



**PREFEITURA DE
ITAARA**

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

Neste momento de Pandemia e calamidade pública, a saúde não pode parar: Idosos, Crônicos e Gestantes não podem esperar!

Órgão Executor: Secretaria Municipal de Saúde de Itaara;

Orientador: Enfermeira Dra Dilce Rejane Peres do Carmo;

Colaboradores: Coordenador da Vigilância Municipal em Saúde (VISA) Marcos Antonio Bonfim Suderio, Defesa Civil Municipal Atílio Cezar Flores, Agentes Comunitárias de Saúde (ACS) Lucimar de Oliveira Agostini, Luciane D. Rodrigues, Rosane Niederauer e Técnicos em Enfermagem Cintia Pozzer e Eder Schuster e demais servidores da Secretaria da Saúde;

Apoio de gestão: Gabinete de Prevenção a COVID-19;

Apoio Técnico Científico: Médico Infectologista Fabio Lopes Pedro-UFSM, Enfermeiras Dras. Daiana Foggiato de Siqueira –UFSM e Dilce Rejane Peres do Carmo (pesquisadora do grupo de ensino e pesquisa- UFSM-EERP-RP-SP), Psicóloga Marcielle Toaldo da Silva, Psiquiatra Gustavo Salvati, Nutricionista Andreia Niederauer Coelho; Médicos da Unidade Básica de Saúde (UBS) e Estratégia de Saúde da Família (ESF) de Itaara, Renato Cunha, Felipe Adams, Antonio Augusto Machado Medeiros, Médico Rafael Henrique Martini Mariano da Rocha, Enfermagem UBS-ESF: Janete Severo de Carvalho, Caticiane Avelo Shirmer, Alessandra de Oliveira e Renan Rosa dos Santos;

Apoio técnico: Psicóloga Mestre em Saúde Coletiva Instrutora de Tantra Yoga e de outras Práticas Integrativas e Complementares Paola Lazzarotto; Engenheira de Alimentos, Terapeuta em Ginecologia Natural e Florais da Lua, Mestre Reikiana e Terapeuta de Barras de Access Consciousness® Priscilla Ilha Carbonell; Monja de Yoga e Meditação licenciada em Artes Visuais Didi Shivánii (Vanessa Marques Otácio); Instrutora de Yoga Mestre em Direito Público e Especialista em Processo Civil Carolina Elisa Suptitz; Mestre Reikiana graduada em Estudos Sociais e Pós graduada em Mídias na Educação e Gestão educacional Denise Rosana Lammel Canfield; Psicóloga e Hipnóloga Clínica Jizanne Terezinha Carbonell.

Itaara, 2020

Neste momento de Pandemia e calamidade pública a saúde não pode parar: Idosos, Crônicos e Gestantes não podem esperar

Secretaria Municipal de Saúde de Itaara

1 INTRODUÇÃO

A partir da criação do Gabinete de Prevenção a COVID 19, que integra secretários municipais de saúde, VISA e Defesa Civil municipal, os quais, contam com apoio técnico científico Médico Infectologista Fabio Lopes Pedro e na Saúde Mental das Dras. Enfermeiras Daiana Foggiato de Siqueira e Dilce do Carmo que tem por objetivo, orientar a gestão municipal sobre as ações de resposta a COVID 19, a gestão municipal lançou uma questão a equipe técnico científica: Questão: O que mais a gestão municipal pode fazer para minimizar o processo de transmissão do novo coronavírus no município? Resposta: Com uma atenção especial aos grupos prioritários vocês estarão dando um salto no cuidado. Assim, foi lançado um desafio a esta secretaria de saúde para a elaboração de projeto que atente para os cuidados aos grupos prioritários, classificados de risco para a COVID 19 (OMS, 2020), com vistas prevenção e promoção da saúde, na tentativa de minimizar os riscos junto a esta população enquanto perdurar o estado de calamidade pública.

Encontrar soluções para prevenir e promover a saúde destes grupos pode fazer a diferença no cenário municipal, exige ações rápidas explorando o conhecimento já existente com o foco da Atenção Primária a Saúde (PAS), ou seja, prevenção, promoção e recuperação da saúde em consonância com a política HumanizaSUS, dando valor ao acolhimento na sustentação da relação entre equipes/serviços e usuários/comunidade. Dessa forma, encontramos apoio no projeto de extensão do Departamento de Enfermagem da UFSM “PRÁTICAS HUMANIZADORAS DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL”.

