

# Coronavírus: o que é, como se prevenir

Tudo o que você precisa saber  
para entender o coronavírus e a  
pandemia de COVID-19



Cartilhas  
COVID-19



**MeuDoutor**  
Novamed





A Meu Doutor Novamed está sempre pensando em ajudar você a cuidar mais e melhor da sua saúde. Por isso, ao longo da pandemia, buscamos o máximo de informações, acompanhamos todas as conquistas da medicina e desenvolvemos uma linha de cartilhas para compartilhar com você. De forma simples e clara.

Consulte também as outras Cartilhas COVID-19. Afinal, neste momento, é fundamental que você esteja bem informado. E seguro. Vamos continuar juntos para passar por este período de tantos desafios.

> **Orientações para gestantes e bebês**

Dicas importantes para proteger você e seu bebê durante a pandemia de COVID-19

> **Síndrome Pós-COVID**

Saiba mais sobre os sintomas que podem permanecer ou surgir após a COVID-19

> **Coronavírus: o que não fazer**

Saiba agir corretamente para se preservar em caso de COVID-19

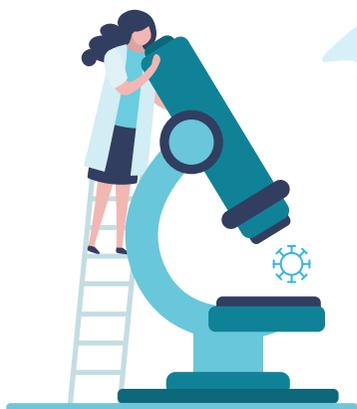


# Sumário

<b>O que é coronavírus</b>	<b>4</b>
<b>Transmissão</b>	<b>5</b>
<b>Imunidade</b>	<b>5</b>
<b>Sintomas</b>	<b>6</b>
<b>Exames laboratoriais</b>	<b>8</b>
<b>Tratamento</b>	<b>10</b>
<b>Como se prevenir</b>	<b>12</b>
<b>Vacinas</b>	<b>15</b>
<b>Variantes</b>	<b>17</b>
<b>Referências bibliográficas</b>	<b>18</b>



# O que é coronavírus



Os coronavírus constituem uma grande família de vírus, que recebeu esse nome por conta de sua aparência (possuem, em sua superfície, espículas que lembram o desenho de uma coroa). Dentre os vírus pertencentes a esta família, os mais conhecidos são o SARS-CoV e o MERS-CoV; que, inclusive, já foram responsáveis por quadros de epidemia ao longo da história. Os vírus citados podem causar infecções de trato respiratório tanto em seres humanos quanto em animais, sendo agentes infecciosos bastante comuns em muitas espécies (incluindo camelos, gado, gatos e morcegos). A sua transmissão inter-espécies é pouco comum, o que significa que raramente os coronavírus de animais podem infectar pessoas; espalhando-se na população. Recentemente, identificou-se um novo tipo de coronavírus, o SARS-CoV-2; responsável por causar a doença COVID-19. Até o momento, não foi identificado o reservatório do SARS-CoV-2; embora a transmissão inter-espécie tenha acontecido (como ocorreu, também, com o MERS-CoV).

Atualmente, diversas sublinhagens (subtipos) do SARS-CoV-2 já foram descritas, fazendo com que a doença continue circulando em todos os continentes.

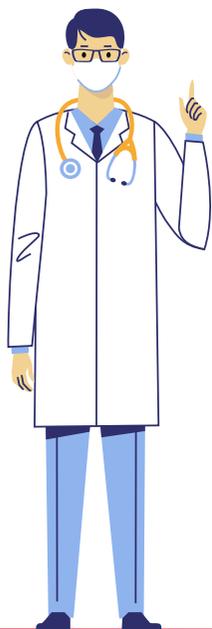
Por isso, o contínuo monitoramento e a adoção de medidas de prevenção e controle para a diminuição da transmissão do SARS-CoV-2 são importantes para a redução da morbidade e mortalidade da doença.



