

FEBRACT

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE
COMUNIDADES TERAPÊUTICAS

**CUIDADOS BÁSICOS COM RELAÇÃO
À PANDEMIA DE CORONAVÍRUS
(COVID-19)**

**CARTILHA DE ORIENTAÇÃO PARA
COMUNIDADES TERAPÊUTICAS**

**Março
2020**

FEBRACT

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE
COMUNIDADES TERAPÊUTICAS

INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE O CORONAVÍRUS E INFORMAÇÕES ESPECÍFICAS PARA AS COMUNIDADES TERAPÊUTICAS

Elaboração, distribuição e informações:

FEBRACT

**Federação Brasileira de
Comunidades Terapêuticas**

CNPJ 71.753.263/0001-10

Rua Mogi Guaçu, 1182, Alto da Barra CEP 13090-605 | Campinas, SP

Fone: (19) 3255-7950 - (19) 3259-1467 - (19) 99841-2815

Homepage: www.febract.org.br

Email: contato@febract.org.br

Equipe FEBRACT

Presidente

Luis Roberto Chaim Sdoia

Procurador Geral

Ricardo Valente de Souza

Gestor Geral

Pablo Kurlander

Coordenador de Operações

Kátia Isicawa de Souza Barreto

ÍNDICE

O QUE É O CORONAVÍRUS?	04
FORMAS DE TRANSMISSÃO	04
QUAIS OS SINTOMAS?	05
OUTROS POSSÍVEIS SINTOMAS	06
O QUE FAZER PARA EVITAR O CONTÁGIO?	07
QUANDO PROCURAR O SERVIÇO DE SAÚDE?	07
PROTOCOLOS DE SEGURANÇA	08
CUIDADOS PESSOAIS E COLETIVOS	09
LAVAGEM DAS MÃOS	09
1.CHEGADA NA CT (TRIAGEM e INGRESSO)	12
2.CONVIVÊNCIA ENTRE OS ACOLHIDOS E ATIVIDADES DIÁRIAS	13
3.SAÍDAS DAS COMUNIDADES TERAPÊUTICAS	14
4.VISITAS FAMILIARES E OUTROS	14
5.CUIDADOS DA EQUIPE	15
6.O QUE FAZER EM CASO DE ACOLHIDO APRESENTAR SINTOMAS E CASOS POSITIVOS NA CT	16



INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE O CORONAVÍRUS

O QUE É O CORONAVÍRUS?

Coronavírus é uma família de vírus que causa infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China. Provoca a doença chamada de coronavírus (COVID-19).

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.

FORMAS DE TRANSMISSÃO:

Formas de transmissão

PELO AR



Gotículas de saliva com o vírus saem no espirro, na tosse, no catarro, e na fala. As gotículas com o vírus entram em contato com mucosas, como boca, olhos e nariz, e ocorre a infecção.



Beijo
troca direta de saliva com o vírus

POR CONTATO



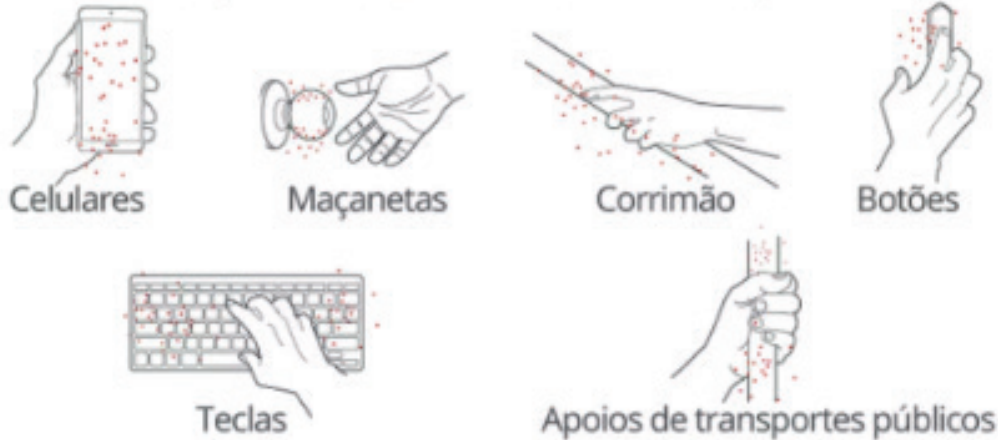
Aperto de mão
vírus na pele entra em contato com olho, nariz e boca



