



COVID-19. EPIDEMIA DO CORONAVIRUS

Todos sabem que estamos em plena crise de saúde global devido à propagação de um vírus iniciado na China, mas que já afeta muitos países. Foi o que começou a ser chamado de Coronavírus e que tem seu próprio nome definido há algumas semanas: COVID-19.

Com a intenção de fornecer aos hospitaleiros padrões mínimos de prevenção, pesquisamos as páginas dos Ministérios da Saúde, Relações Exteriores e OMS, mas as indicações são direcionadas aos profissionais de saúde. No entanto, podemos obter algumas informações que serão muito úteis para nós enquanto estivermos em um albergue como hospitaleiros -e também como peregrinos- porque entraremos em contato com muitas pessoas que não conhecemos seus históricos e que nos forçarão a ser rigorosos em nosso desempenho como hospitaleiro.

Por um lado, devemos atender com extremo cuidado todos os sintomas suspeitos que observamos em um peregrino. Os sintomas apresentados por uma pessoa afetada pelo covid-19 são semelhantes aos de qualquer outra gripe: **febre, tosse, dor de garganta, expectorações e, em alguns casos, dificuldade em respirar**. Se encontrarmos alguém nessas condições e, mesmo que pareça exagerado, **devemos ligar para 112** e explicar a situação. Certamente, eles colocarão vigilância epidemiológica (14 dias) para todas as pessoas presentes. **Não vá ao Centro de Saúde (Centro Salud)** para evitar a propagação, se houver vírus.

Ao mesmo tempo, devemos promover os costumes de boa higiene começando por nós, para nossa própria segurança sanitária. Se notarmos sintomas como os descritos acima, **também devemos ligar para 112** e explicar a situação. **Não vá ao Centro de Saúde (Centro Salud)** para evitar a propagação, se houver vírus.

Infelizmente, é necessário evitar o contato físico quando da suspeição de alguém que porte infecção respiratória, apresente tosse, espirro e expectoração, mantendo a distância mínima de um metro, mesmo que sendo o contrário do que Hospitaleros propõe como acolhimento, dado o perigo que este contato pode representar neste momento.

Evite compartilhar pertences pessoais. Mantenha uma boa higiene com a lavagem frequente das mãos, especialmente após o contato com pessoas doentes e seu entorno, usando água e sabão por 20 segundos, lavando entre os dedos, ou com uso de desinfetantes à base de álcool. Cubra a boca e o nariz quando tossir ou espirrar, usando a manga da camisa e colocando a face interna do cotovelo sobre a boca. Evite o contato com as mucosas (olhos, boca, nariz), se possível.

Essas duas situações podem ocorrer: **1.** Ter ou estar em contato com uma pessoa que esteve em um país afetado pelo Coronavírus. Se esta pessoa apresentar os sintomas descritos acima, ligue para o 112. **2.** Ser informado sobre a presença da doença em localidades próximas. Nesse caso, sem pânico, reforçar as medidas de higiene e proteção.

O uso de máscaras cirúrgicas destina-se a pessoas doentes ou em contacto com pessoas doentes; não impedem a entrada do vírus no tracto expiartório.



Desinformação e preconceito contra o coronavírus geram discriminação. Vamos enfrentá-lo. Informe-se em fontes oficiais.

O Ministério da Saúde possui informações atualizadas periodicamente e pode ser consultado em: www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm (área Informações para o cidadão).

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/Infografia_nuevo_coronavirus.pdf

Informação em inglês:

<https://www.gov.uk/government/publications/guidance-for-social-or-community-care-and-residential-settings-on-covid-19/guidance-for-social-or-community-care-and-residential-settings-on-covid-19>

Traducción: Joao Carlos Lazzarini