

COVID-19 E VIAGENS



INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE O NOVO CORONAVÍRUS

28/02/2020, às 19h15

DEVO CANCELAR A MINHA VIAGEM?



Depende. Seguimos a recomendação do Centers for Disease Control and Prevention (CDC), dos EUA, que classificou os países conforme os potenciais riscos à saúde (alertas de viagem).

A lista pode ser conferida no link abaixo:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

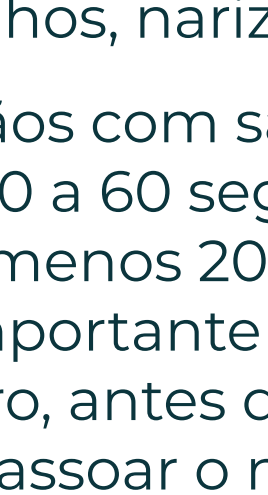
Os níveis e as recomendações são (até o momento):

- Países Nível 3 (China e Coreia do Sul): evitem todas as viagens não essenciais para os destinos
- Países Nível 2 (Irã, Itália e Japão): Considere adiar a viagem
- Países Nível 1 (Hong Kong): não está recomendado o cancelamento ou adiamento das viagens, pois o risco é baixo
- Não há qualquer restrição aos demais países

Ao viajar tome alguns cuidados, como:

- Evite contato com pessoas doentes
- Evite tocar os olhos, nariz e boca
- Higienize as mãos com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos. É especialmente importante lavar as mãos após ir ao banheiro, antes de comer e após tossir, espirrar ou assoar o nariz

VIAGENS NACIONAIS ESTÃO LIBERADAS?

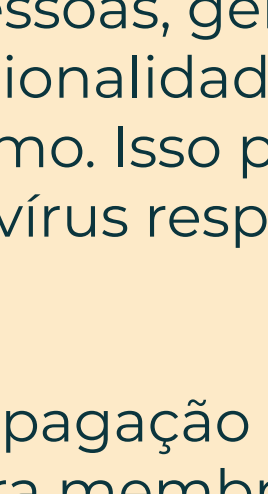


Sim. Neste momento não há qualquer restrição para viagens nacionais.

Ao viajar tome alguns cuidados, como:

- Evite contato com pessoas doentes
- Evite tocar os olhos, nariz e boca
- Higienize as mãos com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos. É especialmente importante lavar as mãos após ir ao banheiro, antes de comer e após tossir, espirrar ou assoar o nariz

VOOS COM ESCALAS DEVEM SER EVITADOS?



Sim, escalas nos países com maior risco de contaminação (países nível 3) devem ser evitadas. Caso não possa evitá-las, não saia do aeroporto e preste atenção à higiene das mãos.

É SEGURO VIAJAR EM UM CRUZEIRO?

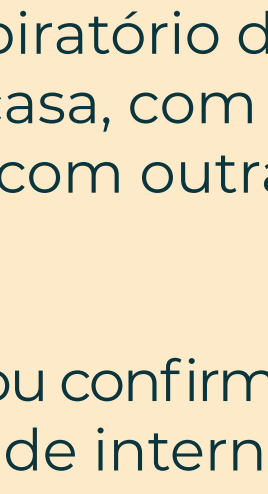


Não. Os cruzeiros concentram uma grande quantidade de pessoas, geralmente das mais variadas nacionalidades, em contato frequente e próximo. Isso pode promover a disseminação de vírus respiratórios, como a COVID-19.

Para reduzir a propagação de doenças, as recomendações para membros da tripulação e passageiros são:

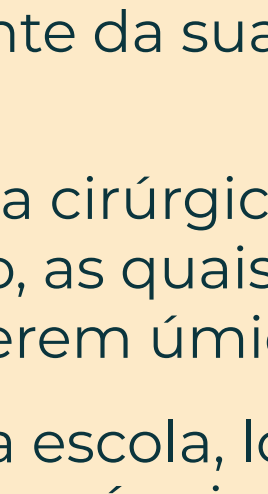
- Evite contato com pessoas doentes
- Evite tocar seus olhos, narizes e boca
- Higienize as mãos com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos. É especialmente importante lavar as mãos após ir ao banheiro, antes de comer e após tossir, espirrar ou assoar o nariz
- Fique em sua cabine se você estiver doente e notifique imediatamente o centro médico do navio em caso de febre de 38°C ou mais, se sentir febril ou tiver outros sintomas como tosse, nariz escorrendo, falta de ar ou dor de garganta

QUAL É O RISCO DE CONTAMINAÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS EM UM AVIÃO?