# Transmissão

A transmissão do vírus acontece, principalmente, por meio do contato interpessoal; e a doença possui um **período de incubação que pode variar entre 1 e 14 dias (com mediana de 5 - 6 dias, segundo o Ministério da Saúde)**. Isso significa que, durante esse período, o indivíduo infectado estará portando (e, possivelmente, transmitindo) o vírus sem manifestar a doença; estando assintomático.

Um indivíduo infectado começa a transmitir o SARS-CoV-2 para outras pessoas cerca de 48 horas (dois dias) antes de apresentar sintomas.



Mais informações sobre o coronavírus podem ser acompanhadas no site do Ministério da Saúde pelo *link*: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus>.

## Imunidade

Evidências atuais indicam a possibilidade de reinfeção pelo SARS-CoV-2, porém essas são menos comuns no primeiro trimestre que sucede a primeira infecção.

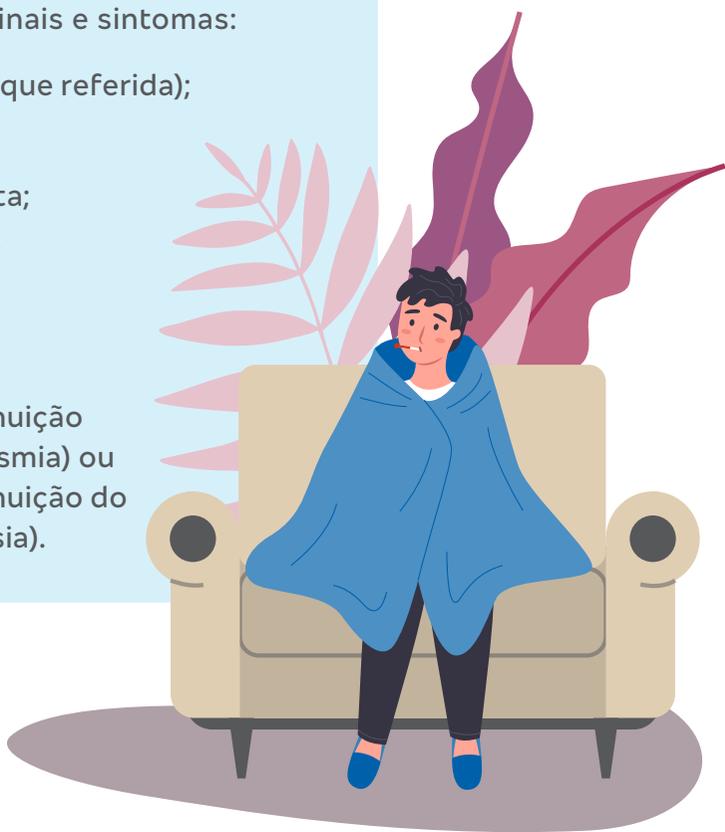
# Sintomas

Serão considerados casos suspeitos pessoas que apresentem sintomas caracterizados como **Síndrome Gripal (SG)** ou **Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG)**.

## Síndrome Gripal (SG)

Indivíduos com quadro respiratório agudo, caracterizado por **dois ou mais** dos seguintes sinais e sintomas:

- febre (mesmo que referida);
- calafrios;
- dor de garganta;
- dor de cabeça;
- tosse;
- coriza;
- perda ou diminuição do olfato (anosmia) ou perda ou diminuição do paladar (ageusia).



**Em crianças**, é importante lembrar que a obstrução do nariz, a desidratação e a falta de apetite também são consideradas sintomas, na ausência de outro diagnóstico específico.



**Em idosos**, deve-se considerar também sintomas como desmaio ou perda temporária de consciência, confusão mental, sonolência excessiva, irritabilidade e falta de apetite.

