

# Saiba tudo sobre o coronavírus

Conheça os sintomas, as formas de transmissão e saiba como se prevenir

## O que é o coronavírus?

Coronavírus é uma família de vírus que pode causar danos em animais e em humanos. Em pessoas, pode resultar em infecções respiratórias que vão desde um resfriado até síndromes respiratórias agudas severas. O novo coronavírus (SARS-Cov-2) causa a doença denominada Covid-19, que teve início na China, em dezembro de 2019.

## Quais são os sintomas?

Os sintomas do Covid-19 envolvem febre, cansaço e tosse seca. Parte dos pacientes pode apresentar dores, congestão nasal, coriza, tosse e diarreia. Alguns pacientes podem ser assintomáticos, ou seja, estejam infectados pelo vírus, mas não apresentem sintomas. O Ministério da Saúde estima que os pacientes mais jovens são os mais passíveis de não apresentar qualquer sinal da doença.

## Qual o período de incubação do vírus?

De acordo com a OMS, a estimativa é que o período de incubação seja de 1 a 14 dias. Ou seja, o vírus teria esse tempo para se manifestar. O mais comum é a manifestação por volta de cinco dias. Mas há pessoas que não apresentam sintomas.

## Quais são os maiores problemas e os públicos mais vulneráveis?

A OMS calcula que 1 em cada 6 pacientes pode ter um agravamento do quadro, com dificuldades respiratórias sérias. No início de março, a taxa de letalidade era de 3,5%. Mas o Ministério da Saúde suspeita que pode ser menor, em razão de haver subnotificação dos casos em alguns países. Os públicos mais vulneráveis são idosos e pessoas com doenças crônicas (diabetes, pressão alta e doenças cardiovasculares).

## Como ocorre a transmissão?

O contágio ocorre a partir de pessoas infectadas. A doen-



ça pode se espalhar desde que alguém esteja a menos de 2 metros de distância de uma pessoa com a doença. A transmissão pode ocorrer por gotículas de saliva, espirro, tosse ou catarro, que podem ser repassados por toque ou aperto de mão, objetos ou superfícies contaminadas pelo infectado.

## O novo coronavírus pode ser transmitido pelo ar?

Não, a menos que um indivíduo chegue próximo a um paciente infectado a ponto de as formas de contaminação serem possíveis.

## É possível pegar o Covid-19 de alguém sem sintomas?

De acordo com a OMS, as chances são pequenas, pois o vírus é transmitido por saliva, espirro, tosse ou catarro, elementos mais presentes quando uma pessoa está com gripe.

## Animais de estimação podem transmitir o novo coronavírus?

Não. Não há evidência de que animais de estimação como gatos e cachorros tenham

sido infectados.

## Quanto tempo o vírus pode durar em uma superfície?

A OMS informa que não há um tempo determinado, podendo ser de algumas horas a alguns dias. Pode haver diferença também em razão de condições como a temperatura.

## Quais são as medidas de prevenção ao Covid-19?

O Ministério da Saúde explica que não há medicamento, substância, vitamina, alimento específico ou vacina que possa prevenir a infecção pelo novo coronavírus e indica as seguintes medidas de prevenção:

- lavar as mãos frequentemente com água e sabonete por pelo menos 20 segundos, ou usar desinfetante para as mãos à base de álcool quando a primeira opção não for possível;
- evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- evitar contato próximo com pessoas doentes;
- ficar em casa quando estiver doente;

- usar um lenço de papel para cobrir boca e nariz ao tossir ou espirrar, e descartá-lo no lixo após o uso;

- não compartilhar copos, talheres e objeto de uso pessoal;

- limpar e desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência.

- manter ambientes bem ventilados e higienizar as mãos após tossir ou espirrar.

## O uso de álcool gel para prevenção ao coronavírus é eficaz?

Sim. De acordo com o Conselho Federal de Química, o álcool gel é "eficiente desinfetante de superfícies/objetos e antisséptico para a pele". O grau alcoólico recomendado para o efeito é de pelo menos 70%.

## Preciso usar máscara para me proteger?

A máscara não tem efeito algum para pessoas sem o vírus. Ela deve ser utilizada por quem apresenta sintomas da doença, pois previne que alguém infectado espalhe o vírus e venha a contaminar outras pessoas. O

uso também é recomendado para pessoas que tenham contato com indivíduos com suspeita ou confirmação do novo coronavírus. Máscaras também devem ser usadas por profissionais de saúde que atuam em locais com pacientes com suspeitas ou sintomas. Após o uso, a orientação é descartar a máscara em local adequado e lavar as mãos.

## Estou com tosse, febre e dores. Preciso fazer exames para detectar se estou com Covid-19?

Pessoas que apresentem sintomas da doença devem procurar orientação médica, em especial, os postos de saúde. De acordo com o Ministério da Saúde, mais de 42 mil postos de saúde espalhados pelo país são capazes de atender 90% dos casos de coronavírus. Estudos indicam que a grande maioria dos casos de Covid-19 são mais leves e poderiam ser atendidos nesse nível de atenção. A população pode buscar os serviços quando apresentar os sintomas iniciais do vírus, como febre baixa, tosse, dor de garganta e coriza. A partir do relato do paciente é que o médico decidirá sobre a necessidade de se fazer o teste para Covid-19.

Atualmente, a recomendação das autoridades sanitárias é que sejam testados apenas os pacientes com sintomas respiratórios e que tenham tido contato com alguém infectado ou que tenham viajado para uma região onde há transmissão da doença. O exame só pode ser feito com solicitação médica. Ele é feito por hospitais públicos e privados e confirmado por laboratórios de referência espalhados pelo Brasil. A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) anunciou que os planos de saúde deverão cobrir os testes realizados na rede privada.

