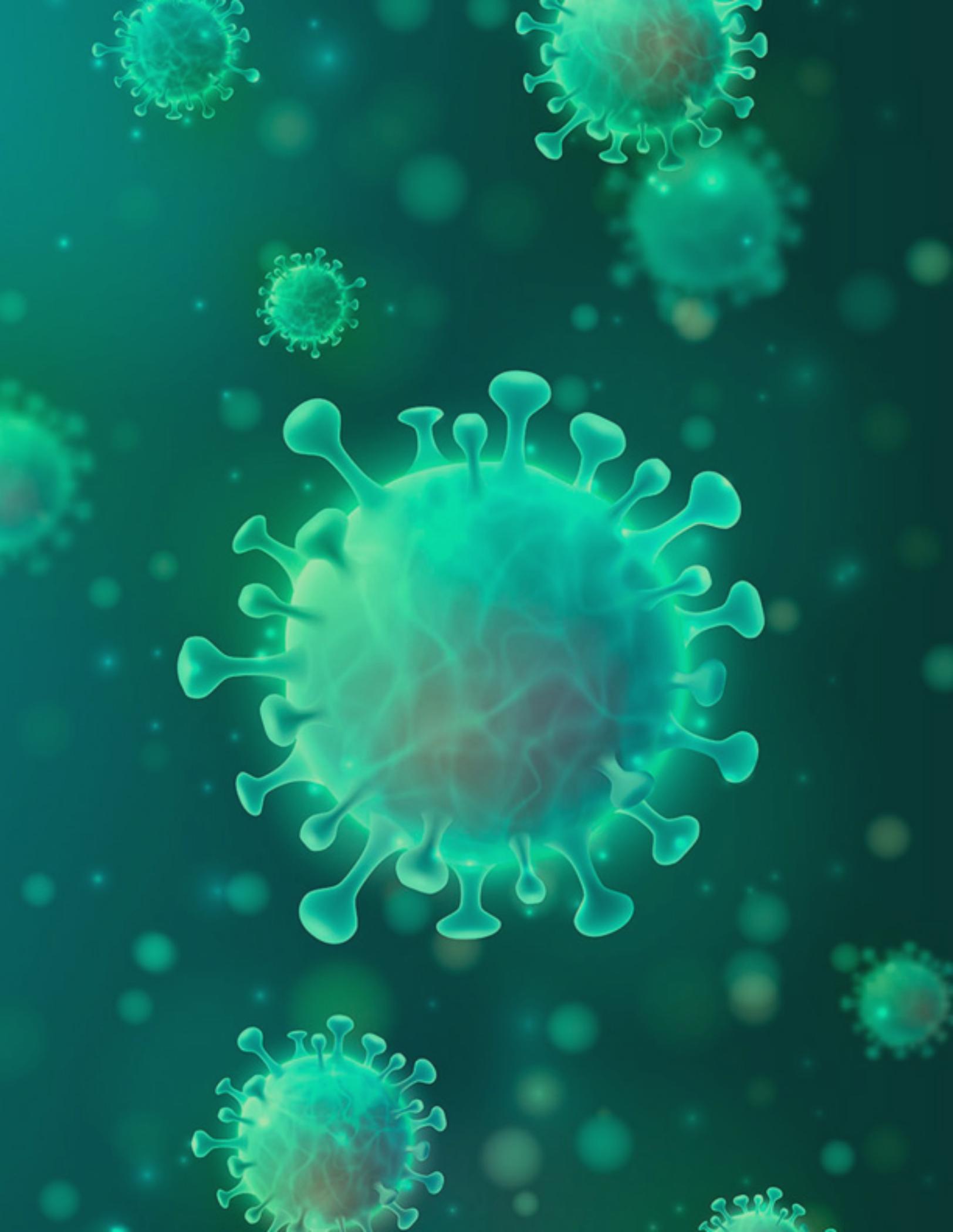


**RECOMENDAÇÕES AOS
FISIOTERAPEUTAS E TERAPEUTAS OCUPACIONAIS
FRENTE AO COVID-19**



CREFITO·8



Diante da pandemia pelo Coronavírus (COVID-19), o Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 8^a Região - CREFITO-8, de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde, ANVISA, AMIB e ASSOBRAFIR dispõe sobre as medidas para enfrentamento para emergência de saúde pública.

