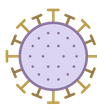
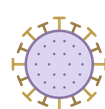
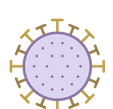
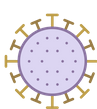
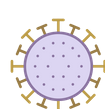
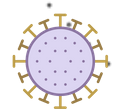
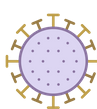




CUIDADOS PARA ENFRENTAR O CORONAVÍRUS



COORDENADORIA
DE **SAÚDE**
TJPA

APRESENTAÇÃO



O mundo vive em períodos turbulentos onde frequentemente nos vemos ameaçados por um novo vírus de grande propagação e letalidade.

Pesquisadores de todos os continentes dedicam-se totalmente a encontrar vacinas e/ou medicamentos que atendam os efeitos deste microrganismo entre os seres humanos.

Em pleno século XXI fomos surpreendidos por uma disseminação viral (Coronavírus) no Planeta, trazendo preocupação e medo.

Um vírus de propagação extrema e de enorme virulência provocando inúmeras mortes principalmente na população mais vulnerável como os idosos e as pessoas que já possuem uma doença de base como Diabetes, HIV, Cardiopatias e etc.

A preocupação é grande por parte da população em geral; políticos, entidades eclesiais, jurídicas e até pela economia das nações.

Precisamos estar voltados às condutas que visam evitar o contágio entre as pessoas, evitando que a propagação do Coronavírus nos surpreenda.

Visando este fato a Coordenadoria de Saúde do Tribunal de Justiça do Estado do Pará, por meio do Serviço Médico e da Enfermagem elaborou uma cartilha onde os cuidados simples e necessários que cada um pode tomar, estão elucidados com a finalidade de que todos possam utilizar e passar este período de turbulências com tranquilidade e saúde.

O que é o coronavírus?

O novo coronavírus (COVID-19) é um vírus identificado como a causa de um surto de doença respiratória detectado pela primeira vez na China. No início, muitos pacientes do surto supostamente teriam algum vínculo com um grande mercado de frutos do mar e animais, sugerindo a disseminação de animais para pessoas. No entanto, verificou-se que um número crescente de pacientes não teve exposição ao mercado de animais, indicando assim a ocorrência de disseminação de pessoa para pessoa.



SINTOMAS



Febre



Tosse



**Dificuldade
de respirar**

**Podem aparecer em apenas 2 dias ou
14 dias após a exposição**

COMO TRANSMITE?

Pelo ar ou por contato pessoal com secreções contaminadas, como: gotículas de saliva; espirro, tosse, catarro, contato pessoal próximo como toque ou aperto de mão e por contato com objetos e superfície contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos. Após esse contato o período para apresentação dos sintomas é, em média, de 5 a 16 dias.

FIQUE LIGADO!

Diante de um quadro viral é importante considerar o histórico de viagens para áreas de transmissão do novo coronavírus ou contato com possíveis pacientes que tenham contraído o novo coronavírus.

SUSCETIBILIDADE



Em uma comunidade todos estão expostos à COVID-19, entretanto podem evoluir com complicações:

- **Idosos**
- **Imunossuprimidos**
- **Pessoas que já possuem doenças de base tipo: cardiovasculares, doença cerebral-neurológica, diabéticos, hipertensos, etc.**

FIQUE LIGADO!

Ainda não existe vacina para prevenir a infecção pelo novo coronavírus (COVID-19).

A melhor maneira de prevenir esta infecção é adotar ações para impedir a propagação desse vírus conforme orientações a seguir.

CUIDADOS PARA EVITAR OU REDUZIR AO MÁXIMO A TRANSMISSÃO DO VÍRUS



Lavar as mãos com água e sabão antes e depois de tocar nos olhos, nariz e boca.



Cobrir a boca e o nariz ao tossir ou espirrar com o lenço de papel e jogar no lixo. OU cobrir a boca com o braço dobrado e sempre lavar as mãos com água e sabão após tossir ou espirrar.



Evitar cumprimentos como abraços e apertos de mão se estiver com algum sintoma da doença.



Manter os ambientes bem ventilados e, se possível, com as janelas abertas.



Realizar lavagem frequente das mãos com água e sabão. Se não houver água e sabão, usar álcool em gel.



Limpar objetos e superfícies tocados frequentemente (mouse, corrimão de escada, maçaneta de porta).



Se apresentar sintomas procurar o serviço de saúde mais próximo.



Não compartilhar objetos de uso pessoal como talheres, pratos, copos ou garrafa.

