

VIGILÂNCIA EM SAÚDE E EPIDEMIOLÓGICA/SEMUS - DEODÁPOLIS/MS

**CARTILHA DA
SAÚDE
CORONA VÍRUS
COVID-19**

ENFERMEIRA: JULIANA CRISPINIANO VILELA

2º EDIÇÃO

22 DE SETEMBRO
DE 2020.

**AGORA QUE VOCÊS JÁ SABEM A IMPORTÂNCIA DAS
MEDIDAS DE PRECAUÇÕES,
NESSA 2ª EDIÇÃO VAMOS FALAR SOBRE ALGUMAS
PECULARIDADES DO COVID-19, EM RELAÇÃO A
OUTROS VÍRUS GRIPAIS.
VOCÊ SABIA QUE:**

SARS COV2/ COVID -19, É UMA SINDROME GRIPAL?

ENFERMEIRA: JULIANA CRISPINIANO VILELA

09/2020

09/2020

DICAS IMPORTANTES QUE VOCÊ PRECISA SABER, PARA SE PROTEGER DO COVID-19.

- ❖ 1 -O VIRÚS **SARS COV2 COVID-19**, PODEM VARIAR DESDE UM RESFRIADO A UMA SINDROME GRIPAL COM QUADRO RESPIRATÓRIO AGUDO GRAVE, ASSIM COMO OUTROS VÍRUS, QUE CAUSAM AS INFLUENZAS E AS GRIPES E RESFRIADOS COMUNS, A DIFERENÇA ENTRES ELES, SÃO: O COVID-19 TEM ALTA INFECTIVIDADE (INFECTA MUITA GENTE),, E INVADE AS CÉLUAS SÁDIAS E PROVOCA UM PROCESSO INFLAMATÓRIO.
- ❖ ***POR ESSE MOTIVO QUE ALGUNS MÉDICOS E ESPECIALISTAS ORIENTAM, A IMPORTÂNCIA DO FORTALECIMENTO DA IMUNIDADE, COM UMA BOA ALIMENTAÇÃO E UMA ÓTIMA NOITE DE SONO, SÃO PRÁTICAS QUE AJUDAM NO FORTALECIMENTO DA DEFEZA DOS NOSSOS ORGANISMO, ALÉM DA SUPLEMENTAÇÃO COM VITAMINAS "D" E "ZINCO", APESAR DE NÃO EXISTIR, AINDA UM TRATAMENTO COMPROVADO CIENTIFICAMENTE, POR SER UM VÍRUS NOVO, O MINISTÉRIO DA SAÚDE FAZ VÁRIAS ORIENTAÇÕES DE USOS EXPERIMENTAL DE MEDICAÇÕES, JÁ UTILIZADAS PARA TRATAMENTO DE OUTRAS DOENÇAS, E ALGUMAS ESTÃO SENDO BEM SUCEDIDAS EM TRATAMENTOS PRECOSES DO COVID-19.***

09/2020

DICAS IMPORTANTES QUE VOCÊ PRECISA SABER, PARA SE PROTEGER DO COVID-19.

VOCÊ SABIA QUE:

- ❖ QUE TODAS AS SINDROMES GRIPAIS COM TOSSE E DOR DE GARGANTA, SÃO CONSIDERADOS SUSPEITOS DE INFECÇÃO POR COVID -19, A PRIMEIRA CONDOTA A SER REALIZADA, É O ISOLAMENTO IMEDIATO , VOCÊ DEVE SE ISOLAR DAS PESSOAS QUE RESIDEM NA MESMA CASA, NÃO IR AO TRABALHO, COM O USO DE MÁSCARA E DISTACIAMENTO DE 2 METROS DAS PESSOAS, PROCURAR O POSTO DE SAÚDE MAIS PRÓXIMO DA SUA RESIDÊNCIA, PARA INICIAR O TRATAMENTO PRECOSE E A SOLICITAÇÃO DE EXAMES PELO MÉDICO, APÓS A CONSULTA RETORNE AO SEU DOMICILIO PARA CUMPRIR O ISOLAMENTO NO MÍNIMO 10 DIAS, SEPARAR COPOS, TALHERES , PERTENCES DE USO PESSOAL, DORMIR EM QUARTO SEPARADO, NO CASO DE USO COMPARTILHADO DO BANHEIRO, HIGIENIZA-LO COM AGUA SANITÁRIA,, E TAMBÉM AS MAÇANETAS DAS PORTAS E SUPERFICIE TOCADA PELO SUSPEITO DE COVID-19, ESSES CUIDADOS GARANTE QUE O VIRUS NÃO SERÁ TRANSMITIDO PARA MAIS NINGUÉM, PRINCIPALMENTE PARA OS SEUS FAMILIARES , A DEMORA DO DIAGNÓSTICO PODE SER EM MÉDIA DE SETE(7) A DEZ (10)DIAS , POR ESSE MOTIVO QUE A MEDIDA DE ISOLAMENTO DEVE SER IMEDIATA ANTES MESMO DE TER A CONFIRMAÇÃO, DA DOENÇA, ESSAS ORIENTAÇÕES SERVEM TAMBEM PARA OS CONTATOS DE CASOS CONFIRMADOS DE COVID-19 , MESMO SEM SINTOMAS, DEVEM SEGUIR O ISOLAMENTO.

VAMOS PROTEJER QUEM NÓS AMAM .

09/2020

DICAS IMPORTANTES QUE VOCÊ PRECISA SABER, PARA SE PROTEGER DO COVID-19.

VOCÊ SABIA QUE:

- ❖ OS GRUPOS DE RISCO SÃO AS PESSOAS CONSIDERADAS IMUNOLÓGICAMENTE COMPROMETIDAS, IDOSOS, PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS, GESTANTES E ETC...**MAS EXISTEM**, INDIVÍDUOS QUE NÃO ESTÃO NO GRUPO DE RISCO, MAS PODEM TAMBÉM ESTAR COM A IMUNIDADE COMPROMETIDA E NÃO SABEM, **POR ISSO** NÃO CONFIEM, QUE SE CONTRAIR O VÍRUS VÃO SENTIR SÓ UMA *GRIPEZINHA*, O MELHOR A FAZER É SE PROTEGER, UTILIZANDO MÁSCARA AO SAIR DE CASA, MATENDO O DISTACIAMENTO DE 2 MÉTROS E EVITANDO AGLOMERAÇÕES, SÃO MEDIDAS MAIS COMFIÁVEIS E ALÉM DISSO VÔCE PODE SER FORTE AO VÍRUS, MAS ALGUÉM QUE VOCÊ AMA NÃO ...**PENSE NISSO!!**

ELABORAMOS ALGUMAS DICAS
PARA VOCÊ SE PROTEGER.
A PRÓXIMA EDIÇÃO FALAREMOS
DE ALGUMAS PRÁTICAS DE
PREVENÇÃO A DEPRESSÃO, EM
TEMPOS DE PANDEMIA, COM A
PSICÓLOGA

ADRIANA CARDOSO.

UMA DIVULGAÇÃO DA SECRETÁRIA DE SAÚDE DE DEODÁPOLIS
EM PARCERIA COM AS VIGILÂNCIAS E EQUIPES
MULTIPROFISSIONAIS.

ENFERMEIRA: JULIANA CRISPINIANO VILELA