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) É UM VÍRUS IDENTIFICADO COMO A CAUSA DE UM SURTO DE DOENÇA RESPIRATÓRIA DETECTADO PELA PRIMEIRA VEZ EM WUHAN, CHINA. O AGENTE CAUSADOR (SARS-COV-2), JÁ FOI IDENTIFICADO E SEQUENCIADO. ESTIMA-SE QUE DE 10% A 20% DOS PACIENTES INFECTADOS PRECISAM DE UTI.

Sinais e Sintomas:

- Coriza, congestão nasal;
- Cefaleia (dor de cabeça);
- Tosse;
- Febre (nem sempre presente), acima de 37,8°C;
- Sintomas gastrointestinais;
- Dispneia (falta de ar), calafrios e dores no corpo estão associados a tipos mais perigosos de Coronavírus;
- Saturação de O₂ menor que 95%;
- Sinais de cianose;
- Batimento de asa de nariz, tiragem intercostal;
- Pneumonia e insuficiência renal em casos mais graves.

QUAL O PRINCIPAL GRUPO DE RISCO?

Adultos e idosos. Os pacientes com outras doenças crônicas (diabetes, hipertensão) e baixa imunidade (oncológicos) podem apresentar manifestações mais graves.

QUAL É O PERÍODO DE INCUBAÇÃO?

O período de incubação da nova pneumonia é de 7 dias em média, sendo o mais curto de 2 a 3 dias e o mais longo de 10 a 12 dias. Após 14 dias a pessoa poderá ser considerada não infectada se não desenvolver a doença.

Transmissão:

Ocorre por meio de gotículas. A transmissão por aerossóis limita-se a procedimentos que geram aerossóis tais como:

- Intubação;
- Aspiração traqueal;
- Ventilação manual antes da intubação;
- RCP;
- Indução de escarro;
- Coleta de amostras nasotraqueais e broncoscopia;
- Em ambientes e cuidados intensivos deve-se manter o uso da N95 ou equivalente;
- Nebulização
- Cânula Nasal de Alto fluxo

QUAL O TRATAMENTO?

Há um teste para identificar o vírus, mas não há vacina para prevenir a infecção. Pacientes com o vírus devem ser isolados em hospitais ou residências para evitar sua propagação. Os sintomas são tratados com medicamentos para dor e febre (analgésicos e antitérmicos), e as pessoas são aconselhadas a beber bastante líquido e descansar enquanto se recuperam. Os casos graves são tratados com medicação (antivirais e corticosteroides), suplementação de oxigênio e suporte ventilatório.

COMO PREVENIR A DISSEMINAÇÃO DO VÍRUS?

Medidas de prevenção devem ser intensificadas para os profissionais de saúde e para a população em geral. É importante salientar que a transmissão ocorre por propagação de gotículas e não transportado pelo ar. O que isso significa? Gotículas são grandes, maiores que 5 μm , elas não ficam suspensas no ar por longo tempo, portanto as gotículas se propagam se entrarem em contato com superfícies mucosas suscetíveis a uma certa distância (1 a 2 metros). Conversas presenciais diárias, tosse e espirros podem causar a propagação de gotículas. Portanto manter a distância superior de 2 metros e utilizar uma máscara cirúrgica é essencial. Essas máscaras devem ser descartadas adequadamente após o uso e as mãos devem ser criteriosamente lavadas com sabão e água corrente após o contato com pacientes. A infecção pode ocorrer por transmissão direta: beijos e relações sexuais (portanto não é recomendado se a pessoa tiver sintomas de infecção), e também por contato indireto, transmissão causada pelo contato com itens contaminados, como: mãos, secreções (como as associadas à tosse e espirro).

Sobrevida do Vírus:

O tempo de sobrevivência do COVID-19 fora do hospedeiro é variável, tendo comportamento diferente de acordo com a superfície:

- Aço: 48 horas
- Alumínio: 2 a 8 horas
- Luvas: 8 horas
- Madeira: 4 dias
- Papel: de 4 a 5 dias
- Plástico: 5 dias
- Vidro: 4 dias

Fonte: *medscape*

Medidas Preventivas:

As medidas preventivas de controle de infecção devem ser implementadas pelos profissionais que atuam nos serviços de saúde para evitar ou reduzir ao máximo a transmissão de microorganismos durante qualquer assistência à saúde realizada.

