GESTAÇÃO E ALEITAMENTO EM ÉPOCAS DE COVID-19

PET-Saúde

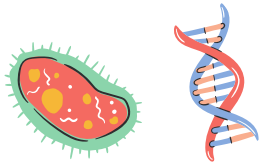
Interprofissionalidade

BREVE APRESENTAÇÃO

O PET-saúde interprofissionalidade São Carlos - UFSCar é um programa do Ministério da Saúde para o fomento ao trabalho e a educação Interprofissional em saúde, conta com Docentes e estudantes da UFSCar e profissionais da Secretaria Municipal de Saúde de São Carlos e Maternidade da Santa Casa de Misericórdia de São Carlos.

O QUE É O CORONAVÍRUS?

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias, eles são assim chamados devido aos picos de proteínas que os envolvem, dando uma aparência de “coroa”



O Novo Coronavírus que causa a COVID-19 foi descoberto em 31 de dezembro de 2019 após casos registrados na China

Os sintomas podem ser semelhantes à uma gripe comum, com manifestações de febre, coriza, tosse e espirros, mas podem se agravar dependendo da condição imunológica de cada indivíduo, ocasionando sintomas mais graves como pneumonia ou síndrome da insuficiência respiratória aguda.

TRANSMISSÃO

As doenças respiratórias são transmitidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra perto de outras, quando há contato com algo que esteja contaminado com o vírus ou quando há o toque do aperto de mão (sendo esta a principal forma de contágio), através de gotículas de saliva e catarros.

É importante que consulte o seu médico ou agente de saúde ao apresentar febre acima de 37,8 ºC, tosse intensa e dificuldade para respirar, dentro dos 14 dias após o retorno de uma área de surto e forneça seu histórico de viagem

Pessoas que apresentem os sintomas respiratórios de tosse e espirros, devem, preferencialmente, usar máscara cirúrgica ao sair de casa.

Ressalta-se que o isolamento social é indicado para todos, principalmente aqueles que possuam algum sintoma como tosse, dor de garganta e/ou febre.

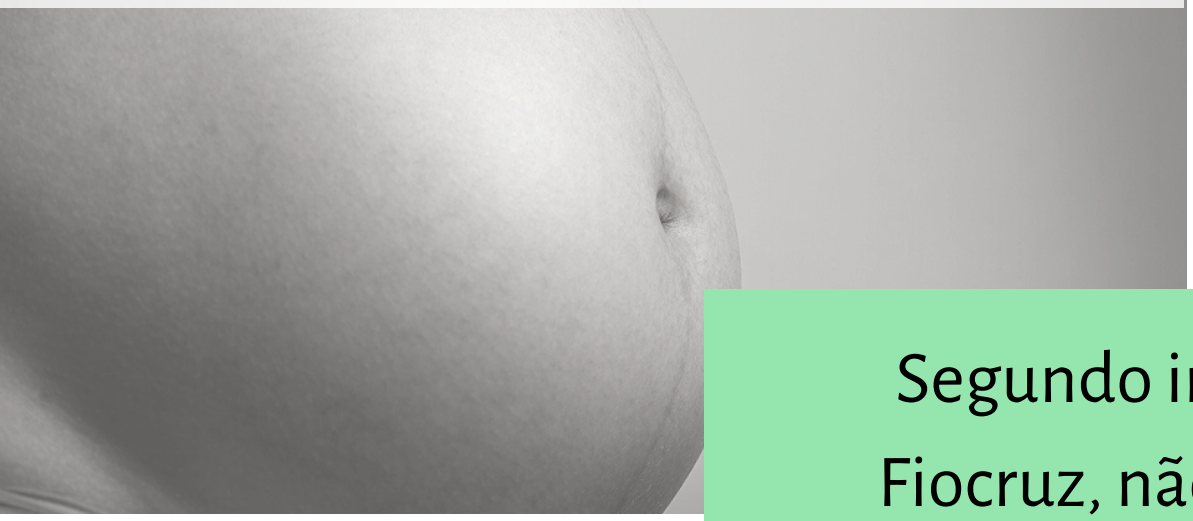
O QUE VOCÊ PRECISA FAZER PARA PREVENIR O CONTÁGIO:

À medida que a doença continua a se espalhar, a sociedade biomédica identificou algumas abordagens eficazes para tentar conter o crescimento do surto:

1. Lave as mãos com água e sabão frequentemente, ou use álcool em gel 70%;
2. Ao tossir, cubra nariz e boca com a parte interna do braço ou com lenço de papel, jogando-o imediatamente no lixo e higienizando as mãos;
3. Evite aglomerações;
4. Mantenha os ambientes bem ventilados;
5. Não compartilhe objetos pessoais;
6. Mantenha pelo menos um metro de distância de pessoas com sintomas respiratórios de tosse ou espirro.

Apesar da alta capacidade de disseminação do novo coronavírus, em cerca de 80% dos casos de contaminação, os sintomas aparecem de forma leve. Menos de 5% dos casos evoluem para um quadro grave. A principal preocupação é com idosos e pessoas com doenças crônicas. Em infectados com menos de 50 anos, a taxa de mortalidade é de menos de 1%

GRÁVIDAS, BEBÊS E CRIANÇAS FAZEM PARTE DO GRUPO DE RISCO?



Por que preciso ficar em casa ?

Segundo informações da Fiocruz, não há, até então, evidências ou relatos de que mulheres grávidas sejam mais suscetíveis ao novo coronavírus.

Entretanto, durante a gestação, algumas alterações naturais no organismo podem contribuir com a queda imunológica das gestantes, e por isso a importância de não se colocar em situações de risco, devendo, portanto, ficar em casa.