Como valor das práticas de saúde, o acolhimento é construído de forma coletiva, a partir da análise dos processos de trabalho e tem como objetivo a construção de relações de confiança, compromisso e vínculo entre as equipes/serviços, trabalhador/equipes e usuário com sua rede sócio-afetiva. Preocupados com o atual momento de isolamento/distanciamento social que pode afetar tanto a saúde física como mental, pelo estresse gerado com mudanças súbitas da rotina, hábitos e relacionamentos sociais-família, podendo alterar e comprometer a imunidade, com consequências um maior risco de contrair gripes e resfriados e menor capacidade do organismo de reagir a uma ameaça como a COVID 19. Respondendo a solicitação do gabinete de prevenção, a Secretaria Municipal de Saúde apresenta o *“Neste momento de Pandemia e calamidade pública a saúde não pode parar: Idosos, Crônicos e Gestantes não podem esperar”*

2 OBJETIVO

- ✓ Desenvolver ações de continuidade na resposta a pandemia com atenção especial a Saúde Mental, em especial nesta proposta, grupos de risco prioritários;

2.1 Objetivos específicos

- ✓ Ampliar a divulgação dos instrumentos de orientação e educação em saúde;
- ✓ Alcançar as metas do Ministério da Saúde que estabelece uma cobertura vacinal de 90% da população dos municípios;
- ✓ Desenvolver ações de prevenção, promoção e recuperação da saúde relacionadas a pandemia atual;
- ✓ Buscar apoio e parcerias público privada para inclusão de práticas humanizadoras no cuidado em saúde mental;
- ✓ Avaliar e encaminhar oficialmente as necessidades junto as demais secretarias municipais e órgãos competentes para auxílio a população prioritária;
- ✓ Emitir relatório oficial a gestão e gabinete de prevenção das ações realizadas;

3 OMS ALERTA SOBRE VIROSES RESPIRATÓRIAS

3.1 TRANSMISSÃO

A virose é transmitida por gotículas (secreções) do nariz e da boca da pessoa doente, geralmente através do espirro e da tosse. Quando a virose é de ordem gastrointestinal, também pode ser transmitida através do contato oral-fecal, ou seja, através das mãos, objetos ou alimentos contaminados com coliformes fecais do infectado, que se tornam meios de transmissão da doença em contato com a boca. Nos dois casos, o doente é o agente transmissor, através de contato direto ou indireto.

3.2 SINTOMAS

Os sintomas variam, principalmente relacionados ao tipo de virose. Por exemplo, as viroses gastrointestinais podem apresentar sintomas como diarreia líquida, dor abdominal tipo cólica, náuseas, vômitos, febre baixa, distensão abdominal, empachamento, falta de apetite e indisposição. Já nas viroses de ordem respiratória, que causam infecção das vias aéreas superiores, é comum haver tosse, espirros, congestão nasal, febre, irritação e dor na garganta, dor de cabeça, dor articular, prostração, dentre outros.

3.3 CUIDADOS

As viroses podem ser tratadas em casa através de alguns cuidados básicos como hidratação abundante para auxiliar na eliminação do vírus e, no caso das viroses gastrointestinais, para evitar a desidratação. As refeições devem ser leves para evitar as náuseas, vômitos e diarreias. Alimentos gordurosos e ricos em açúcar também devem ser evitados, pois pioram os sintomas. É indicado também utilizar analgésicos para aliviar as dores e antitérmicos para baixar a febre, bem como antieméticos quando há enjoo, antidiarreico para controlar a diarreia e descongestionantes nasais.

A maioria das viroses são simples, como os resfriados e não há necessidade de buscar ajuda médica diante dos sintomas mais comuns. Porém, fique atento! Em casos de febre que persistam por mais de 24h e quadros com manifestações mais intensas,

mesmo que iniciais, não pense duas vezes e vá ao médico imediatamente. As viroses podem evoluir com complicações e apenas o médico poderá detectar a tempo de controlar a situação.