- Evitar aglomerações e locais fechados;
- Prestar atenção à higiene pessoal;
- Cumprimentar conhecidos e estranhos sem tocar (sem apertar as mãos, abraçar ou beijar);
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos, garrafas ou canudos;

- Cobrir a boca/nariz ao tossir ou espirrar (fazê-lo na própria roupa: cotovelo ou ombro), mesmo que tenha utilizado um lenço descartável para tossir ou para higiene nasal, lave as mãos após fazê-lo;
- Usar máscara de proteção se suspeitar de doença e ficar em casa;
- Se suspeitar da doença utilizar máscara de proteção nos locais de grande circulação (transporte público, aeroportos, shoppings, mercados, teatros, escolas, salas de espera, etc.);
- Locais com ar-condicionado precisam ter renovação de ar / ventilação no mínimo a cada hora;
- Manter boa hidratação;
- Não viajar;
- Dormir bem (quantidade e qualidade de horas de sono);
- Higienizar o celular com álcool 70% com frequência, recomenda-se retirar a capa para a limpeza;
- Os profissionais de saúde devem realizar higiene de mãos, de acordo com os 5 momentos para a higiene das mãos em serviços de saúde:



Fonte: ANVISA

- Lavar as mãos com frequência e de forma adequada, utilizando sabão e água corrente e NUNCA tocar olhos, boca, nariz e genitais sem antes ter lavado as mãos;

- Lavagem com água e sabão – fricção por 40 a 60 segundos;

Como higienizar as mãos

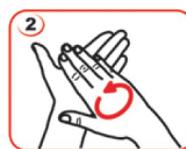
⌚ Duração de todo o procedimento: 40 a 60 seg



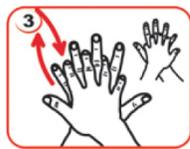
Molhe as mãos com água.



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.



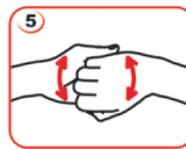
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra.



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa.



Palma com palma com os dedos entrelaçados.



Parte de trás com dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados.



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativos, entrelaçado na palma direita e vice-versa.



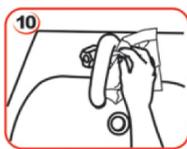
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa.



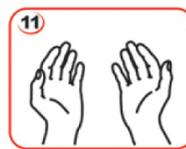
Enxague as mãos com água.



Seque as mãos com papel toalha.



No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



Agora, suas mãos estão seguras.

Fonte: ANVISA

- Fricção com álcool gel 70% por 20 a 30 segundos;

- Disponibilizar álcool gel 70% e se possível portar gel em frasco para uso próprio.

EQUIPE:

É um ponto característico da UTI a necessidade de equipe multiprofissional numerosa e altamente capacitada. Também há possibilidade de os próprios profissionais serem vítimas o que leva a uma redução ainda maior da equipe. Isto reforça a necessidade de uso adequado dos EPI's e treinamentos prévios. Numa situação de pandemia onde o número de doentes críticos supera em muito a capacidade do profissional, pode ser necessário o recrutamento de profissionais de outras especialidades para cuidado de pacientes críticos. Estes profissionais podem proporcionar cuidados não críticos principalmente, e sempre sob uma forma coordenada. O treinamento em tempo real durante uma pandemia deve ser considerado para ampliar a capacidade de cuidado rapidamente, destacando os profissionais com esta habilidade.

FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL FRENTE AOS ATENDIMENTOS:

Atendimento ao paciente não suspeito:

- Realizar a higiene das mãos com uso de água e sabão ou álcool 70%;
- Utilizar máscara facial descartável (substituindo sempre que esta estiver úmida);
- Não utilizar materiais que não possam ser higienizados com álcool 70%;
- Evitar o uso do celular durante o atendimento, caso o uso do aparelho seja necessário, higienizá-lo antes e após o uso.

Atendimento ao paciente contaminado:

- Higiene das mãos com preparação alcoólica frequentemente;
- Obrigatório ao Fisioterapeuta o uso de máscara facial com filtro de proteção respiratória com eficácia mínima na filtração de 95% de partículas de até 0,3 μm (tipo N95, N99, N100, PFF2, PFF3).
- Touca;
- Óculos de proteção;
- Avental impermeável de mangas longas;
- Luvas de procedimento;
- O estetoscópio deve ser de uso individual do paciente, ou seja, cada box. deve ter o seu.

Referências:

ANVISA
ASSOBRAFIR
Ministério da Saúde
SESA Paraná



REFITO·8