## Que instituições podem realizar os testes para Covid-19?

O teste é realizado após avaliação clínica do médico e a pedido dele. A pessoa deve procurar os postos de saúde mais próximos. Até a próxima semana, todos os 27 Laboratórios Centrais de Saúde Pública (LACENS) do país estarão aptos a realizar a testagem para o coronavírus, segundo o Ministério da Saúde. A capacitação dos laboratórios estaduais está sendo realizada pelo Laboratório de Vírus Respiratório e do Sarampo do Instituto Oswaldo Cruz (IOC/Fiocruz), que atua como Centro de Referência Nacional em vírus respiratórios junto ao Ministério da Saúde e integra o esforço nacional de vigilância e monitoramento dos casos de coronavírus. Atualmente, além dos laboratórios de referência nacional para testagem do coronavírus, a Fiocruz, no Rio de Janeiro, o Instituto Adolfo Lutz, em São Paulo, e o Instituto Evandro Chagas (IEC), no Pará, os laboratórios centrais de São Paulo, Pará, Goiás e o Rio Grande do Sul já foram capacitados e estão testando para a doença.

## Existe tratamento para a doença?

Segundo a OMS, 80% das pessoas se recuperam sem tratamento especial. Não há uma medicação que elimine o vírus. Mas há tratamento para mitigar o avanço da doença e diminuir o desconforto.

## Antibióticos ou vitamina D previnem ou curam o novo coronavírus?

Não. Antibióticos e vitamina D não atuam contra o vírus.

## Voltei de uma viagem internacional e visitei um país com casos de coronavírus. O que preciso fazer?

Caso apresente sintomas, procure uma unidade de saúde e informe a situação para receber orientação médica. A recomendação do Ministério da Saúde é esperar pelo menos 14 dias para avaliar a evolução do quadro de saúde. ■

# Endometriose: o que é?

Dr. Jorge Eduardo Faria Rocha Costa e Prof.Dr. Renato Augusto Moreira de Sá, a convite dos professores Aderbal Sabrá e Selma Sabrá

A endometriose é um problema comum que atinge mulheres quase exclusivamente no período reprodutivo e tem características genéticas. Raramente acontece nas mulheres em idade pós-menopausa. Trata-se de uma doença ginecológica, em que a camada interna do útero chamada endométrio, pode crescer em outras regiões do corpo humano, causando uma inflamação crônica. Esta doença é uma causa frequente de infertilidade. A localização do tecido endometrial fora do útero ocorre normalmente na região pélvica, isto é, na parte inferior do abdômen, podendo atingir intestinos, ovários, bexiga e peritônio (a membrana que reveste internamente toda a cavidade abdominal). Mas esta doença pode surgir também em outras partes do corpo sem ser na região pélvica, podendo atingir os pulmões, o cérebro, entre outros órgãos.

O principal sintoma da endometriose é a dor. Podem surgir dores intensas durante o período menstrual, ao que se chama de dismenorria e dores no baixo ventre ou cólicas que podem ocorrer uma ou duas semanas antes da menstruação. Também dores abdominais ao urinar



e evacuar, especialmente no período menstrual, dores nas relações sexuais com penetração dolorosa e distensão abdominal. Esta doença está relacionada com infertilidade. Quando a doença encontra-se fora do útero, os sintomas vão depender do órgão atingido. Por exemplo, no pulmão pode aparecer dor ao respirar

(chamada de dor pleurítica) e tosse com expectoração de sangue; no cérebro pode ocorrer dor de cabeça (cefaleia) ou convulsões; lesões dolorosas em cicatrizes cirúrgicas com inchaço e sangramento local, também podem surgir. Mas parece que não existe relação entre os sintomas e o grau da doença.

**O diagnóstico** – Diante da suspeita de endometriose, deve-se procurar o médico para realizar o exame ginecológico. Este será o primeiro passo. O médico irá solicitar alguns exames complementares como ultrassom transvaginal. A ressonância magnética, exame mais dispendioso e que não é facilmente disponível na rede pública de

saúde, também pode ser utilizado no diagnóstico. Entretanto o exame definitivo, invasivo, que irá confirmar a suspeita da doença se chama laparoscopia. Na laparoscopia o médico inspeciona diretamente a cavidade uterina ou abdominal e consegue visualizar os "implantes" de endométrio, confirmando a doença. Atualmente com a

videolaparoscopia a extensão da doença dentro da cavidade abdominal pode ser detectada. Nos casos mais avançados da doença, deve-se investigar no sangue a presença de um marcador biológico chamado CA-125.

**O Tratamento** – A endometriose é doença que normalmente regride com o aparecimento da menopausa. Isto ocorre devido à queda na produção de hormônios femininos com o avançar da idade. O tratamento vai depender da idade da mulher, do desejo de engravidar, da gravidade dos sintomas, da extensão e da localização da doença. Existe a opção por tratamento clínico, com utilização de hormônios, que deverão interromper a menstruação.

Porém, é bom lembrar que há efeitos colaterais, como doenças tromboembólicas (trombozes). Nos quadros em que a endometriose é grave, pode apresentar obstrução intestinal, isto é, parada de eliminação de gases e fezes, além de sangramento pelo anus e pela bexiga. Estes casos demandam tratamento cirúrgico, normalmente por videolaparoscopia (operação abdominal realizada por meio de pequenas incisões). ■