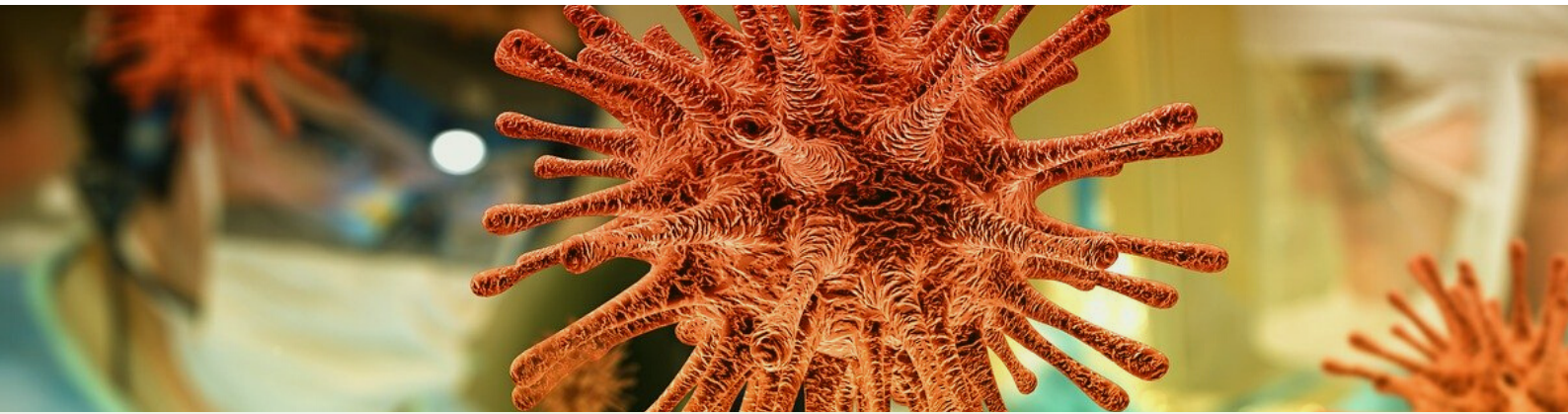




JORNAL COMUNITÁRIO AINDA NÃO PENSEI

MARÇO E ABRIL DE 2020 • EDIÇÃO ESPECIAL

Boletim especial sobre o combate ao Coronavírus nas favelas



O que é coronavírus (COVID-19)?

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China. Provoca a doença chamada **COVID-19**.

A **transmissão do coronavírus** costumam ocorrer pelo ar ou por contato com secreções contaminadas, como gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, toque ou aperto de mãos, contato com objetos ou superfícies contaminadas.

Por isso é muito importante você ficar ligado nas dicas de prevenção que estamos dando nesse boletim. Cuidar da saúde é dever de todos e, juntos, vamos fazer a nossa parte para o vírus não se espalhar.

Os **sintomas do coronavírus** são principalmente respiratórios, semelhantes a um resfriado. Podem, também, causar infecções respiratórias, como pneumonia.

O principais sintomas são:

Febre

Tosse

Dificuldades para respirar.

Jornal Comunitário Ainda Não Pensei [Preventório - Niterói]

Coordenação: Karina Corrêa ; Edição: Jéssica Santos; Equipe:

Thais Amaral, Jennifer Santos e Jonathan Gomes

www.jornalaindanaopensei.wordpress.com

Facebook: @jornalaindanaopensei



O que está sendo feito em Niterói?



Em Niterói, a Prefeitura decretou quarentena total na cidade como uma ação para reduzir a circulação de pessoas e conter o avanço do novo coronavírus no município. Apenas serviços essenciais poderão funcionar. Isso significa que, se puder, não deve ficar na rua. Não é hora de marcar bobeira e tente ficar em casa o máximo que puder.

Só será permitido o funcionamento de farmácias, mercados, supermercados, postos de combustíveis, padarias, pet shops e clínicas veterinárias para casos de urgências.

