



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PRÓ-REITORIA DE ASSISTÊNCIA E PROMOÇÃO AO ESTUDANTE**

COVID-19 - O que você precisa saber?

O QUE É?

COVID – 19 é o nome dado a doença causada pelo vírus da família dos Coronavírus que foi descoberto em 31/12/19 na China. Os Coronavírus costumam causar infecções respiratórias semelhantes a quadros gripais.

QUAIS OS SINTOMAS?

Os sintomas são principalmente respiratórios, como os da gripe, podendo evoluir para sintomas mais graves, semelhantes a infecções pulmonares como a pneumonia. Os principais sintomas são: febre (temperatura acima de 37.8°C), indisposição, dor de garganta, dor de cabeça, coriza, congestão nasal, diarreia, tosse e dores musculares difusas, perda do olfato e/ou do paladar. Dificuldade para respirar é um sintoma frequente nos casos moderados e graves porém, geralmente, não está presente no início da doença, aparecendo após o quinto dia.

COMO É TRANSMITIDO?

Através do contato pessoal próximo ou com objetos contaminados e por gotículas respiratórias que são eliminadas através de tosse, espirro, saliva e secreção.

COMO PREVENIR?

Como não há um tratamento 100% eficaz contra o vírus e considerando a elevada letalidade nos casos graves e a atual incapacidade de identificar quais pacientes evoluirão desfavoravelmente, a prevenção é a principal ferramenta para reduzir o número de óbitos e sequelas ocasionadas pela Covid-19. Prevenir ainda é a melhor opção.

O Ministério da Saúde orienta cuidados básicos para reduzir o risco geral de contrair ou transmitir infecções respiratórias agudas, incluindo o coronavírus. Entre as medidas estão:

- Lavar as mãos frequentemente com água e sabonete por pelo menos 20 segundos. Se não houver água e sabonete, usar um desinfetante para as mãos à base de álcool.
- Usar máscaras ao sair em público.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- Evitar contato próximo com pessoas doentes.
- Ficar em casa quando estiver doente.
- Cobrir boca e nariz ao tossir ou espirrar com um lenço de papel e jogar no lixo.
- Limpar e desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência.
- Evitar aglomerações.

TENHO SINTOMAS. O QUE DEVO FAZER?

Os pacientes que apresentem sintomas sugestivos devem procurar a unidade básica de saúde mais próxima (UBS) para avaliação e testagem. Caso apresente sintomas de falta de ar, desmaios, palpitações ou sintomas de maior gravidade o paciente deve se dirigir as Unidades de Pronto-Atendimento (UPA).

O Rt-PCR para Covid-19, exame de maior acurácia, está sendo ofertado para os estudantes e funcionários da UFPB e sua coleta pode ser agendada, desde que o paciente já possua a requisição do exame, através do seguinte link: <https://www.ufpb.br/biosseguranca/contents/menu/institucional/exames-covid-19>

Prédio da Reitoria – 1º andar – Campus Universitário I – Cidade Universitária – João Pessoa – Paraíba

CEP: 58051-900 - (83) 3216-7827/7828 – secretaria@prape.ufpb.br



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PRÓ-REITORIA DE ASSISTÊNCIA E PROMOÇÃO AO ESTUDANTE

Durante a evolução da doença é importante observar alguns sinais de alerta que indicam a necessidade de reavaliação médica imediata. São estes: presença de falta de ar, queda da saturação de oxigênio e retorno ou manutenção da febre após o quinto dia de doença. Caso apresente algum desses sintomas, o estudante deve se dirigir a UPA mais próxima.

Após surgimento de sintomas suspeitos o discente deve realizar o isolamento domiciliar conforme orientação abaixo e informar, caso seja residente, ao administrador da moradia e/ou a médica da PRAPE sobre a suspeita diagnóstica.

COMO FAZER O ISOLAMENTO DOMICILIAR?

O isolamento domiciliar deve ser realizado a partir do início dos sintomas suspeitos, conforme figura abaixo, e sua duração depende da gravidade do quadro clínico. Caso leve a moderado deve manter o isolamento por, no mínimo, 10 dias desde que não apresente febre há 24 horas e ocorra melhora dos outros sintomas. Casos graves ou pacientes imunossuprimidos devem fazer o isolamento por 20 dias ou mais, até que ocorra ausência de febre por 24 horas e melhora dos sintomas. Pacientes assintomáticos devem fazer o isolamento por dez dias após a data do exame de Rt-PCR positivo.

Em caso de diagnóstico positivo para Covid-19:

- Fique em isolamento domiciliar por 14 dias. Os demais moradores da casa também devem cumprir o isolamento.**
- Utilize máscara o tempo todo. Jamais cozinhe sem estar com nariz e boca cobertos.**
- Depois de usar o banheiro, nunca deixe de lavar as mãos com água e sabão e sempre limpe o vaso, pia e demais superfícies com água sanitária ou álcool 70% para desinfecção do ambiente.**
- Limpe os móveis, sofás, cadeiras e maçanetas frequentemente com água sanitária ou álcool 70%.**
- Separe toalhas de banho, garfos, facas, colheres, copos e outros objetos apenas para o seu uso.**
- O lixo produzido precisa ser separado e descartado.**
- Mantenha a janela aberta para circulação de ar do ambiente usado para isolamento e a porta fechada.**
- Mantenha a distância mínima de 1 metro dos outros moradores da casa.**

Fonte: prefeitura de Aracruz



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PRÓ-REITORIA DE ASSISTÊNCIA E PROMOÇÃO AO ESTUDANTE**

Em caso de dúvidas o contato pode ser realizado através do e-mail: alyne@prape.ufpb.br

Referências Bibliográficas:

Ministério da Saúde - <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/coronavirus>

Prefeitura de Aracruz – <http://www.aracruz.es.gov.br/noticia/88654/>

CDC – <http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/duration-isolation.html>