Abraço
gotículas da fala entram em contato com mucosas

SUPERFÍCIES NÃO HIGIENIZADAS

vírus depositado por gotículas passa para a mão; toque nos olhos, nariz e boca causam infecção



QUAIS OS SINTOMAS?

Tosse seca, febre e cansaço são os principais sintomas, mas alguns pacientes podem sentir dores no corpo, congestionamento nasal, inflamação na garganta ou diarreia.

Nos casos mais graves, que geralmente ocorrem em pessoas que já apresentam outras doenças associadas, há síndrome respiratória aguda e insuficiência renal (agravamento do quadro respiratório e prejuízo do bom funcionamento dos rins, colocando a necessidade de cuidados hospitalares complexos).

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade para respirar

Sintomas

Os sintomas do coronavírus são bastante variados

OS MAIS COMUNS



Tosse (seca ou com secreção)



Febre (acima de 37°)

OS MAIS GRAVES



Dificuldade respiratória aguda



Insuficiência renal

OUTROS POSSÍVEIS SINTOMAS:



Fontes: Rosana Richtmann e Wladimir Queiroz do Instituto Emílio Ribas, OMS e Ministério da Saúde

O QUE FAZER PARA EVITAR O CONTÁGIO?

- Higienizar as mãos e superfícies, como móveis e corrimão, são as principais formas de se prevenir contra o novo coronavírus.
- Mesmo com as mãos limpas, evitar tocar olhos, nariz e boca. Além disso, é preciso limpar regularmente o ambiente e mantê-lo ventilado.
- O uso de máscaras é mais recomendado para quem estiver em contato com alguém com sintoma gripal ou para quem for viajar para áreas de risco de contaminação. Vale lembrar que as máscaras descartáveis devem ser trocadas a cada duas horas.
- O Ministério da Saúde alerta também para que não seja feito o compartilhamento de itens pessoais, como talheres e toalhas.
- Também é recomendável manter-se a uma distância mínima de um metro de pessoas que estejam espirrando ou tossindo.
- As mãos devem ser lavadas com água e sabão, ou higienizadas com álcool 70%. A recomendação é que a higiene seja completa, inclua a parte inferior da ponta das unhas e alcance também a região do pulso.

QUANDO PROCURAR O SERVIÇO DE SAÚDE?

Segundo o Ministério da Saúde, os casos suspeitos leves podem não necessitar de hospitalização e devem ser acompanhados pela atenção primária de saúde com medidas de precaução domiciliar.

QUANDO PROCURAR O SERVIÇO DE SAÚDE?

Em 80% dos casos, os sintomas de coronavírus são leves, semelhantes a uma gripe. Nestes casos, o essencial, segundo a Organização Mundial da Saúde, é evitar sair de casa. O Ministério da Saúde recomenda ficar em repouso e tomar bastante água.

Se precisar sair, deve-se evitar circular em lugares fechados, com muitas pessoas e com pouca ventilação.

É preciso entender que ir ao trabalho ou à escola com sintomas de gripe implica expor potencialmente outras pessoas à doença.