Para evitar contrair doenças respiratórias, é essencial manter alguns hábitos de higiene sempre, como lavar as mãos, utilizar lenço descartável para limpar o nariz, não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas, manter os ambientes bem ventilados e evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe ou resfriado. É fundamental também cobrir o nariz ao tossir e espirrar. Mas não use a mão para isso. Cubra o rosto com área interna entre o braço e o antebraço, onde fica o cotovelo. Assim, você evita tocar em objetos com as mãos cheias de vírus que podem contaminar outras pessoas.

3.4 Período de duração das viroses

As viroses são autolimitadas, ou seja, têm um tempo limitado de duração que pode variar, em média, de 3 a 10 dias. Porém, em alguns casos, o quadro pode evoluir para complicações mais graves, como a pneumonia por infecção bacteriana associada das vias aéreas inferiores. Portanto, chamo atenção para a importância em buscar ajuda médica.

3.5 Como evitar viroses

Alguns cuidados são essenciais para evitar viroses, como por exemplo: não ingerir alimentos vencidos ou estragados e sempre lavar bem verduras, legumes e frutas; evitar contato com pessoas que apresentem sintomas de viroses respiratórias; lavar sempre as mãos e higienizá-las com álcool gel; fazer uso de vacinas, como a imunização para Influenza.

4 METODOLOGIA

As Estratégias de Saúde da Família vai ofertar atendimento presencial, online e virtual respeitando a demanda, via telefone ou por Visita Domiciliar (VD) registrando dados sobre o perfil do usuário, rede social incluindo a família, acesso a

direitos básicos de saúde e assistência. Também, será usado o sistema de referência e contra referência municipal de saúde nos encaminhamentos intersecretárias. Ainda, será criado um instrumento para os registros das ações a fim de avaliação do processo e subsidiar o relatório de gestão, será ampliada a divulgação da campanha de vacinação e demais orientações da VISA para este público com acompanhamento das ESFs durante a pandemia, serão oferecidas orientações de saúde e qualidade de vida (nutrição) com apoio técnico nutricional em parceria com a Secretaria de Educação sob orientação da Nutricionista Andreia Coelho, será ofertado material orientativo - Guia Municipal de Saúde Mental e os produzidos pela VISA Municipal, e equipamento de proteção individual (máscaras). Com vistas melhorar a comunicação, será ampliada a disponibilização de canais para este fim como: telefone das secretarias municipais de saúde e Assistência Social, telefone da ambulância municipal e telefone das Enfermeiras do Guia de Saúde Mental e *WhatsApp* dos grupos. Será motivada a manutenção da prática de atividades físicas, guiadas sob a orientação técnica via grupos de *WhatsApp*. A partir do Projeto de extensão em parceria com o Departamento de Enfermagem/Saúde Mental da UFSM: PRÁTICAS HUMANIZADORAS DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL, será oferecido outras práticas eficazes em saúde com a participação de terapeutas voluntários.

OBS: Este projeto pode ser alterado conforme a adesão de recursos terapêuticos eficazes para as práticas humanizadoras do cuidado.

5 AVALIAÇÃO

A avaliação, será baseada nos princípios de continuidade, dialogicidade, ética, e corresponsabilização popular, além de avaliação de estrutura, processo e de resultados. Ao que se refere a avaliação de estrutura tem a ver com aspectos logísticos que vão possibilitar as ações, do processo, que vai acontecer ao longo das atividades previstas (exercícios de suporte para os atendimentos programados junto ao apoio técnico). Em relação a avaliação de resultado, este envolverá as atividades correspondentes ao alcance dos objetivos propostos, representados pelo desenvolvimento das ações e atividades, resoluções de situações-problemas de acordo com a realidade local. A avaliação assim, será processual, permitindo intervenções de melhoria contínuas e

oportunas, respeitando a liberdade e as análises críticas envolvendo os participantes e representante do gabinete de prevenção a COVID 19, levando em conta o ambiente, ou seja, as características do município de Itaara.

REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE, HUMANIZA SUS. Política Nacional de Humanização - PNH. 1º edição. Brasília: 2013

ITAARA. Plano Municipal de Contingencia para a possibilidade de infecção humana pelo novo coronavirus. 2020

ITAARA. Guia de Saúde Mental em Itaara: Cuidados em saúde mental durante a quarentena. 2020.

ITAARA. Projeto de gestão SOLIDARIZA ITAARA, 2020.