



Orientações às Instituições de Longa Permanência para Idosos frente ao COVID-19

Neste período de esforços, individuais e coletivos, é essencial o cuidado com a saúde integral! Esperamos que esse material facilite o acesso às orientações e informações confiáveis, além de lembrar que há quem precisa ainda mais da nossa atenção, como as pessoas idosas que residem em Instituições de Longa Permanência.

Vida e saúde são direitos humanos!!





- O novo coronavírus (COVID-19) é uma doença respiratória nova, se comporta de modo bem parecido com uma gripe e é transmitida principalmente de pessoa a pessoa.
- Essa transmissão pode ocorrer pelo contato próximo com pessoas infectadas e por meio de sua tosse ou espirro. Também pode acontecer ao tocar objetos ou superfícies contaminadas e em seguida tocar a boca, nariz ou olhos.
- A Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) orienta que pessoas com mais de 60 anos, sobretudo se tiverem diabetes, hipertensão ou problemas respiratórios, cardíacos, renais ou neurológicos, além de indivíduos em tratamento de câncer ou com a imunidade comprometida, bem como todos aqueles com mais de 80 anos ou que tenham sinais de fragilidade, pratiquem o isolamento físico. Pois, nesses casos há maiores riscos da doença causada pelo COVID-19 ser agravada.
- Se uma pessoa idosa tem sintomas suspeitos, a sugestão é que não corra para um pronto-socorro! No cenário ideal, o atendimento deve ser feito em domicílio, o que evita a exposição nos serviços de saúde.
- Devem procurar por atendimento médico caso a pessoa idosa tenha febre, tosse, falta de ar, cansaço excessivo e/ou confusão mental.
- No caso de idosos(as) que convivem com cuidadores, se esses profissionais apresentem sintomas de gripe, devem passar a evitar o contato com seus pacientes.
- Da mesma forma, pessoas que vivem em **Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs)**, por apresentarem muitas vezes alto risco de complicações devem ser cercadas de cuidados e cautela. A interrupção, redução ou adaptação das visitas e atividades em grupo, além da adoção de medidas intensivas de higiene são algumas das recomendações básicas.





Como proteger do coronavírus, as pessoas idosas que vivem em ILPIs?

Para evitar o contágio e a transmissão, devemos cuidar da higiene pessoal, dos ambientes em que transitamos e do contato com outras pessoas. Seguem algumas dicas e orientações do Ministério da Saúde para auxiliar na prevenção individual e coletiva da contaminação pelo vírus.

- O coronavírus se espalha pelo contato tanto com pessoas que estejam com a doença, quanto com superfícies infectadas. Por isso higienizar as mãos sempre que possível é uma das maneiras mais eficazes de proteção. Lavando corretamente as mãos, pode-se combater a presença do vírus na pele, além de outros micro-organismos.
- Tocar em superfícies de áreas comuns, como corrimões e maçanetas, somente quando necessário e desinfetá-los regularmente.
- Evitar colocar as mãos nos olhos, nariz e boca, por ser porta de entrada para o vírus. Caso precise espirrar ou tossir, proteja o nariz e boca com a parte interna do cotovelo, ou com lenço de papel descartável. Após o uso do lenço, jogá-lo no lixo e higienizar as mãos.
- Atenção ao contato entre a equipe e outros moradores, evitando contatos físicos que possam trazer riscos, como abraços, beijos e apertos de mão.
- Evitar o uso compartilhado de objetos, alimentos, toalhas, roupas, copos, entre outros.





HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

Higienização Simples das Mãos



1. Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



2. Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



3. Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



4. Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.



5. Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



6. Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem.



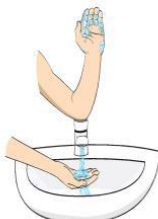
7. Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



8. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.



9. Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



10. Enxágue as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11. Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.





E as visitas, como ficam?

- As visitas de amigos, familiares e voluntários que antes aconteciam com mais frequência, agora estão restritas. Esta é uma medida de segurança para diminuir a probabilidade de entrada do vírus na instituição, pois, mesmo que o/a visitante não apresente sintomas, pode transmitir o coronavírus aos idosos(as).
- Em alguns casos é possível entrar em contato com a família por meio de Telefone, Smartphone ou Tablet. Sugere-se conversar com os profissionais da instituição e perguntar sobre as possibilidades.

O que faço se apresentar sintomas?

- Caso alguém da equipe apresente, ou note em um morador, os sintomas compatíveis com o coronavírus, a primeira atitude a ser tomada é avisar a enfermagem. Então, a instituição dirá quais os próximos passos a serem seguidos.

Fique atento(a) e proteja-se!!





Os funcionários precisam prestar atenção em que?

- Você sabia que existem Equipamentos Individuais de Proteção, mais conhecidos como EPI's para a proteção e manutenção de sua saúde e da pessoa idosa? Para atendimento e manejo do paciente é obrigatório o uso de luvas e máscaras descartáveis, que devem ser trocadas a cada atendimento, além do uso de jaleco que nesse momento é indispensável.