Em uma pequena parcela de infectados, a doença pode se agravar; caracterizando a **Síndrome Respiratória Aguda Grave - SRAG**). Apesar de incomum, a SRAG pode acometer tanto crianças quanto adultos e idosos. Nesses casos, o paciente apresenta dispneia/desconforto respiratório/dificuldade para respirar; com saturação de oxigênio ( $O_2$ ) menor do que 95% em ar ambiente. Ainda, podemos notar coloração azulada dos lábios ou rosto (cianose); ou queixa de pressão persistente no tórax. Em todos esses casos, o médico deve ser procurado imediatamente.

Em casos suspeitos de COVID-19, a febre pode estar ausente, e sintomas gastrointestinais (diarreia) podem estar presentes.



# Exames laboratoriais

Para que sejam realizados, os exames deverão ser solicitados pelo médico assistente, e as indicações devem se enquadrar nas diretrizes da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) e do Ministério da Saúde (MS). Em todos os casos, há sempre a necessidade de que o paciente seja avaliado.

## Exame PCR

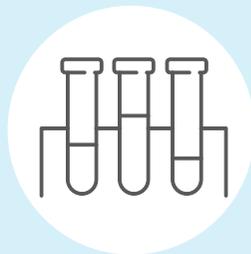
O exame PCR permite identificar a presença do SARS-CoV-2 em amostras de secreção coletadas do nariz e da garganta, por meio da detecção do material genético do vírus. É considerado o padrão-ouro para confirmar se você está ou não com COVID-19.

O PCR para COVID-19 deve ser realizado na fase aguda da infecção, até o 8º dia após o início dos sintomas.



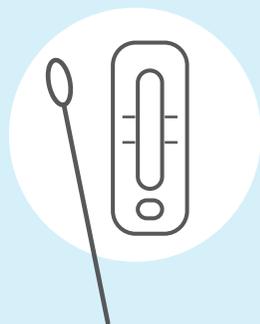
## Exame de sorologia

O exame de sorologia para COVID-19 é um teste de detecção de anticorpos contra o SARS-CoV-2, realizado em amostra de sangue venoso; podendo indicar doença ativa ou pregressa. Idealmente, a coleta deve ser realizada entre o sétimo e o décimo dia de início dos sintomas.



## Teste rápido para detecção de antígeno

Os testes rápidos para detecção do SARS-CoV-2 podem identificar tanto antígenos (pequenas porções do vírus) quanto anticorpos. Os exames para detecção de antígenos virais são capazes de detectar o SARS-CoV-2 em amostras de secreção coletadas de nariz/nasofaringe e devem ser utilizados para a identificação da infecção ativa (fase aguda). Os testes rápidos para detecção de anticorpos (IgM e IgG) devem ser realizados utilizando-se amostras de sangue total, obtidas por punção digital. Por conta da dinâmica da resposta imunológica desenvolvida pelo organismo contra o SARS-CoV-2, esses exames não devem ser utilizados na fase aguda da doença; devendo ser reservados para a fase de convalescença ou para identificação de infecção prévia. O período ideal para a realização do exame é do 1º ao 7º dia após o início dos sintomas.



# Tratamento

O tratamento é instituído de acordo com o quadro clínico apresentado pelo paciente, de forma individualizada.

O Ministério da Saúde incorporou ao SUS o medicamento composto pelos antivirais Nirmatrelvir e Ritonavir para casos leves a moderados de COVID-19 e com alto risco de complicações.

Esse medicamento é disponibilizado na rede pública de saúde para pacientes adultos imunocomprometidos ou com idade igual ou superior a 65 anos e teste positivo para COVID-19, com até 5 dias após o início dos sintomas, com o objetivo de reduzir o risco de agravamento, complicação e morte pela doença.