Internação hospitalar está indicada em casos com quadro respiratório grave, pacientes com doenças cardíacas, doenças pulmonares, diabetes, pessoas com baixa imunidade, neoplasias e grupos de maior risco (crianças menores de 2 anos de idade, gestantes, adultos com 60 anos ou mais), com possibilidade de potencial agravamento

PROTOSCOLOS DE SEGURANÇA



Lave as mãos com frequência, 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.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

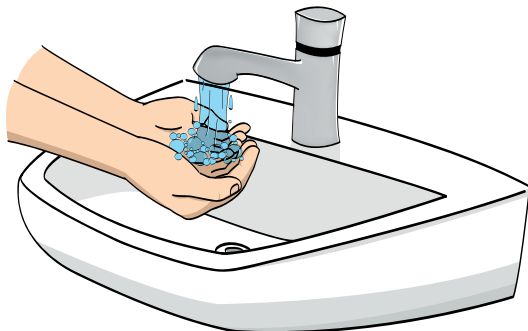
CUIDADOS PESSOAIS E COLETIVOS

Praticar o isolamento social e evitar o contato com outras pessoas é o meio mais eficiente de impedir o contágio.

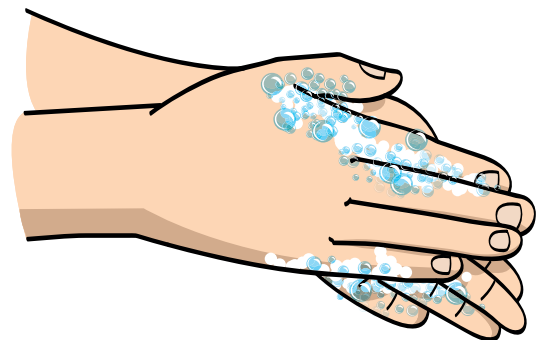
Por essa razão, o Ministério da Saúde pede que as pessoas fiquem em suas casas, em segurança e tomem as medidas de higiene e de fortalecimento da imunidade para evitar que a pandemia se alastre e se torne incontrolável.

LAVAGEM DAS MÃOS

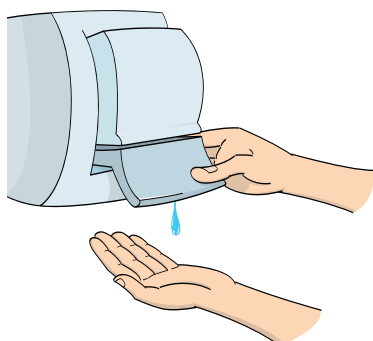
- 1 *Abrir a torneira e molhar as mãos, evitando encostar-se à pia.*



- 3 *Ensaboar as palmas das mãos, friccionando-as entre si.*



- 2 *Aplicar na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir toda a superfície das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).*



- 4 *Esfregar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa.*



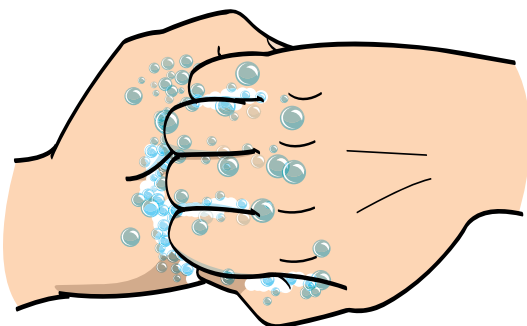
5 Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.



8 Friccionar as polpas digitais e as unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha, fazendo movimento circular, e vice-versa.



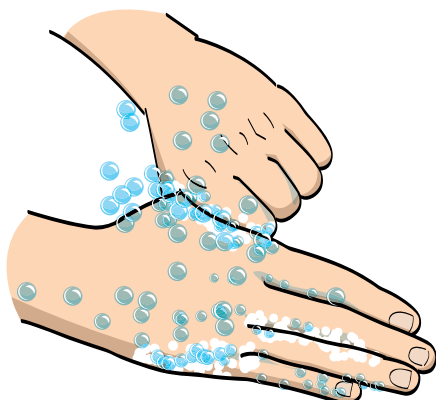
6 Esfregar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem, e vice-versa.



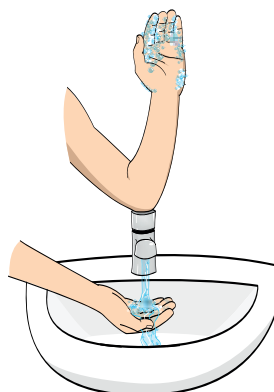
9 Esfregar o punho esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, realizando movimento circular, e vice-versa.



