos atendimentos dos serviços considerados de atendimentos eletivos até que a situação se normalize. Os atendimentos eletivos são aqueles programados, marcados previamente, não sendo considerados de urgência e emergência.

Os serviços de saúde que compõe a RCPD do SUS-MG, prestam atendimento nas modalidades de reabilitação intelectual, auditiva, visual, física, ostomia e/ou em múltiplas deficiências e possuem caráter eletivo. Estes serviços foram suspensos temporariamente ou parcialmente em todo o estado para evitar ou reduzir ao máximo a exposição dos usuários ao novo coronavírus. Ressalta-se que esses serviços são locais de grande trânsito de pessoas, com diversas enfermidades e níveis de vulnerabilidade imunológica diferenciados.

10. Eu perderei minha vaga no serviço de reabilitação caso eu não compareça?

Você não perderá sua vaga. A continuidade de sua reabilitação está garantida assim que os serviços retornarem.

11. O que eu posso fazer neste período sem reabilitação?

O sucesso da reabilitação depende não apenas dos profissionais, mas também de esforços individuais e da família. Neste momento é importante focar no que pode ser feito em casa com auxílio de familiares e cuidadores. Faça os exercícios, atividades e tarefas propostas pela equipe de reabilitação ao longo das sessões de reabilitação realizadas até o momento.

Caso o seu serviço de reabilitação de referência estabeleça uma forma de contato por telefone, e-mail ou redes sociais neste período, não hesite em tirar suas dúvidas.

12. Há alguma recomendação especial para pessoa com deficiência?

É importante observar que ser uma pessoa com deficiência não significa por si só que ela apresente maior vulnerabilidade ao novo coronavírus. Entretanto, entre as pessoas com deficiência há as que têm maior vulnerabilidade e precisam da maior atenção para evitar o contágio: pessoas com restrições respiratórias; com condições autoimunes; pessoas acima de 60 anos; pessoas com doenças associadas como diabetes, hipertensão arterial, doenças do coração e pulmão; doenças neurológicas e pessoas em tratamento de câncer.

Para aquelas pessoas que possuem algum tipo de deficiência e que dependem de auxílio para comer, vestir-se e higienizar-se, o distanciamento social e o isolamento pessoal podem ser difíceis. Por isso, as medidas de higienização devem ser reforçadas.

Para as pessoas que utilizam órteses, próteses e meios auxiliares de locomoção, os cuidados de higienização destes dispositivos devem ser redobrados, conforme orientações recebidas pelo serviço de referência.



ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS

- **Deficiência auditiva**

Conforme orientações recebidas pelo serviço, redobre os cuidados com o aparelho auditivo para evitar necessidade de manutenção neste período.

Considere comprar uma quantidade maior de pilhas para evitar ter que sair de casa para comprar com maior frequência. É provável também que algumas lojas sejam fechadas neste período.

- **Deficiência visual**

O tato é um sentido muito explorado, por isso lave as mãos com frequência e principalmente após tocar em mapas táteis, corrimãos, maçanetas, entre outros.

É necessária a higienização das bengalas, com água e sabão ou álcool líquido a 70%, uma vez ao dia ou sempre após deslocamento externo;

A higienização de óculos e lentes também deve ser incorporada aos hábitos diários.

Ao receber ajuda, procure segurar no ombro evitando tocar nas mãos ou cotovelo de quem irá te guiar, uma vez que a recomendação é de que ao tossir ou espirrar, as pessoas o façam no meio do braço.

- **Deficiência intelectual e física**

As pessoas com deficiência intelectual (DI) e deficiência física podem precisar de um auxílio maior de seus familiares para que as barreiras de proteção sejam alcançadas. Orientamos que seja feita a limpeza com água e sabão ou álcool a 70% de objetos que toca com frequência, incluindo o aro de impulsão de cadeira de rodas, o joystick, as órteses e próteses e os meios de locomoção como bengalas, muletas e andadores. Para as pessoas com DI o cuidador ou familiar deverá orientá-lo quanto aos cuidados de higiene pessoal e lavagem correta das mãos. Caso ele necessite de auxílio para realizar qualquer dessas etapas o cuidador/familiar deverá auxiliá-lo. Indicamos que seja estabelecida uma rotina para estas pessoas dentro de casa e seguir as recomendações passadas pelos profissionais dos serviços da RCPD para a realização das atividades em casa.

- **Ostomia**

Recomendamos que o usuário estomizado que pertence ao grupo de risco (idosos, gestantes, imunodeprimidos, transplantados, pacientes com câncer e portadores de doenças respiratórias) deverá enviar ao serviço de referência um representante legal, que não esteja no grupo de risco e não esteja sintomático respiratório, para retirada das bolsas.

Deve-se buscar informações na secretaria municipal de saúde de seu município, para saber se o seu serviço de referência estará seguindo alguma escala especial de funcionamento neste período. Casos específicos que necessitem ser avaliados, podem ser agendados junto ao serviço.

Para evitar circulação e deslocamentos, você poderá solicitar junto ao serviço uma quantidade de bolsas para até 02 meses, o que será concedido apenas nos casos em que o serviço tenha estoque disponível.

OUTRAS FONTES DE INFORMAÇÕES SEGURAS

Infelizmente muitas informações falsas circulam em nosso meio, em especial nas redes sociais. Procure se informar pelos meios oficiais de comunicação do seu serviço de



reabilitação de referência, da secretaria municipal de saúde de seu município, da Secretaria Estadual de Saúde de Minas Gerais e do Ministério da saúde.

Seguem canais oficiais para seguir:

- **Websites:**

<https://www.saude.mg.gov.br/>

<https://saude.gov.br/>

<http://portal.anvisa.gov.br/>

- **Instagram:** @saudeMG; @minsaude

- **Facebook:** Secretaria de Saúde de Minas Gerais ou procure pelo @saudeMG;

Ministério da Saúde ou procure por @minsaude.

- **Twitter:** @minsaude; @saudeMG.

ATENÇÃO: *Estamos todos inseridos em um contexto de pandemia com o novo coronavírus. É importante mantermos a serenidade, tomarmos todas as medidas de prevenção, mantermos o isolamento social e estarmos bem informados para seguir os protocolos diante das atualizações das autoridades competentes.*

Atravessaremos esse momento com responsabilidade até que a rotina se restabeleça.