

Coronavírus: o que não fazer

Saiba como agir corretamente
para se preservar em tempos
de COVID-19



Cartilhas
COVID-19



MeuDoutor
Novamed

As clínicas **Meu Doutor Novamed** oferecem atendimento médico diferenciado e de alta qualidade, com foco na atenção primária e no cuidado preventivo, resgatando o conceito de Médico de Família e Comunidade.



Pensando em ajudar você a cuidar mais e melhor da sua saúde, disponibilizamos esta cartilha que traz informações sobre a COVID-19, de forma simples e clara.

Além disso, desde junho/2020, todas as unidades da rede de clínicas **Meu Doutor Novamed** passaram a atender, sem necessidade de agendamento prévio, no caso de atendimentos clínicos na modalidade de livre demanda.

Segunda a sexta, das 7h às 19h

(com limite de abertura de ficha até às 18h30).

Sábado, das 7h às 14h

(com limite de abertura de ficha até às 13h30).

Para laboratório, o funcionamento é de segunda a sábado (das 6h30 às 12h).

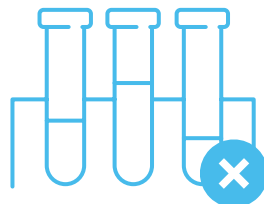
O objetivo é evitar a formação de filas de espera e a exposição dos pacientes a aglomerações.

Consulte o site www.novamedsaude.com.br.



MeuDoutor
Novamed

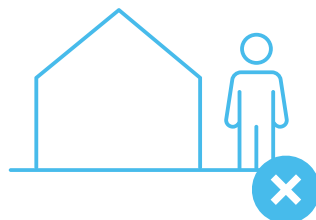
Você não deve fazer o exame de PCR para coronavírus se não estiver com sintomas.



O exame pode resultar negativo se você estiver nos primeiros dias da infecção, ainda sem sintomas, e isso poderá dar uma falsa sensação de que você não está infectado.

Caso apresente sintomas, converse com seu médico para que ele solicite o exame mais apropriado para o seu caso.

Você não deve deixar o isolamento domiciliar se os sintomas forem leves.



Se você está apenas com sintomas de um resfriado leve, não significa que não deve se preocupar. A maioria das pessoas apresenta somente sintomas leves, e o isolamento domiciliar, conforme explicado aqui no site, deve ser seguido rigorosamente.





Você não deve deixar de usar máscara se tiver suspeita ou diagnóstico de COVID-19.

Você deve utilizar máscara cirúrgica descartável sempre que precisar sair de casa, quando tiver suspeita ou diagnóstico de COVID-19.



A máscara deve cobrir totalmente a boca e o nariz, sem deixar espaços nas laterais. Também é importante que a máscara seja utilizada corretamente, não devendo ser manipulada durante o uso. Deve-se lavar as mãos antes de sua colocação e após sua retirada.

O uso da máscara não substitui as medidas de higiene como lavagem das mãos, uso de álcool em gel a 70%, cobrir a boca ao tossir ou espirrar. Mesmo de máscara, mantenha distância de, pelo menos, 1 metro de outra pessoa.



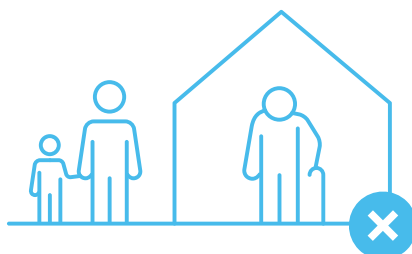
MeuDoutor

Novamed

Outras informações podem ser acessadas no site da Anvisa:
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1s+caras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7>



Você não deve achar que, porque é jovem, não corre o risco de desenvolver sintomas graves.



Apesar de, estatisticamente, os pacientes com maior probabilidade de desenvolver sintomas graves serem os idosos e pacientes portadores de outras doenças crônicas, o fato de ser saudável e jovem não faz com que você esteja totalmente seguro.

Existem relatos de pacientes jovens que desenvolveram a forma grave da doença, apesar de isso ser menos frequente.

Você não deve suspender seus medicamentos para pressão alta, problemas de coração e diabetes.



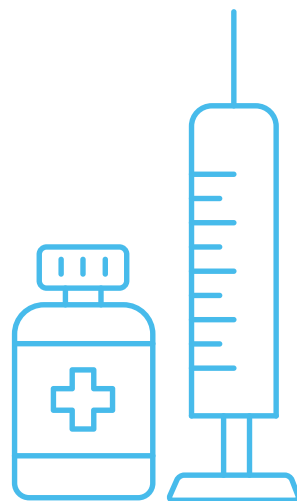
A Sociedade Brasileira de Cardiologia não recomenda a suspensão ou substituição de medicamentos para essas doenças. Portanto, somente pare ou troque seu remédio se o seu médico assim

determinar; se você fizer isso por conta própria, poderá colocar em risco a sua saúde e precisar procurar atendimento de emergência.



Você não deve deixar de tomar as vacinas contra a COVID-19.

As vacinas autorizadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) seguem critérios científicos rígidos e são consideradas seguras, reduzindo o risco de desenvolver quadros mais graves da COVID-19. Para garantir a proteção da vacina, é preciso tomar todas as doses recomendadas. Todos os brasileiros maiores de 5 anos devem fazer a dose de reforço, além do esquema vacinal inicial, desde que seja respeitado o intervalo de quatro meses entre a segunda dose/dose única e a dose de reforço, independentemente da vacina inicial aplicada, seguindo o calendário de vacinação local.





REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Ministério da Saúde. Plano Nacional de Operacionalização da Vacinação contra a Covid-19 – PNO – 2ª edição com ISBN (corresponde à 14ª versão). Setembro de 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/coronavirus/plano-nacional-de-operacionalizacao-da-vacinacao-contra-a-covid-19-pno-2a-edicao-com-isbn>
2. Ministério da Saúde. Estou doente: o que fazer? Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/estou-doente-o-que-fazer>
3. Ministério da Saúde. Ministério da Saúde recomenda dose de reforço contra Covid-19 para crianças a partir de 5 anos. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/janeiro/ministerio-da-saude-recomenda-dose-de-reforco-contra-covid-19-para-criancas-a-partir-de-5-anos>





MeuDoutor

Novamed

Para agendar exames e consultas nas diversas especialidades, entre em contato pelos canais:

Consultas:

- Apps Bradesco Saúde ou Mediservice, em seu celular;
- Sites novamedsaude.com.br;
- 4004 2734 (Central).

Exames: 4004 2734 (Central).



Escaneie o QR Code e acesse o nosso perfil no LinkedIn **MeuDoutorNovamed**.

Conteúdo desenvolvido pela área médica da Meu Doutor Novamed