7 Esfregar o polegar direito com o auxílio da palma da mão esquerda, realizando movimento circular, e vice-versa.

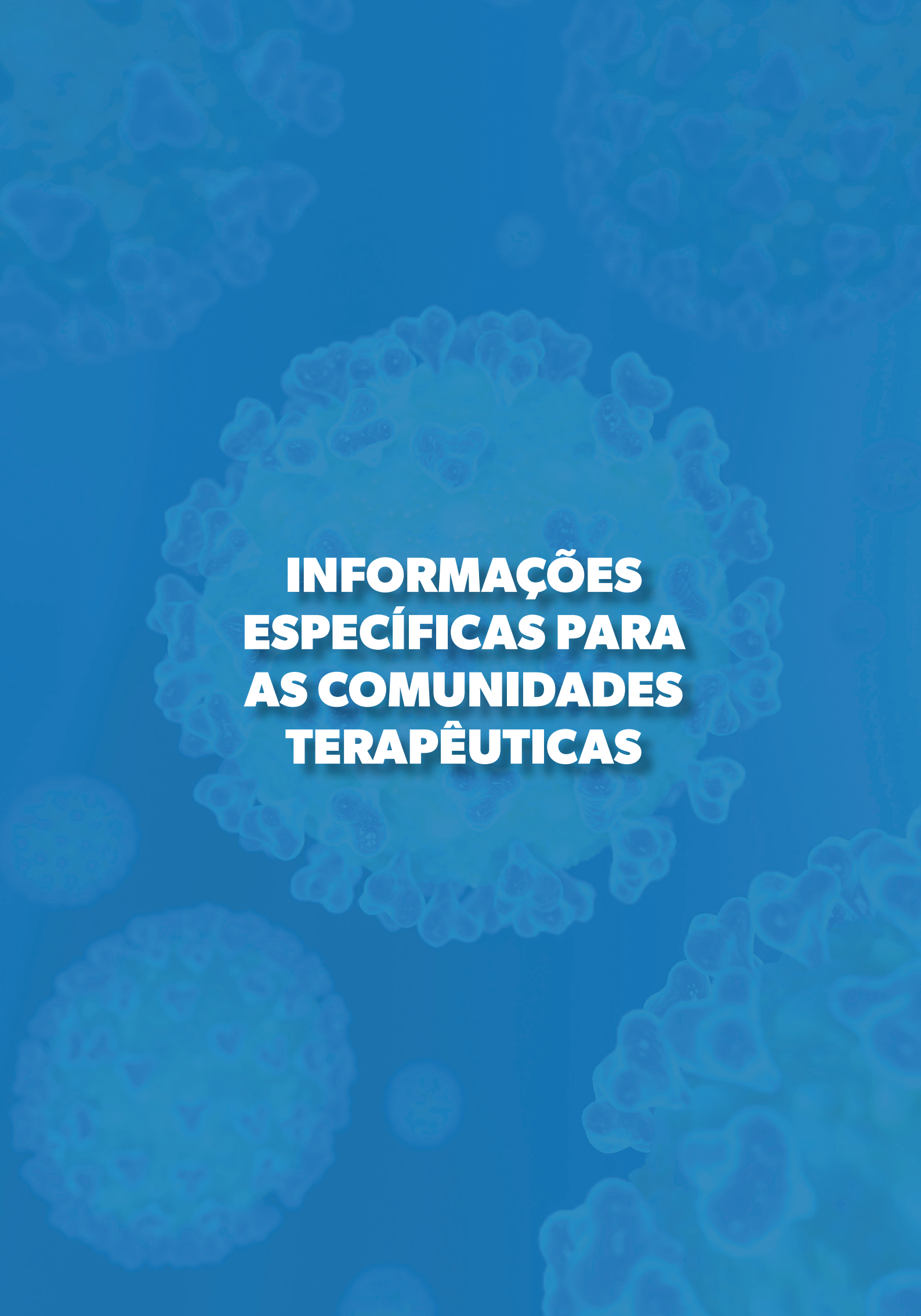


10 Enxaguar as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evitar contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11 Secar as mãos com papel toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos. No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilizar papel toalha.