Para evitar aglomerações de pessoas e diminuir o contágio, as aulas nas escolas municipais foram suspensas. As famílias que têm alunos matriculados nas escolas da rede pública têm direito a um cesta básica por aluno. A distribuição está sendo feita em pontos específicos. A gente está compartilhando os endereços lá na nossa página do facebook, fica ligado.

Sabemos que as periferias já sofrem muito normalmente e muita gente não poderá ficar em casa. Por isso, é muito importante que o povo de favela tenha acesso à informações verdadeiras e confiáveis e tente ao máximo seguir as recomendações para não deixar esse vírus se espalhar. No nosso blog e facebook, estamos atualizando as informações e postando dicas práticas para você se proteger e proteger a sua família.

Para a produção deste boletim utilizamos informações do Ministério da Saúde, Fiocruz e Prefeitura de Niterói. Também consultamos o guia Orientações para favelas e periferias #Covid19nasFavelas, do GT de Saúde da População Negra da SBMFC (Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade). O guia completo está disponível em nosso blog (www.jornalaindanaopensei.wordpress.com)

Precisa de informações sobre saúde?

DISQUE SAÚDE

136

Ouvidoria Geral do SUS.
www.saude.gov.br

Se tiver dúvidas em relação aos sintomas ou tem perguntas em relação à saúde, você pode entrar em contato com o serviço de atendimento à população do Ministério da Saúde. **O Disque 136** fornece informações sobre diversas doenças e dá orientações.

O que fazer em caso de suspeita de coronavírus?

De acordo com a Prefeitura de Niterói, a recomendação é procurar a unidade de saúde mais próxima apenas em caso de sintomas **graves** da doença, entre eles, a dificuldade de respirar.

O profissional de saúde, equipado com material de proteção individual, fará a avaliação do paciente, identificando a necessidade de realização do teste para coronavírus distribuído pelo Ministério da Saúde.

No momento, apenas os casos considerados graves, conforme protocolo da Secretaria de Estado de Saúde (SES), são submetidos ao teste.

Fonte: Prefeitura de Niterói

ORIENTAÇÕES PARA PREVENIR O CORONAVÍRUS

Transporte público

Evite colocar as mãos em barras de apoio,

Nos transportes que têm janelas, manter abertas.

Se der, evitar os horários de pico, quando o transporte fica mais cheio;

Quando sair do transporte público, tentar procurar um local para lavar as mãos e sempre evitar tocar no rosto até limpá-las;

Nas ruas

Evitar contato físico com outras pessoas;

Lembrar de manter distância de pelo menos 1 metro, principalmente quando for se comunicar;

Ao voltar para casa, evitar tocar em qualquer coisa antes de lavar as mãos e retirar as roupas usadas, não misturando com roupas limpas

Mototáxi

Para circular de mototáxi é essencial o uso de capacete. Ele deve ser desinfetado a cada troca de passageiro com álcool líquido em concentrações de pelo menos 60% ou outro material desinfetante que não danifique o interior do capacete.

ORIENTAÇÕES PARA PREVENIR O CORONAVÍRUS

Lavar as mãos

Lavar as mãos é muito importante e nunca é demais. Mas como água está faltando para muitas pessoas, para gastar o mínimo possível, recomendamos que lave principalmente:

Quando chegar em casa, vindo da rua;

Depois de tocar em outras pessoas que vêm da rua;

Quando tossir ou espirrar;

Antes e depois de cozinhar.

Antes das refeições;

Limpeza da casa

Cômodos e banheiros devem ser limpos todos os dias e as suas superfícies devem ser desinfetadas com álcool 70% ou água sanitária.

Antes de usar o álcool ou a água sanitária veja se algum deles não pode danificar seus objetos.

Quando não for possível fazer limpeza completa todo dia, é importante desinfetar pelo menos os locais que são tocados com maior frequência (mesa, celulares, controle remoto, superfícies do banheiro e cozinha, maçanetas, interruptores etc.)

Essas informações foram retiradas do guia Orientações para favelas e periferias #Covid19nasFavelas, do GT de Saúde da População Negra da SBMFC (Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade). Consulte o guia completo no nosso blog