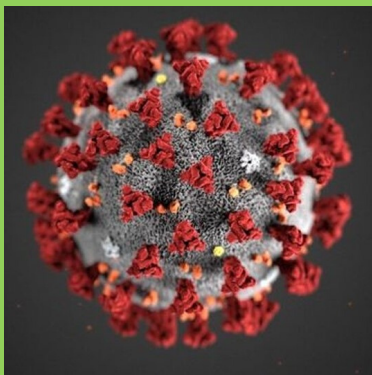


CORONAVÍRUS

UM GUIA PARA CUIDADORES



Google imagens

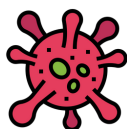


Acesse este e outros materiais educativos
pelo QR code

Para cuidadores...

Este é um guia prático desenvolvido, especialmente, para cuidadores de idosos ou de pessoas com limitações funcionais, para que saibam como se prevenir do contágio e transmissão do Covid-19, o novo Coronavírus.

O que é o Coronavírus?



Trata-se de um grupo de vírus, que apresenta uma aparência microscópica, semelhante a uma coroa. Em meados de 1965 foi descrito, pela primeira vez, com essa nomenclatura.

Diferentes tipos desse vírus causam sintomas respiratórios, como: resfriado, pneumonia, além de sintomas gastrointestinais de leve a grave intensidade.

O COVID-19 se destaca por sua grande capacidade de contágio, se espalhando rapidamente, além de não existir vacina ainda.

Por isso, é muito importante atenção para a forma de transmissão:



Tosse
Espirro
Objetos compartilhados
Aperto de mão
Contato feco-oral



Use equipamentos de proteção e lave bem as mãos ao ajudar no banho e troca de fraldas.

Descarte o material de forma segura e depois retire o seu material de proteção.

Encontre mais informações, acessando o link:

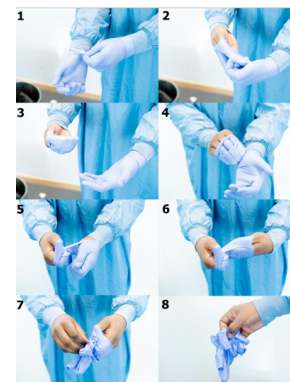
<https://coronavirus.saude.gov.br/>

ou ligue: **136**

Você sabe o que é EPI?

Os Equipamentos de Proteção Individual (EPI's) devem ser utilizados para a sua própria segurança e, também, para evitar a transmissão do vírus a quem você cuida. Esses equipamentos podem ser: luvas descartáveis e máscaras faciais. Além disso, é importante a higienização antes e após cada procedimento: lavar as mãos com água e sabão (durante 40 a 60 segundos) ou, quando isso não for possível, utilizar álcool em gel 70% (fricção as mãos por 20 a 30 segundos).

Luvas: Há vários tipos de luvas, as mais utilizadas por cuidadores são as de procedimento, que devem ser colocadas sempre que houver risco de exposição a sangue, secreções ou fluidos corporais. As luvas devem ser os últimos EPI's a serem colocados e os primeiros retirados. Retire de forma segura, (como mostra a figura ao lado), e descarte, imediatamente, após a retirada. Em seguida, higienize as mãos.



European Centre for Disease Prevention and Control

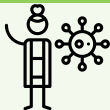
Máscaras: Para colocá-la, ajuste o clipe nasal (você vai notar um cadarço por dentro da máscara que deve ser ajustado no nariz). As tiras devem ser apertadas, de forma confortável, garantindo firmeza. Se preferir, para um ajuste mais adequado, posicione-as transversalmente. Para retirar a máscara, higienize as mãos e, em seguida, retire-a com cuidado, descarte-a adequadamente no lixo e, higienize as mãos novamente. É importante evitar tocar na máscara durante sua remoção, portanto, para removê-la, toque apenas nas tiras, conforme mostra a figura abaixo.



European Centre for Disease Prevention and Control

Cuidador, ajude no Combate à COVID-19!

Como já lemos um pouco, o vírus se transmite por meio do contato com a pessoa que já foi infectada ou pelo contato com alguma superfície que o vírus possa ter entrado em contato. **Para o cuidador buscar minimizar o risco de infecção, siga algumas recomendações, como:**



Se o paciente apresentar sintomas da Covid-19, siga as seguintes medidas:



Se o seu paciente se tratar do seu cônjuge, durma em cama separada.

A maioria das pessoas que tem contato com o vírus não apresenta sintomas, mas pode transmitir a doença. Se houver sintomas, poderá se tratar em casa, como em outros quadros virais. Dúvidas comunique o médico responsável.

Caso apresente febre persistente e superior a 38°, cansaço, falta de ar ao realizar esforços em atividades cotidianas, queda no estado geral, procure o hospital e comunique o médico responsável.

Utilize banheiros diferentes.

O banheiro deve ser limpo e desinfetado.

Utilize desinfetantes e álcool 70%.



Não permita que o paciente cuide de animais de estimação. Não há evidências de que os animais possam se contaminar ou transmitir o vírus.



Mesmo se o paciente não apresentar sintomas, reforce a limpeza e hábitos de higiene!



Não compartilhe toalhas, colheres, garfos ou copos!



Higienize e faça a desinfecção com álcool 70% de aparelhos ou objetos que auxiliem o monitoramento da pessoa acometida, como termômetros, estetoscópios e outros.



Cuidador, ajude no Combate à COVID-19!



Limpe e desinfete objetos e superfícies, maçanetas, sofás, mesas, encostos de cadeiras, puxadores e celulares.



Lave roupas, lençóis e toalhas com mais frequência.



Abra janelas! Mantenha os ambientes ventilados!



Caso você cuidador apresente sintomas, não vá trabalhar!

Fique atento a todas as medidas de higiene e cuide-se!



Referências

Brasil: Ministério da Saúde, 2020. MINUTO SAÚDE - PREVENÇÃO CORONAVÍRUS. 1 vídeo (1:23 min.). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=aQCnF1yY7Uc>. Acesso em: 25 mar. 2020.

European Centre for Disease Prevention and Control. Guidance for wearing and removing personal protective equipment in healthcare settings for the care of patients with suspected or confirmed COVID-19. February 2020. Disponível em: https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/COVID-19_guidance-wearing-and-removing-personal-protective-equipment-healthcare-settings-updated.pdf. Acesso em 26/03/2020

Fundação de voluntários de salvamento e resgate da Bolívia (G.E.O.S). Konecranes. Protocolo contra o coronavírus. Acesso em: <http://www.chesf.gov.br/Comunicacao/Documents/Protocolos/Protocolos%20de%20entrada%20em%20casa.pdf>. Acessado em: 25 de Março de 2020.

Brasil: Ministério da Saúde. O que é coronavírus?. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/o-ministro/746-saude-de-a-a-z/46490-novo-coronavirus-o-que-e-causas-sintomas-tratamento-e-prevencao-3>. Acesso em 27/03/2020.

World Health Organization. Novel coronavirus (2019-nCoV). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=mOV1aBVKGA&feature=youtu.be>. Acesso em 27/03/2020.

CUIDAR DE VOCÊ. ESSA É A NOSSA META.

Coordenação: Prof. Leonardo Petrus Paz

Alunos:

André Lucas Fidelis Barros
Andressa de Araújo Gonçalves

Ellen Cristina Ferreira
Fernanda da Costa Braga

Larissa Barros Freire

Matheus Cícero Marques dos Santos

Michele Alves da Silva

Taise Côrte de Souza Boleli

Taynara Araújo Lima



Curso de Fisioterapia - FCE/UnB

Programa de Pós-graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde