

COVID-19

CORONAVÍRUS

PROTOCOLO DE ORIENTAÇÕES E MANEJO CLÍNICO NO PORTO DE PORTO VELHO



Governo do Estado de
RONDÔNIA

@portodeportovelho

O QUE É CORONAVÍRUS?

Coronavírus (CID10) é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China. Provoca a doença chamada COVID-19. Como nunca tivemos contato com o vírus antes, não temos imunidade. Ela causa uma infecção pulmonar. Nos casos mais leves, porém, parece um resfriado comum ou uma gripe leve.

Os primeiros coronavírus humanos foram isolados pela primeira vez em 1937. No entanto, foi em 1965 que o vírus foi descrito como coronavírus, em decorrência do perfil na microscopia, parecendo uma coroa.

A maioria das pessoas se infecta com os coronavírus comuns ao longo da vida, sendo as crianças pequenas mais propensas a se infectarem com o tipo mais comum do vírus. Os coronavírus mais comuns que infectam humanos são o alpha coronavírus 229E e NL63 e beta coronavírus OC43, HKU1.

PERÍODO DE INCUBAÇÃO DO CORONAVÍRUS

Período de incubação é o tempo que leva para os primeiros sintomas aparecerem desde a infecção por coronavírus, que pode ser de 2 a 14 dias.

COMPARATIVO ENTRE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS

Sintomas	Coronavírus Os sintomas vão de leves a severos	Resfriado Início gradual dos sintomas	Gripe Início repentino dos sintomas	Tuberculose pulmonar
 Início dos sintomas	Agado	Agado	Agado	Insidioso
 Febre	Comum	Raro	Comum	Comum (febre baixa e no final do dia (vespertina))
 Cansaço	Às vezes	Às vezes	Comum	Comum
 Tosse	Comum (geralmente seca)	Às vezes (geralmente leve)	Comum (geralmente seca)	Tosse persistente por mais de 2 a 3 semanas (seca ou com expectoração)
 Espirros	Raro	Comum	Raro	Ausente
 Dores no corpo e mal-estar	Às vezes	Comum	Comum	Pode ter dor torácica
 Coriza ou nariz entupido	Raro	Comum	Às vezes	Ausente
 Dor de garganta	Às vezes	Comum	Às vezes	Ausente
 Diarreia	Raro	Raro	Às vezes, em crianças	Ausente
 Dor de cabeça	Às vezes	Raro	Comum	Ausente
 Falta de ar	Às vezes (pode ser grave)	Raro	Raro	Depende da gravidade do acometimento pulmonar
 Emagrecimento	Ausente	Ausente	Ausente	Comum
 Sudorese noturna	Ausente	Ausente	Ausente	Comum

COMO O CORONAVÍRUS É TRANSMITIDO?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo por meio de:

- O toque do aperto de mão é a principal forma de contágio
- Gotículas de saliva
- Espirro
- Tosse
- Catarro
- Objetos ou superfícies contaminadas como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos e teclados de computador etc.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

Os sintomas mais comuns são:

- Febre E
- Tosse OU
- Dificuldade para respirar
- Entre outros sintomas gripais

Se aparecerem os sintomas ligue para o Disque Corona do seu município imediatamente!

DISQUE CORONA

Sentiu algum sintoma? Ou tem alguma dúvida? Ligue no Disque Coronavírus

Porto Velho
3901-2835 | 0800-647-1010

Governo de Rondônia
3901-8501 | 0800-642-5398

QUEM CORRE MAIS RISCO?

Pessoas acima dos 60 anos e aquelas com doenças crônicas, como diabetes e doenças cardiovasculares. Esse público não deve viajar nem frequentar cinemas, shopping, shows e outros locais com aglomerações.

A orientação é FICAR EM CASA.

Caso utilize medicamento de uso contínuo, entre em contato com seu médico ou peça para algum familiar ir até o posto de saúde para buscar uma receita com validade ampliada, principalmente no período de outono e inverno. Isso reduz o trânsito desnecessário nos postos de saúde e farmácias.

COMO SE PROTEGER?

- Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão ou então higienize com álcool em gel 70%.
- Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.

- Mantenha uma distância mínima cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote uma onda amigável sem contato físico, mas sempre com sorriso no rosto.
- Higienize com frequência o celular e brinquedos das crianças.
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Evite aglomerações e mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.
- Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente, idosos e doentes crônicos e fique em casa até melhorar.
- Durma bem, tenha uma alimentação saudável e faça atividade física.

O RESULTADO DEU POSITIVO, E AGORA?

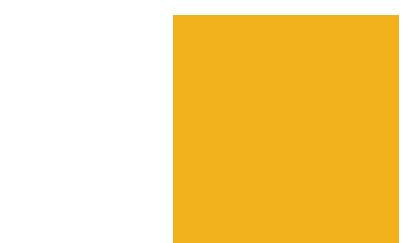
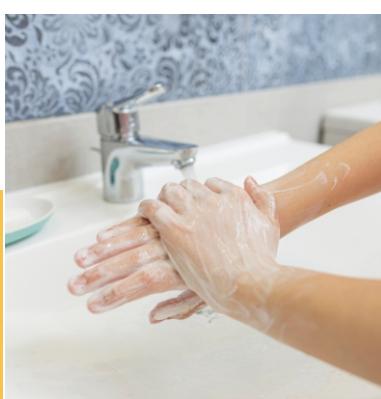
- Notificar formalmente o SUS através do gabinete do Porto de Porto Velho que irá informar a SESAU e a AGEVISA;
- O servidor deverá ser afastado por 14 dias;
- Mapear as pessoas com quem este servidor teve contato, para que eles também façam o exame;
- Se uma pessoa da casa testar positivo para coronavírus, todos os moradores ficam em isolamento por 14 dias também.
- Mantenha distância mínima de 1 metro entre o paciente e os demais moradores;
- No quarto do paciente, mantenha a circulação do ar com janelas abertas, porta fechada durante todo o isolamento e limpe frequentemente a maçaneta com água sanitária ou álcool 70%;
- Itens utilizados pelo paciente contaminado precisam ser separados: lixo, toalhas de banho, talheres, copos e demais objetos usados;
- Sofá e cadeiras não podem ser compartilhados;
- Móveis da casa precisam ser limpos frequentemente com água sanitária ou álcool 70%;
- Utilize máscara o tempo todo;
- Higienize as mãos frequentemente.

DICAS PARA MANTER A SAÚDE MENTAL

Para manter o equilíbrio, seguem algumas sugestões simples que podem ajudar você a manter a mente equilibrada e o seu bem-estar durante esse período.

Estabeleça uma rotina;

- Evite o excesso de informações;
- Use a tecnologia para manter contato com amigos e família;
- Faça atividades físicas em casa;
- Separe momentos para ouvir música, meditar, ler, assistir filmes/séries;
- Cuide do seu pet ou plantas.



Governo do Estado de
RONDÔNIA

