

GUIA DE ORIENTAÇÃO PARA CUIDADORES

CORONAVÍRUS - COVID-19

Recomendações e melhores práticas para proteção dos idosos e para o autocuidado



CORONAVÍRUS - COVID 19

A pandemia da doença COVID-19 é transmitida pelo Vírus que causa doença respiratória pelo agente coronavírus, com muitos casos registrados na China e em diversos outros países em todo mundo.

QUADRO DA DOENÇA

Pode variar de leve a moderado e os sintomas são semelhantes à gripe. Alguns casos podem se agravar, principalmente entre os idosos e pessoas que já estão com alguma doença crônica e a gripe evoluir para síndrome respiratória aguda grave e outras complicações. Em casos extremos, pode levar a óbito.

SOU CUIDADOR. O QUE EU DEVO FAZER

Nós que atuamos diretamente com o público idoso e/ou pessoas que necessitam de acompanhamento e cuidados com a saúde precisamos preservar essas pessoas e não expô-las ao risco, uma vez que a doença é facilmente transmitida.

Os principais órgãos da saúde tem feito algumas orientações para prevenção que veremos a seguir. Mas antes vamos entender um pouco mais sobre a doença.

COMO OCORRE O CONTÁGIO?

O VÍRUS PODE SER TRANSMITIDO VIA:

Gotículas de saliva

Tosse

Espirro

Catarro

Contato físico com a pessoa infectada

Contato físico com superfícies contaminadas

RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA O CUIDADOR:

Não é preciso entrar em pânico, mas neste momento todo rigor com a prevenção é necessário. Confira nossas orientações:

- Lavar bem as mãos ao chegar no local do

plantão com água e sabão,

- Não continuar com a mesma vestimenta que chegou no local (para isso esteja sempre com mais opções de roupas ou jaleco sempre limpos,
- Como o contato se dá via superfície contaminada é recomendável que se evite tocar nos olhos, boca e nariz com as mãos sem antes higienizá-las,
- Evite ao máximo o contato físico - Talvez seja necessário ter contato com o idoso em algum momento de



auxílio, mas contato para abraços/beijos é totalmente recomendável que se evite,

- Utilize o álcool gel antes de realizar qualquer procedimento,

- Mantenha o ambiente arejado,
- Não compartilhe objetos pessoais,
- Esterelize com álcool as embalagens, compras e pertences que vierem de fora de casa.

ATENÇÃO

AO IDENTIFICAR ALGUM DOS SINTOMAS LISTADOS ACIMA INFORME AO FAMILIAR E A NOSSA EQUIPE DE ENFERMAGEM PARA TOMARMOS AS DEVIDAS PROVIDÊNCIAS.

Lembre-se também do **AUTOUIDADO**

Para que você cuide bem do outro é preciso que se cuide primeiramente. Portanto, todas as recomendações de cuidados com os idosos são válidas para o auto cuidado também.

Se você sentir algum desses sintomas comunique a equipe de enfermagem da Cuidar para que possamos providenciar a substituição e procure um médico mais próximo