Os seguintes cuidados são recomendados para todas as pessoas que testaram positivo para COVID-19:

- em casos leves e moderados, **isolamento domiciliar por 7 dias, desde que não haja sintomas respiratórios e febre (sem o uso de antitérmicos) há, pelo menos, 24 horas;**
- caso algum sintoma permaneça, o **isolamento deverá se estender por, pelo menos, 10 dias, até que não haja mais qualquer dificuldade respiratória nem febre (sem o uso de antitérmicos) há, pelo menos, 24 horas;**





- repouso;
- ingestão adequada de líquidos;
- procurar atendimento médico imediatamente, a partir dos primeiros sintomas;
- o uso de máscara deverá ser mantido até completar 10 dias do início dos sintomas, a fim de evitar a transmissão da doença.



# Como se prevenir

Para reduzir o risco de adquirir ou transmitir doenças respiratórias, orienta-se que sejam adotadas medidas gerais de prevenção, como:

- higienizar, adequadamente e com frequência, as mãos até os punhos, por 20 segundos, com água e sabão ou álcool em gel a 70%, principalmente antes de consumir alimentos, dando atenção especial às regiões entre os dedos e debaixo das unhas;
- utilizar lenço descartável para higiene nasal e descartá-lo após o uso;
- cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir, com cotovelo flexionado ou com lenço descartável e lavar imediatamente as mãos;
- evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- manter os ambientes bem ventilados;



- as máscaras faciais devem ser utilizadas por:
  - pessoas com fatores de risco para complicações por doenças respiratórias (em especial imunossuprimidos, idosos, gestantes e pessoas com múltiplas comorbidades) e em situações de maior risco de infecção por vírus respiratórios, tais como locais fechados e mal ventilados, locais com aglomeração e em serviços de saúde;
  - profissionais que trabalham ou estejam em contato frequente com idosos, gestantes, puérperas, recém-nascidos ou pessoas com comorbidades (instituições de longa permanência e cuidadores domiciliares, por exemplo);
  - na ocorrência de surtos de síndrome gripal em um determinado local ou instituição, recomenda-se o uso de máscara por todos os indivíduos no mesmo ambiente, independentemente de apresentarem sintomas, devido ao potencial risco de transmissão por pessoas assintomáticas;
  - qualquer pessoa acima de 2 anos de idade que queira se proteger de infecções por vírus respiratórios;
  - **pessoas com sintomas gripais ou pessoas que tenham tido contato próximo com pessoas com doenças respiratórias;**
  - **pessoas com diagnóstico laboratorial positivo para COVID-19 (por teste de antígeno ou biologia molecular), inclusive assintomáticas.**

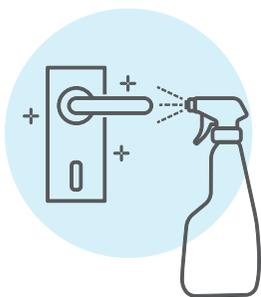
As máscaras devem sempre estar bem ajustadas, cobrindo adequadamente nariz, boca, bochechas e queixo. O uso de máscaras ou respiradores com válvulas expiratórias não são recomendadas.



- evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas da doença;
- se estiver doente, evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos. Permanecer em casa até melhorar;
- dormir bem e ter uma alimentação saudável;
- higienizar com frequência o celular e os brinquedos das crianças;
- evitar aglomeração e locais fechados.



O coronavírus pode persistir em superfícies de metal, vidro ou plástico, como maçanetas, portas e celulares; mas pode ser inativado de forma bastante eficiente pela higienização das superfícies com álcool 70%.



# Vacinas

As vacinas contra COVID-19 autorizadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) seguiram critérios científicos rígidos e são consideradas seguras.



Atualmente, no Brasil, as vacinas que possuem registro definitivo concedido pela Anvisa são a Comirnaty (Pfizer/Wyeth); Comirnaty bivalente BA.4/BA.5 (Pfizer); Janssen Vaccine (Janssen-Cilag), Oxford/Covishield (Fiocruz e AstraZeneca); Spikevax (Adium); Spikevax bivalente (Adium) e Vacina Covid-19 (recombinante) (Zalika). A autorização de uso emergencial da vacina CoronaVac expirou em 21 de maio de 2023. Em 23 de outubro, a empresa solicitou o encerramento do processo de registro da vacina.