- Algumas restrições são necessárias. Então, quando houver atividades grupais, procurar manter a distância de proteção de 1 a 2 metros entre as pessoas idosas e desses com a equipe. Mas, se possível suspender atividades grupais e visitas externas para a proteção dos idosos(as) residentes na ILPI.
- Este é o momento de redobramos as condutas de higienização dos espaços, com limpezas especializadas e cuidadosas dos ambientes.
- O ambiente da ILPI deve ser um local arejado, com o máximo de ventilação e luminosidade natural. Sugere-se que cada cômodo tenha um frasco de álcool 70%, além de disponibilizar nas pias e lavatórios, sabonete, toalha de papel e um lixo com tampa de abertura com pedal.





Atuação da Terapia Ocupacional com pessoas idosas frente à Pandemia Covid-19

De acordo com Conselhos Regionais de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, recomenda-se:

- Suspender os atendimentos com as populações de risco com idosos, pessoas com doenças crônicas, entre outros amplamente citados pela ciência.
- Evitar atividades em grupo.
- Evitar a saída dos idosos da instituição.
- Evitar idas desnecessárias aos hospitais.
- Seguir e orientar aos pacientes/clientes/usuários, cuidadores e familiares a seguirem as recomendações com embasamento científico e dos órgãos competentes.
- Reforçar os cuidados com a higienização dos materiais e equipamentos terapêuticos como: goniômetro, martelo de reflexo, macas, tecidos, tatames, cadeiras, bem como todos os outros recursos que são necessários à prática terapêutica, que devem ser rigorosamente higienizados. Por exemplo, para um treino de atividades de vida diária, utilizar os talheres descartáveis, durante a tarefa da alimentação.
- O/A terapeuta ocupacional deve evitar manipular objetos pessoais durante o atendimento, como o uso do celular. Se indispensável, higienizar com álcool 70% e lavar as mãos.
- Resguardar a saúde mental das pessoas idosas, favorecendo a escuta e uma comunicação pessoal afetuosa, visando o acolhimento e diminuição da ansiedade. Buscar manter as rotinas na instituição, cumprindo as medidas de precaução.





Atividades para as pessoas idosas institucionalizadas frente à Pandemia Covid-19

Seguem algumas sugestões de atividades para serem realizadas, individualmente, com as pessoas idosas residentes em ILPI:

- Elaborar atividades referentes ao COVID-19, com linguagem simplificada e de fácil compreensão para os idosos/as favorecendo orientações, como: não compartilhar objetos de uso pessoal; normas de higiene; sinais e sintomas; fatores de risco; medidas de prevenção; entre outros.
- Equilibrar o tempo diante da TV evitando o excesso de informação sobre a pandemia, evitando pânico. Que tal assistir um bom filme e discuti-lo; leitura de um livro ou ouvir a declamação de uma poesia?
- Música quanto recurso: selecionar músicas a partir do repertório do idoso visando à estimulação da memória com despertar de emoções e lembranças, além de momento agradável e de descontração, podendo incentivar a dança (sentada ou em pé).
- Alongamento e fortalecimento dos membros superiores e inferiores, respeitando as limitações físicas e de saúde da pessoa idosa, visando estimular o equilíbrio, força muscular e flexibilidade, auxiliando na prevenção de quedas e postura adequada.
- Conforme a demanda, realizar treino de Atividades de Vida Diária (AVDs) de forma interativa e com materiais descartáveis.
- Jogo da memória visando estimular a cognição, feito em material plástico ou outro que possa ser higienizado com álcool 70% após o uso.
- Relaxamento guiado a fim de amenizar sintomas de ansiedade e agitação.
- Ressalta-se que as atividades citadas deverão ser realizadas somente com o idoso(a) e o terapeuta ocupacional. Preferencialmente devem-se usar materiais descartáveis e/ou higienizá-los com álcool 70%.
- Há muitas atividades que podem ser adaptadas e realizadas no leito, com sentido e significado para a pessoa idosa.





Referências:

- <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/ilpi-oferece-convivio-social-e-atividades-ludicas-para-idosos-no-periodo-de-ferias/>
- <http://www.crefito2.gov.br/noticias/noticias/covid-19:-crefito-2-criou-gabinete-de-crise-para-a-3129.html>
- <http://www.crefito2.gov.br/comunicados/comunicaods/nota-tecnica-sobre-o-coronavirus-da-camara-tecnica-3134.htm>
- <http://www.crefito10.org.br/conteudo.jsp?idc=2845>
- Recomendações para a prevenção e controle de infecções por coronavírus (SARS-Cov-2) em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs). Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. 17 março de 2020. Disponível em: <https://sbgg.org.br/recomendacoes-para-prevencao-e-controle-de-infecoes-por-coronavirus-sars-cov-2-em-instituicoes-de-loga-permanencia-para-idosos-ilpis/>
- <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46540-saude-anuncia-orientacoes-para-evitar-a-disseminacao-do-coronavirus>
- https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:folha-informativa-novo-coronavirus-2019-ncov&Itemid=875

Organizadoras:

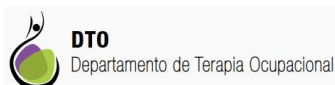
Alessandra Rossi Paolillo;

Ana Luiza Guedes Ferreira;

Giovanna Castello Rodrigues Leite;

Natalia De Oliveira Cardozo;

Vitoria Regina Gementi De Lima.



São Carlos

2020

