

# 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











**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.

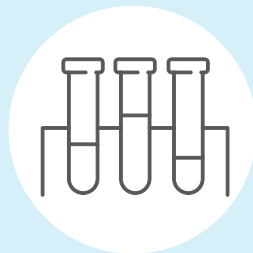
O PCR para COVID-19 deve ser realizado na fase aguda da infecção, até o 8º dia após o início dos sintomas.





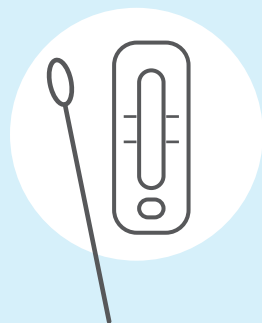
## Exame de sorologia

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;

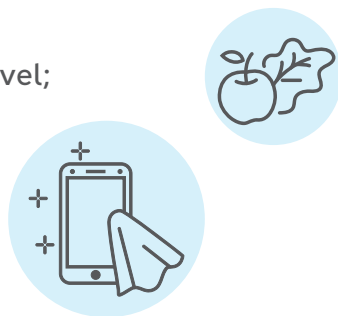


- as máscaras faciais devem ser utilizadas por:
  - pessoas com fatores de risco para complicações por doenças respiratórias (em especial imunossuprimidos, idosos, gestantes e pessoas com múltiplas comorbidades) e em situações de maior risco de infecção por vírus respiratórios, tais como locais fechados 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.**

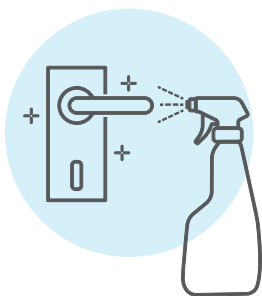
As máscaras devem sempre estar bem ajustadas, cobrindo adequadamente nariz, boca, bochechas e queixo. O uso de máscaras ou respiradores com válvulas expiratórias não são recomendadas.



- 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>





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.