A vacina contra a Covid-19 está recomendada no Calendário Nacional da Criança com esquema de 3 doses (aos 6, 7 e 9 meses de idade). Caso o esquema primário não tenha sido iniciado e/ou completado até os 9 meses de idade, a vacina poderá ser administrada até 4 anos, 11 meses e 29 dias, conforme histórico vacinal, respeitando-se os intervalos mínimos recomendados (4 semanas entre a 1ª e a 2ª dose; e 8 semanas entre a 2ª e a 3ª dose).

Para todas as pessoas a partir dos 5 anos de idade, o esquema vacinal é composto por duas doses com intervalo de 4 semanas entre a 1ª e a 2ª dose.

Para os grupos prioritários a partir de 5 anos de idade, tais como pessoas vivendo em instituições de longa permanência, indígenas, ribeirinhos, trabalhadores da saúde, pessoas privadas de liberdade ou adolescentes cumprindo medidas socioeducativas, entre outros, a recomendação é de um reforço anual (o intervalo mínimo entre a última dose e a dose de reforço é de 6 meses).

Para pessoas imunocomprometidas com 5 anos ou mais, gestantes, puérperas e pessoas com 60 anos de idade ou mais, a recomendação é de uma dose de reforço a cada 6 meses.

**Para garantir a eficácia da vacina e maior proteção vacinal, deve ser respeitado o número de doses preconizado para cada uma delas. Tomar menos doses do que o indicado não garante a proteção ideal.**



# Variantes

O surgimento de mutações é um processo natural e esperado durante o ciclo evolutivo de qualquer vírus, por isso, múltiplas variantes do SARS-CoV-2 já foram documentadas globalmente durante esta pandemia.

Circulam, pelo mundo, pelo menos, cinco variantes classificadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como de “preocupação”: Alfa, Beta, Gama, Delta e Ômicron e suas subvariantes. A prevenção e os cuidados são os mesmos para todas as variantes do SARS-CoV-2.

A variante atualmente predominante no mundo é a Ômicron e suas subvariantes.

Uma boa notícia é que algumas vacinas contra COVID-19 já confirmaram ser capazes de neutralizar as variantes de preocupação. Além disso, no Brasil, a vacina Bivalente (Original + Ômicron BA.4/BA.5) está disponível para utilização em pessoas com idade igual ou superior a 12 anos e que tenham recebido anteriormente, pelo menos, um esquema de vacinação primária contra COVID-19.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS. *Relatório da situação do coronavírus*. Link atualizado diariamente. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>
2. Ministério da Saúde. *Coronavírus*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/coronavirus>
3. Ministério da Saúde. *Vacinas*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/coronavirus/vacinas>
4. Ministério da Saúde. *Esquema Vacinal*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/covid-19/esquemas-vacinais>
5. Ministério da Saúde. CONITEC. *Ministério da Saúde incorpora primeiro medicamento para casos leves de Covid-19 no SUS*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/maio/ministerio-da-saude-incorpora-primeiro-medicamento-para-casos-leves-de-covid-19-no-sus>
6. Ministério da Saúde. Anvisa. *Vacinas - Covid-19*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/paf/coronavirus/vacinas>
7. Ministério da Saúde. Anvisa. *Anvisa atualiza recomendação de uso de máscaras em serviços de saúde*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2023/anvisa-atualiza-recomendacao-de-uso-de-mascaras-em-servicos-de-saude>





**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](http://novamedsaude.com.br) e [mediservice.com.br](http://mediservice.com.br);
- 4004 2734 (Central).

**Exames:** 4004 2734 (Central).



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

Conteúdo desenvolvido pelo departamento médico Meu Doutor Novamed.