**INFORMAÇÕES
ESPECÍFICAS PARA
AS COMUNIDADES
TERAPÊUTICAS**

1. CHEGADA NA CT (TRIAGEM e INGRESSO)

Em alguns estados já existe a indicação de não realizar mais acolhimentos, o que consideramos ser a ação mais oportuna e adequada.

Porém considerando a necessidade da população atendida, caso não haja uma indicação destas em seu estado, e a CT for continuar realizando acolhimentos, seguem as orientações pertinentes.

Para as CTs que recebem pessoas oriundas da Rede Pública ou Privada de Saúde, considerando que todos esses equipamentos já se encontram orientados e mobilizados para evitar o coronavírus, é pouco provável que os candidatos cheguem na CT se forem casos suspeitos ou confirmados.

Entretanto, no momento da triagem, a equipe deve receber o candidato em local ventilado, higienizado, evitar o contato físico e manter suas mãos sempre esterilizadas.

Além disso, devem-se incluir no momento da triagem perguntas como:

- Você, ou algum familiar ou pessoa de convívio, apresenta ou apresentou nas últimas semanas, tosse, febre, e/ou dificuldade para respirar?
- Você esteve em contato com alguma pessoa infectada pelo coronavírus nas últimas duas semanas?
- Você ou alguém que você conhece esteve em alguma área em que foram notados casos de coronavírus?

Essas perguntas de sondagem não impedem o acolhimento em caso afirmativo, mas requerem atenção e acompanhamento da equipe técnica.

Porém, se o candidato apresentar mais de um desses sintomas (tosse, febre, dificuldade para respirar), faz-se necessário encaminhá-lo imediatamente para a unidade de saúde mais próxima (Posto de Saúde, UBS, etc.).

Se a CT tiver a possibilidade de disponibilizar quarto exclusivo para acolhimento de recém chegados, pelo menos nos primeiros 15 dias, é uma alternativa para acompanhamento das possíveis evoluções dos sinais e sintomas.

2. CONVIVÊNCIA ENTRE OS ACOLHIDOS E ATIVIDADES DIÁRIAS

As atividades da CT podem ser mantidas, tomando alguns cuidados específicos, como os sugeridos abaixo:

- Colocar saboneteiras com sabão líquido e papel toalha em todos os banheiros.
- Reforçar a lavagem das mãos, principalmente:
 - depois de espirrar ou tossir;
 - antes e durante o preparo de alimentos;
 - antes de fazer as refeições;
 - depois de usar o banheiro;
 - depois de manusear lixo;
 - depois de ter contato com animais;
 - depois de atividades esportivas;
 - depois de qualquer contato com outra pessoa.
- Seguir as recomendações do Ministério da Saúde para lavagem das mãos.
- Aumentar a frequência da lavagem dos banheiros, utilizando sempre desinfetantes, como hipoclorito de sódio, diretamente sobre os sanitários e pia.
- Garantir a lavagem adequada de utensílios de uso individual, como copos, talheres, pratos, etc.
- Não compartilhar cigarros, chimarrão, tereré, e demais objetos de uso pessoal.
- Evitar material impresso em locais comuns, como: livros, revistas, etc.
- Evitar jogos com compartilhamento de materiais, como baralho, jogos de mesa, etc.
- Evitar realização de grupos numerosos, focar em atividades com, no máximo, 10 pessoas.
- Os atendimentos e outras atividades devem ser sempre realizados em locais arejados, garantindo o sigilo, no caso dos atendimentos psicológicos.
- Desenvolver atividades de psicoeducação sobre o coronavírus com os acolhidos, visando a multiplicação das ações preventivas dentro e fora do ambiente da CT.
- Realizar atendimento psicológico focal para acolhidos que apresentem ansiedade, medo e outros sintomas decorrentes da circulação de informações sobre a pandemia.