COMO LAVAR AS MÃOS CORRETAMENTE EM 12 PASSOS



0
Molhe as mãos
com água



1
Aplique sabão suficiente para cobrir
todas as superfícies das mãos



2
Esfregue as palmas das
mãos, uma na outra



3
Palma direita sobre o dorso
esquerdo com os dedos
entrelaçados e vice versa



4
Palma com palma
com os dedos entrelaçados



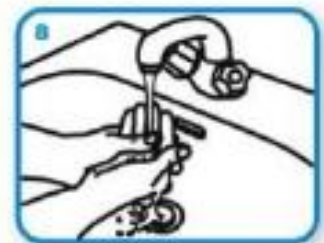
5
Parte de trás dos dedos
nas palmas opostas com
os dedos entrelaçados



6
Esfregue o polegar
esquerdo em sentido
rotativo, entrelaçado na
palma direita e vice versa



7
Esfregue rotativamente para trás
e para a frente os dedos da mão
direita na palma da mão
esquerda e vice versa



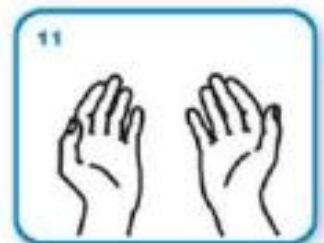
8
Enxague as mãos
com água



9
Seque as mãos com
toalhete descartável



10
Utilize o toalhete para
fechar a torneira se esta
for de comando manual



11
Agora as suas mãos
estão seguras.

**ESSES CUIDADOS SERVEM,
TAMBÉM, PARA ENFRENTAR A
GRIPE COMUM**

LINHA DO TEMPO - CORONAVÍRUS



Para o entendimento do assunto apresentamos a seguir o histórico da doença que iniciou no final de 2019, e que em curto espaço de tempo tomou grandes proporções a nível mundial, a ponto de comprometer organizações internacionais, nacionais e regionais, conforme pode ser observado na descrição a seguir.

DIAS	DATA	ÓRGÃO	ACONTECIMENTO
D-28	08/12/2019	CDC China	Primeiros casos identificados entre profissionais de saúde.
D-7	29/12/2019	CDC China	Atendimento de quatro pessoas com pneumonia indeterminada em Wuhan/China.
D0	05/01/2020	OMS	OMS emite o primeiro comunicado sobre Pneumonia de causa desconhecida na China. Naquele momento com 44 casos registrados.
D+4	09/01/2020	CDC China	Identificado e caracterizado o agente etiológico da pneumonia, um novo tipo de Coronavírus (2019-nCoV).
D+15	20/01/2020	OMS	1º Relatório Situacional da OMS, com atualização e informação de agravamento da situação epidemiológica.
D+17	22/01/2020	SVS/ Ministério da Saúde	Ativação do Centro de Operações de Emergências para gestão da resposta aos casos de Infecção Humana pelo 2019-nCoV no território nacional.
D+22	27/01/2020	OMS	Retifica a avaliação de risco e classifica o evento como nível elevado para uma potencial Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional. No entanto não realiza a declaração.
D+23	28/01/2020	SVS/ Ministério da Saúde	Publicação de Boletim Epidemiológico com Guia de Vigilância e Plano de Contingência. Coletiva de Imprensa.
D+23	28/01/2020	SESPA	Instituição do Comitê Técnico Assessor de Informações Estratégicas e Respostas Rápidas à Emergência 2019-nCov. Ativação do Centro de Operações de Emergências para gestão da resposta aos casos de 2019-nCoV no âmbito da Vigilância em Saúde.
D+25	30/01/2020	OMS	Declara Emergência de Saúde Pública de Interesse Internacional
D+27	01/02/2020	SVS/ Ministério da Saúde	MS declara nível de resposta Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) – questões orçamentárias.

Fonte: Plano de Contingência do Estado do Pará

**Mais informações atualizadas sobre o
CORONAVÍRUS no Estado do Pará:**

www.saude.pa.gov.br

**(clicar em seguida em Nota Informativa-
Coronavírus)**

PORTAS DE ENTRADA DO VÍRUS NO ESTADO DO PARÁ



- **Aeroporto Internacional Val de Cans (Belém)**
- **Porto de Vila do Conde (Barcarena)**
- **Portos de Belém, Santarém e Trombetas em Oriximiná.**

Considerando a posição geográfica e dimensão territorial do nosso Estado, e os meios de locomoção, as portas de entrada ultrapassam as citadas acima.