Por conta da circulação do ar e a forma como ele é filtrado nos aviões, a maioria dos vírus e outros micro-organismos não se espalha facilmente. Apesar de o risco de infecção ser baixo, viajantes devem tentar evitar contato com passageiros doentes e higienizar as mãos com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos.

VIAJEI RECENTEMENTE PARA UMA ÁREA AFETADA PELA COVID-19 E FIQUEI DOENTE. O QUE FAZER?



Se você esteve em um país com epidemia da COVID-19, nos últimos 14 dias, e está sentindo febre, tosse ou dificuldade para respirar você deve:

- Procurar ajuda médica. Ligue antecipadamente para o serviço de saúde e avise sobre a sua viagem e sintomas
- Evitar contato com outras pessoas
- Não utilizar transporte público enquanto estiver doente
- Cubra a boca e o nariz quando tossir ou espirrar, preferencialmente com lenço descartável e higienize as mãos frequentemente com água e sabonete, por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos, para evitar espalhar o vírus para os outros

O QUE É E QUEM DEVE FICAR EM ISOLAMENTO RESPIRATÓRIO DOMICILIAR?



O isolamento respiratório domiciliar significa permanecer em casa, com pouco ou nenhum contato com outras pessoas. Ele é indicado para:

- casos suspeitos ou confirmados da COVID-19 sem necessidade de internação
- pacientes assintomáticos vindos da China e Coreia do Sul (nível 3 de alerta – CDC)
- pacientes assintomáticos com contato de caso confirmado ou suspeito pelo novo coronavírus (contactantes)

É uma medida de segurança para tentar evitar a disseminação da doença. Nos casos suspeitos, quando o exame específico para o novo coronavírus for negativo, suspender o isolamento respiratório

O paciente deve:

- Permanecer em isolamento domiciliar voluntário (em casa) durante 14 dias (a partir da data de chegada no Brasil)
- Manter distância dos demais familiares, permanecendo em ambiente privativo
- Manter o ambiente da sua casa com ventilação natural
- Utilizar a máscara cirúrgica descartável durante este período, as quais devem ser trocadas quando estiverem úmidas
- Não frequentar a escola, local de trabalho ou locais públicos e só sair de casa em situações de emergência durante o isolamento
- Cobrir o nariz e a boca com lenço descartável ao tossir ou espirrar
- Higienizar as mãos frequentemente com sabonete e água por pelo menos 40 a 60 segundos ou álcool gel 70% por pelo menos 20 a 30 segundos
- Evitar tocar boca, olhos e nariz sem higienizar as mãos
- Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal

O POSICIONAMENTO DO EINSTEIN EM RELAÇÃO AO ISOLAMENTO RESPIRATÓRIO DOMICILIAR MUDOU?



Sim. Estamos atentos às mudanças e evolução do novo coronavírus no mundo e alinhados com as recomendações do Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS), Centers for Disease Control and Prevention (CDC), dos EUA, e outras instituições e organizações de saúde. No início da crise, cerca de 15 países tinham casos confirmados da COVID-19. Hoje o número ultrapassa 50. Neste contexto é fundamental nos adequarmos aos novos cenários, desafios e mudanças.

EXISTE UMA FREQUÊNCIA DAS ATUALIZAÇÕES/REVISÕES DAS RECOMENDAÇÕES?



Serão feitas quando necessário. Estamos atentos às mudanças e evolução do novo coronavírus no mundo e alinhados com as recomendações do Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS), Centers for Disease Control and Prevention (CDC), dos EUA, e outras instituições e organizações de saúde. Neste contexto, adequações podem ser tomadas a qualquer momento para atender aos novos cenários, desafios e mudanças.

RESPONSÁVEL TÉCNICO:

Dr. Miguel Cendoroglo, Diretor Superintendente do Hospital Israelita Albert Einstein / CRM SP 48.949

FONTES:

Serviço de Controle de Infecção Hospitalar do Hospital Israelita Albert Einstein (SCIH), Ministério da Saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS) e Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

VIDA SAUDÁVEL

o blog do Einstein

SAIBA MAIS:

Clique aqui para ler a matéria completa no blog do Einstein.