DICAS DE CUIDADO

Em um momento com várias informações, selecionar e escolher horários para assistir jornal ou ler matérias pode ajudar na redução da ansiedade e do pânico.

Além disso, manter contato com outras pessoas, mesmo à distância, é importante para saúde mental.

Lembrem-se de manter os cuidados de prevenção e em caso de sintomas de gripe como febre, tosse, dificuldade respiratória ou dor de garganta, procurar a Unidade de Saúde mais perto de sua casa.

ALEITAMENTO MATERNO

Não há registros de casos confirmados de transmissão da mãe para o bebê durante a gestação, nem contaminação através do leite materno.

Medidas de prevenção:

O que pode ser feito eventualmente é a utilização da máscara cirúrgica ao lidar com o bebê.

Além disso, é importante salientar a prática da etiqueta respiratória e higienização das mãos após tocar o nariz e boca, sempre antes de realizar o cuidado do recém-nascido

Mesmo infectadas, lactantes não devem deixar de amamentar, pois é neste processo que o bebê está recebendo anticorpos

Lactantes não devem deixar de amamentar

DICAS ÀS MÃES COM CRIANÇAS PEQUENAS

É importante incluir na rotina atividades com a participação dos pequenos, como brincadeiras, e também ,buscar, estudar ou cozinhar algo juntos durante o período que estão reclusas em casa, para passar o tempo e gastar energia

Neste período de permanência mais prolongada em domicílio, a importância da supervisão e vigilância a fim de evitar acidentes domésticos

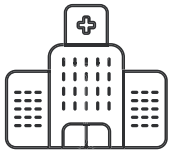
É importante ser um bom exemplo dentro de casa, seguindo as normas de higiene e segurança recomendadas, bem como conversar e tranquilizar as crianças a respeito do momento que estamos vivendo.

DICAS ÀS GESTANTES

Apesar dos acontecimentos atuais, é importante tentar manter a calma, aproveitar a gestação e estabelecer uma rotina que permita realizar atividades essenciais e significativas de hobbies e lazer, manter a alimentação saudável, praticar atividades físicas e o autocuidado.

COMUNICADO IMPORTANTE

Gestantes e puérperas estão dentro do grupo que deve receber atendimento prioritário ao chegarem nas Unidades de Saúde com sintomas da síndrome gripal.



Para as gestantes assintomáticas ou sem síndrome gripal, a recomendação é que seja preservado o atendimento, com continuidade das ações de cuidado pré-natal, além de medidas preventivas evitando aglomerações e mantendo as melhores práticas de higiene.

Se você é gestante e tem sintomas respiratórios deve procurar atendimento diretamente no CENTRO DE CAMPANHA, onde uma equipe está avaliando pacientes todos os dias, das 8h às 20h.

CENTRO DE CAMPANHA TODOS OS DIAS

8h às 20h

Rua Paulino Botelho de Abreu Sampaio, 535

(ao lado da Portaria 2)

SANTA CASA

DÚVIDAS SOBRE POSSÍVEIS SINTOMAS DA COVID-19

use o telefone e procure as Unidades de Saúde apenas em casos de urgência e emergência

📌 Secretaria de Saúde
seg a sex das 8h às 16h
(16) 3362-1350 ou 3372-6592
(16) 99754-1585 ou 99733-2355

📌 Hospital Universitário
seg a sex das 8h às 12h e das 13h às 17h)
(16) 3509-2498

📌 Unimed
16) 2107-7333 (24hs por dia)(16) 99789-7265 (seg a sex das 8h às 22h / sáb e dom das 8h às 20h)

📌 Vigilância Epidemiológica
seg a sex das 8h às 16h(16) 3307-7405

📌 Santa Casa
diariamente das 7h às 19h(16) 3509-1234

Referências

PROTOCOLO DE MANEJO CLÍNICO DO CORONAVÍRUS (COVID-19) NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. Brasília - DF. Março de 2020. disponível em: https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/20/20200318-

ProtocoloManejo-ver002.pdf.BRASIL. Ministério da Saúde. NOTA TÉCNICA Nº 6/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS. ATENÇÃO ÀS GESTANTES NO CONTEXTO DA INFECÇÃO SARS-COV-2. Brasília - DF. Março de 2020. Disponível em: http://www.saude.mppr.mp.br/arquivos/File/Corona/SEI_MS_0014128689_Nota_Tecnica.pdf

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE INFECTOLOGIAOrientações a Respeito da Infecção pelo SARS-CoV-2 (conhecida como COVID-19) em Crianças. Março de 2020. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Covid-19-Pais-DC-Infecto-DS__Rosely_Alves_Sobral_-convertido.pdf

Imagens de uso livre através da plataforma virtual pixabay. Disponível em: https://pixabay.com/pt/

DESENVOLVIMENTO

PET - Saúde Interprofissionalidade

Aline Silva de Moura
Amanda Araujo Cavalcante
Ana Carolina de Campos
Andrea dos Reis Fermiano
Deborah Carvalho Cavalcante
Esther Flora Rigueto Lopes
Flavia Cristina Brito de Souza Zagato
Giovana Moraes dos Santos
Jair Borges Barbosa Neto
Kátia Regina Spiller
Laura Bonome Message
Letícia Grazielly Zanon de Andrade
Maria Fernanda Barboza Cid
Maria Julia Felix Huber
Monika Wernet
Paulo Roberto Costa Quirino
Priscila Cardoso Martins
Renata Giannecchini Bongiovanni Kishi
Rosemeire Pradella
Sheila Cristina Leite Masdatavicius
Thalia Silva Saraiva
Thaís Pressendo Caraschi
Vanessa Akemi Hangai Vilella
Willians Victor da Silva Cardoso

DESIGN GRÁFICO

Alice Fernandes de Andrade

APOIO

Programa de Saúde Mental em Ação