CONTATOS DE SETORES E INSTITUIÇÕES ENVOLVIDOS



Secretaria de Saúde Pública do Estado do Pará:

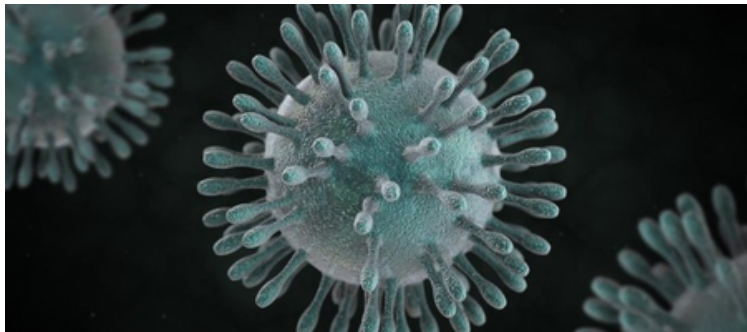
- **Diretoria de Vigilância em Saúde/SESPA:**
(91) 4006-4857
- **Departamento de Epidemiologia/SESPA:**
(91) 4006-4837
- **Centro de Informações Estratégicas em Vigilância em Saúde/SESPA:**
(91) 4006-4812

Secretaria Municipal de Saúde de Belém/SESMA:

- **Divisão de Vigilância Epidemiológica**
(91) 98417-3985

Nos demais Municípios contactar com as respectivas Secretarias de Saúde/Departamento de Epidemiologia.

CONCLUÍDO



O novo coronavírus, responsável pela doença COVID-19, é uma realidade e já se encontra em mais de 100 países localizados em diferentes continentes, fruto da facilidade de deslocamento das pessoas pelo nosso planeta. Assim, cada um de nós têm que inserir hábitos diários para prevenir a circulação do vírus, adotando medidas (etiqueta respiratória e lavagem correta das mãos), cujas ilustrações foram apresentadas no bojo deste material informativo. Essas medidas servem para prevenção, inclusive, para a Gripe Comum.

Apesar da transmissão entre pessoa a pessoa ser alto, a taxa de complicação e mortalidade é baixa, se compararmos com outras epidemias que, recentemente, o mundo já enfrentou. Nesse caso, não há motivo de pânico entre a população, devendo continuar normalmente com suas atividades do cotidiano.

Fica sempre um alerta: se a pessoa, independente, da faixa etária ou sexo, apresentar aqueles sintomas já descritos, deve considerar a dificuldade para respirar associada com desconforto no peito, cansaço fácil (aquele cansaço da cintura para cima - tórax, ficar ofegante ao deambular, subir e descer escada ou até mesmo em repouso), devendo procurar um serviço de saúde. Entretanto, as pessoas que mais evoluem para esse quadro são pessoas idosas, imunossuprimidos e pessoas com doenças de base.

Portanto, ressaltamos, também, a importância de adotar hábitos saudáveis, como: alimentar-se bem (comer verduras e frutas) e beber bastante líquido.

É importante salientar que o meio científico possui bastante conhecimento sobre o vírus, porém os estudos se configuram como um processo dinâmico, razão pela qual, frequentemente, orientações podem ser alteradas ou acrescentadas para reduzir/conter a transmissibilidade do vírus.



PRESIDENTE

Desembargador LEONARDO DE NORONHA TAVARES

VICE-PRESIDENTE

Desembargadora CÉLIA REGINA DE LIMA PINHEIRO

CORREGEDORIA DA REGIÃO METROPOLITANA DE BELÉM

Des^a. MARIA DE NAZARÉ SAAVEDRA GUIMARÃES

CORREGEDORIA DO INTERIOR

Des^a. DIRACY NUNES ALVES

CONSELHO DA MAGISTRATURA

Des. LEONARDO DE NORONHA TAVARES

Des^a. CÉLIA REGINA DE LIMA PINHEIRO

Des^a. MARIA DE NAZARÉ SAAVEDRA GUIMARÃES

Des^a. DIRACY NUNES ALVES

Des^a. MARIA DE NAZARÉ SILVA GOUVEIA
DOS SANTOS PINHEIRO

Des. MAIRTON MARQUES CARNEIRO

Des. JOSÉ ROBERTO PINHEIRO MAIA
BEZERRA JÚNIOR

Des^a. ROSI MARIA GOMES DE FARIAS

CARTILHA DE PREVENÇÃO PARA ENFRENTAR O CORONAVÍRUS

EQUIPE RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DA CARTILHA

- Miguel Ângelo Novo Simas - Divisão de Saúde e Qualidade de Vida
- Maria Ivone Freitas de Oliveira- Chefa do Serviço Médico
- Manoel de Christo Alves Neto- Coordenador de Saúde
- Dayhane Souza da Conceição- Estagiária de Enfermagem

EDITOR GRÁFICO

Dayhane Souza da Conceição- Estagiária de Enfermagem

FONTES

Ministério da Saúde

Plano de Contingência do Estado para Infecção Humana (2019-nCoV) no Pará
SESMA