



COVID-19:
Sinais, Sintomas e Transmissão

APRESENTAÇÃO

Esse material trata-se de um resumo do GUIA DE MEDIDAS PREVENTIVAS À COVID-19 PARA AS INDÚSTRIAS desenvolvido pelo SESI-SP e que poderá ser visualizado na integralidade na Plataforma EAD do SESI-SP. Dessa forma, a intenção é através de forma ilustrativa acessibilizar a informação de forma rápida, ressaltando tratar-se de material de caráter complementar do Guia.



MEDIDAS
preventivas



Redução do
contato social



Reforço à prevenção individual de
higienização frequente das mãos, da
desinfecção de objetos e superfícies tocados
com frequência (celulares, brinquedos,
maçanetas, corrimão) e etiqueta respiratória
(cobrir a boca com o antebraço ou lenço
descartável ao tossir e espirrar)



Isolamento domiciliar de pessoas com sintomas
de gripe comum e familiares (pessoas que
moram na mesma casa) por 14 dias



Estratégia especial para pessoas com mais de
60 anos de idade, que devem observar o
distanciamento social, restringindo seus
deslocamentos para realização de atividades
estritamente necessárias e evitando
aglomerações



IDENTIFICAÇÃO E DEFINIÇÃO DE
caso suspeito



Presença de quadro clínico típico da gripe, que pode variar seus sintomas desde uma apresentação leve e assintomática.



Os sintomas da síndrome gripal incluem: febre (>37,8 graus), tosse, dispneia (dificuldade para respirar), mialgia (dor muscular), sintomas respiratórios superiores (garganta irritada ou inflamada ou desconforto no nariz, corrimento nasal, tosse), fadiga e mais raramente, sintomas gastrintestinais (falta de apetite, diarreia, náusea).



O gestor de saúde das empresas deve avaliar a necessidade de incluir entre os suspeitos, os trabalhadores que tiveram contato próximo e prolongado com a pessoa com sintomas de gripe.

Situações que caracterizam contato próximo com pessoas com sintomas gripais



Estar até dois metros de distância de um paciente com síndrome gripal, dentro da mesma sala ou área de atendimento (ou aeronaves ou outros meios de transporte), por um período prolongado, sem uso de equipamento de proteção individual.



Cuidar, morar, visitar ou compartilhar uma área ou sala de espera de assistência médica ou, ainda, nos casos de contato direto com fluidos corporais, enquanto não estiver em uso do EPI recomendado.



IMPORTANTE: A febre pode não estar presente em alguns casos como, por exemplo, em pacientes jovens, idosos, imunossuprimidos ou que em algumas situações possam ter utilizado medicamento antitérmico. Nestas situações, a avaliação clínica deve ser levada em consideração e a decisão deve ser registrada na ficha de notificação.

Modo de Transmissão



Contato próximo
- até 2m



Gotícula de saliva,
tosse, espirro, catarro



Aperto de mão ou contato com objetos e superfícies contaminadas seguido de contato com a boca, nariz e olhos

Período de Incubação



O período médio de incubação da infecção por Covid-19 é de 5.2 dias, com intervalo que pode chegar até 12.5 dias. Por isso, um período seguro de quarentena para que pessoas expostas não transmitam à Covid-19 é de 14 dias.

O que fazer em casos suspeitos

1. Evite procurar pronto socorro e laboratórios para realização de exames sem orientação adequada.

2. Quando for possível e de acordo com as políticas de recursos humanos de cada empresa, possibilitar home office como estratégia de prevenção mediante redução de contato humano. O trabalhador em home office deve reduzir seus contatos sociais, evitando aglomerações de pessoas dentro e fora de casa.

3. Cabe à empresa definir as regras que serão adotadas para as pessoas que estiveram em contato com os casos suspeitos.

A. Ministério da Saúde recomenda que todas as pessoas que estiveram próximas aos casos suspeitos no ambiente doméstico devem ser afastadas por 14 dias e colocadas em isolamento domiciliar. A mesma recomendação deve ser avaliação dentro do ambiente de trabalho, conforme exposição a risco.

B. O caso suspeito deve informar todas as pessoas que residam no mesmo endereço domiciliar, preencher e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido e o termo de declaração, sujeitando-se à responsabilização civil e criminal pela omissão de fato ou prestação de informações falsas.

C. O profissional médico que determinou a medida de isolamento, deve emitir atestado para a pessoa sintomática e todas as pessoas informadas no termo de declaração.

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

Como o vírus responsável pela Covid-19 se propaga?

O vírus causador da Covid-19 pode se propagar de pessoa para pessoa por meio de gotículas do nariz ou da boca que se espalham quando uma pessoa com Covid-19 tosse ou espirra. A maioria dessas gotículas cai em superfícies e objetos próximos - como mesas ou telefones. As pessoas também podem pegar Covid-19 se respirarem gotículas de uma pessoa com Covid-19 que tosse ou espirra. É por isso que é importante ficar a mais de de uma pessoa doente.

A OPAS e a OMS estão avaliando pesquisas em andamento sobre a maneira como o vírus causador da Covid-19 é disseminado e continuarão a compartilhar descobertas atualizadas.

Qual a diferença entre casos suspeitos e casos de maior risco para a Covid-19?

Pessoas com doenças crônicas e idosos tem desenvolvido casos mais graves da Covid-19. Estudo realizado pelos órgãos de controle na China demonstrou que esses grupos populacionais apresentaram maior índice de letalidade (morte em decorrência da Covid-19). Em crianças, por exemplo, a taxa de letalidade é próxima a zero e em idosos acima de 80 anos é de 14,8%. Por este motivo, algumas empresas elegeram recomendar home office e isolamento social para trabalhadores com doenças crônicas e os acima de 60 anos, como forma de protegê-los.