3.SAÍDAS DAS COMUNIDADES TERAPÊUTICAS

Embora as saídas da CT sejam atividades extremamente importantes, considerando a impossibilidade atual de realizar ações específicas de reinserção social neste período, sugere-se evitar completamente as saídas dos acolhidos, exceto em casos excepcionais e de extrema necessidade.

No caso de saídas, é preciso instruir o acolhido sobre as precauções a serem tomadas (descritas neste documento) durante o período e, nesses casos, ao recebê-lo de volta a equipe deve fazer as mesmas perguntas que constam na seção da triagem desta cartilha.

No caso de acolhidos que se encontrem em fase avançada, aptos para retornar para suas casas, se recomenda-se que se proceda a realizar a alta terapêutica, podendo continuar realizando monitoramento por telefone ou redes sociais, com ele e com seus familiares.

4.VISITAS FAMILIARES E OUTROS

As visitas dos familiares, ou das pessoas que compõem a rede de apoio dos acolhidos são importantes instrumentos terapêuticos durante o acolhimento. Portanto a interrupção das mesmas pode trazer alguns prejuízos imediatos, embora possa ser uma ação a ser tomada, principalmente de acordo com as diretrizes do Ministério da Saúde ou dos organismos Estaduais competentes.

No caso de manter as visitas, algumas medidas são sugeridas:

- Evitar visitas no mesmo dia para todos os acolhidos para evitar aglomerações.
- Procurar agendamento de visitas individuais e reservar local específico para isto, que deverá ser higienizado após o uso.

- Reduzir o número de visitantes por acolhido.

- Avaliação sintomática dos familiares que venham a realizar as visitas, não permitindo o ingresso de casos suspeitos. Podem ser feitas aos familiares as mesmas perguntas constantes na seção de triagem.
- Cancelar eventos comunitários, como Graduações e outras comemorações.
- Facilitar o uso de comunicação por meio de telefone, redes sociais e vídeo chamadas, para evitar contato direto.
- No caso de uso de celulares, deverão ser desinfetados os celulares compartilhados após o uso, podendo sugerir que as famílias enviem celulares para os acolhidos, para facilitar o contato e evitar o compartilhamento de aparelhos.
- No caso de videoconferências, o uso dos computadores deverá ser somente pela equipe.
- O atendimento a familiares deverá ser feito preferencialmente por telefone.

5. CUIDADOS DA EQUIPE

Deve-se considerar que os funcionários são possíveis transmissores do coronavírus, por estarem em maior contato com o ambiente exterior.

Se qualquer membro da equipe apresentar algum sintoma, deve-se avaliar imediatamente a possibilidade de suspensão das atividades até avaliação médica.

Seguem algumas recomendações:

- Seguir rigorosamente o protocolo de lavagem de mãos descrito anteriormente.
- Ao realizar atendimento individual, manter distância de pelo menos 1,5m.
- Suspender as atividades de membros da equipe maiores de 60 anos.
- Suspender atividades com voluntários e outras pessoas que não façam parte da equipe cotidiana da CT.

- Suspende atividades com estagiários de universidades.
- Avaliar a possibilidade de realizar home office para equipe administrativa, por exemplo.
- Avaliar a possibilidade de dispensar os membros da equipe com filhos que tenham suas aulas suspensas.

6.0 QUE FAZER EM CASO DO ACOLHIDO APRESENTAR SINTOMAS E EM CASOS POSITIVOS NA CT

Independentemente da gravidade do quadro do acolhido sintomático, todos os casos suspeitos devem ser notificados e avaliados juntamente com a rede de saúde local (UBS, UPA, etc.) e devem ser seguidas rigorosamente todas as orientações dos agentes de saúde.

No caso de confirmação de novo caso dentro da CT, verificar com a rede de saúde local a possibilidade de testagem de todos os acolhidos e equipe e notificar os visitantes que tenham frequentado a CT no período.

QUALQUER DÚVIDA, ENTRE EM CONTATO COM O

DISQUE SAÚDE

136

Ouvidoria Geral do SUS.
www.saude.gov.br