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

Gravidez é considerada uma condição de risco?

Não há evidências de que as mulheres grávidas sejam mais suscetíveis à infecção por ou complicações mais graves. Existem preocupações relacionadas ao potencial efeito no resultado fetal e neonatal a exemplo do que acontece com outras doenças como Zica, Rubéola etc.; portanto, as gestantes e puérpera até 45 dias requerem atenção especial em relação à prevenção, diagnóstico e manejo

É possível pegar Covid-19 de uma pessoa que não apresenta sintomas?

A principal maneira pela qual a doença se espalha é através de gotículas respiratórias expelidas por alguém que está tossindo. O risco de contrair Covid-19 de alguém sem sintomas é muito baixo. No entanto, muitas pessoas com Covid-19 tem apenas sintomas leves – particularmente nos estágios iniciais da doença. Portanto, é possível pegar Covid-19 de alguém que tenha, por exemplo, apenas uma tosse leve e não se sintam mal. A OMS está avaliando pesquisas em andamento sobre o período de transmissão da Covid-19 e continuará a compartilhar descobertas atualizadas

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

Quanto tempo pacientes devem ficar isolados após o desaparecimento dos sintomas?

Pelo que se sabe até o momento, a principal forma de transmissão ocorre por pessoas que apresentam sintomas. Conforme o que já foi documentado na China, Singapura e Alemanha, alguns pacientes com Covid-19 podem espalhar vírus de 24 a 48 horas antes do início dos sintomas e de 3 a 4 semanas após o início dos sintomas.

Por isso, a OMS recomenda que os pacientes sejam liberados do isolamento somente após terem dois testes negativos – com pelo menos 24 horas de intervalo – e estejam clinicamente recuperados. Se o teste não for possível, é prudente que os indivíduos continuem isolados por mais duas semanas após o fim dos sintomas, pois eles podem continuar a disseminar o vírus.

Posso pegar Covid-19 de fezes de alguém com a doença?

O risco de pegar Covid-19 de fezes de uma pessoa infectada é aparentemente baixo. Embora as investigações iniciais apontem que o vírus possa estar presente nas fezes em alguns casos, a disseminação por essa via não é uma das características principais do surto. A OMS está avaliando pesquisas em andamento sobre a maneira como o vírus que causa Covid-19 é disseminado e continuará a compartilhar novas descobertas. Esse é mais um motivo para limpar as mãos regularmente, depois de usar o banheiro e antes de comer.

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

Existe uma vacina ou medicamento contra Covid-19?

Ainda não. Até o momento, não há vacina nem medicamento antiviral específico para prevenir ou tratar a Covid-19. As pessoas infectadas devem receber cuidados de saúde para aliviar os sintomas. Pessoas com doenças graves devem ser hospitalizadas. A maioria dos pacientes se recupera graças aos cuidados de suporte.

Atualmente, estão sendo investigadas possíveis vacinas e alguns tratamentos medicamentosos específicos, com testes através de ensaios clínicos. A OMS está coordenando esforços para desenvolver vacinas e medicamentos para prevenir e tratar a Covid-19.

As maneiras mais eficazes de proteger a si e aos outros contra a Covid-19 são limpar frequentemente as mãos, cobrir a tosse com a parte interior do cotovelo ou lenço e manter uma distância de pelo menos 2 metros das pessoas que estão tossindo ou espirrando.

Por que reduzir aglomerações é importante na prevenção?

Observou-se que a forma de contaminação tem a ver com transferência de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra e são transmitidas para pessoas próximas. Por esse motivo os restaurantes e empresas estão organizando seus espaços maior com distância entre mesas e pessoas. Lugares onde isso não é possível estão sendo fechados, como cinemas e escolas.

FAQ

*Principais dúvidas
sintomatologia e transmissão*

Pessoas assintomáticas devem fazer o teste?

É esperado que a Covid-19 sobrecarregue os sistemas de saúde dos países, inclusive do Brasil. Isso pode inviabilizar o tratamento adequado para quem precisa. Por isso, é importante fazer uso racional dos recursos de saúde disponíveis. A corrida para exames de pessoas assintomáticas pode gerar falta de kits de teste para quem realmente precisa, ou retardar os resultados de exames daqueles que precisam ser tratados com urgência.

Quanto tempo o vírus dura sobre superfícies?

Os Coronavírus podem persistir nas superfícies por algumas horas ou até vários dias, conforme diferentes condições (por exemplo, tipo de superfície, temperatura ou umidade do ambiente). Por isso a ideia de lavar as mãos, pois estamos em contato com superfícies o tempo todo (teclados, celular, copos, mesa, maçanetas). As empresas devem orientar os profissionais de limpeza para desinfecção de superfícies com uso de medidas de proteção.

Divulgue amplamente os canais de comunicação da empresa e do SUS para que trabalhadores e familiares entrem em contato em caso de suspeita:

SUS – Disque saúde 136 ou aplicativo de celular do SUS para obtenção de informações sobre sintomas, medidas preventivas, autodiagnóstico e acesso a unidades básicas de saúde.

Em caso de dúvidas sobre sintomatologia ou demais informações referente à Covid-19, entre em contato a equipe de saúde do SESI-SP,:

Whatsapp (11) 94109-1319 – Equipe médica ou (11) 94278-4083 – Psicologia).

