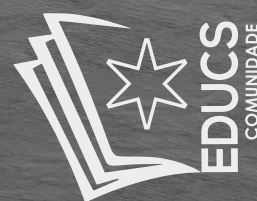


UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

GUIA DE CUIDADOS COM A SAÚDE



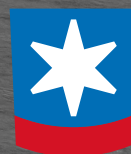
PARCERIA



APOIO



Sociedade
Brasileira de
Infectologia



UCS

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

GUIA DE CUIDADOS COM A SAÚDE

Fundação Universidade de Caxias do Sul

Presidente:

Dom José Gislon

Vice-presidente:

Cláudio Luiz Pessoa de Oliveira

Universidade de Caxias do Sul

Reitor:

Gelson Leonardo Rech

Vice-Reitor:

Asdrubal Falavigna

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação:

Everaldo Cescon

Pró-Reitora de Graduação:

Terciane Ângela Luchese

Pró-Reitora de Inovação e Desenvolvimento

Tecnológico:

Neide Pessin

Chefe de Gabinete:

Givanildo Garlet

Diretoria de Relações Institucionais:

Coordenadora da EDUCS:

Simone Côrte Real Barbieri

Conselho Editorial da EDUCS

André Felipe Streck

Alexandre Cortez Fernandes

Cleide Calgaro – Presidente do Conselho

Everaldo Cescon

Flávia Brocchetto Ramos

Francisco Catelli

Guilherme Brambatti Guzzo

Jaqueline Stefani

Karen Mello de Mattos Margutti

Márcio Miranda Alves

Simone Côrte Real Barbieri – Secretária

Suzana Maria de Conto

Terciane Ângela Luchese

Comitê Editorial

Alberto Barausse

Università degli Studi del Molise/Itália

Alejandro González-Varas Ibáñez

Universidad de Zaragoza/Espanha

Alexandra Aragão

Universidade de Coimbra/Portugal

Joaquim Pintassilgo

Universidade de Lisboa/Portugal

Jorge Isaac Torres Manrique

Escuela Interdisciplinar de Derechos Fundamentales

Praeeminentia Iustitia/Peru

Juan Emmerich

Universidad Nacional de La Plata/Argentina

Ludmilson Abritta Mendes

Universidade Federal de Sergipe/Brasil

Margarita Sgró

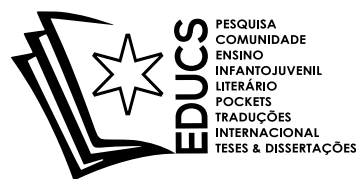
Universidad Nacional del Centro/Argentina

Nathália Cristine Vieceli

Chalmers University of Technology/Suécia

Tristan McCowan

University of London/Inglaterra



UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

GUIA DE CUIDADOS COM A SAÚDE



PARCERIA



APOIO



Sociedade
Brasileira de
Infectologia



© dos organizadores

1ª edição: 2024

Preparação de Texto: Giovana Letícia Reolon

Revisão: Luiza Moura Linzmaier

Editoração: Igor Rodrigues de Almeida

Capa: Ana Carolina Marques Ramos

Foto de capa: 05.05.2024 – “Presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, durante Sobrevoos na Região metropolitana de Porto Alegre – RS”, por Ricardo Stuckert

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Universidade de Caxias do Sul

UCS – BICE – Processamento Técnico

U58g Universidade de Caxias do Sul

Guia de cuidados com a saúde [recurso eletrônico] / Universidade de Caxias do Sul. – Caxias do Sul, RS : Educs, 2024.

Dados eletrônicos (1 arquivo).

Vários autores e colaboradores.

Apresenta bibliografia.

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN 978-65-5807-332-1

1. Saúde. 2. Inundações. 3. Avaliação de riscos de saúde. 4. Doenças transmissíveis.

I. Título.

CDU 2. ed.: 614

Índice para o catálogo sistemático:

1. Saúde	614
2. Inundações	627.512
3. Avaliação de riscos de saúde	614.8
4. Doenças transmissíveis	616.9

Catalogação na fonte elaborada pela bibliotecária

Márcia Servi Gonçalves – CRB 10/1500

Direitos reservados a:



EDUCS – Editora da Universidade de Caxias do Sul

Rua Francisco Getúlio Vargas, 1130 – Bairro Petrópolis – CEP 95070-560 – Caxias do Sul – RS – Brasil

Ou: Caixa Postal 1352 – CEP 95020-972 – Caxias do Sul – RS – Brasil

Telefone/Telefax: (54) 3218 2100 – Ramais: 2197 e 2281 – DDR (54) 3218 2197

Home Page: www.ucs.br – E-mail: educs@ucs.br

GUIA DE CUIDADOS COM A SAÚDE

AUTORES:

DOCENTES DA UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

Ana Paula Agostini

Ana Paula Martinez Jacobs. Rodrigo Letti

André Felipe Streck

Antonella Souza Mattei

Bruna Kochhann Menezes

Fabio Antunes Rizzo

Fabício Diniz Kleber

Fernanda de Oliveira Chiaradia

Fernanda Marçolla Weber

Gabriel Guerreiro Fiamenghi

Guilherme Brambatti Guzzo

Janaina Brollo

Júlio César Bebber

Karen Mello de Mattos Margutti

Karina Affeldt Guterres

Leandro do Monte Ribas

Lessandra Michelin Rodriguez Lins

Luciana Benfica Abrão

Luciana Laitano Dias de Castro

Maximiliano Cassilha Kneubil

Milena Rodrigues Agostinho Rech

Pâmela Antoniazzi dos Santos

Rafaela de Moura Sartori

Vanessa Piccoli

Viviane Raquel Buffon

Wilson Sampaio de Azevedo Filho

DISCENTES DA UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

Adriéli Gonçalves
Amanda Molon
Ana Luísa Pelin Gomes
Andriele Horbach
Anna Gabriela Mangold
Arthur Boscato Tams
Bárbara Elisa Somacal
Bárbara Vienciski
Beatriz Becker Pires
Brenda Indicatti
Bruna Marcon Paniz
Catarina Galafassi
Clara Salles Biavaschi
Eduarda Sonda de Godoy
Eduarda Theodoro
Enrico Torresini Ribeiro
Fabricio Ribeiro
Franciéli Viecele
Francine Fonseca
Gabriela Canali Locatelli Bellini
Gabriela Hammes Feraboli
Gabriela Paim
Gabrielly Haremi Shiraishi
Giovana Gobbato
Giulia Andreazza
Gustavo D'Ambrós
Helena Casagrande Kuzli
Helena Marca
Isa Otoboelli
Isabela voltolini
Jeorgea Betiollo
João Miguel Grossi
Júlia Perozzo
Júlia Toigo
Júlia Tonett
Juliana De Lazzer Bordin

Juliete Bebbber
Karine Somacal
Larissa Cecconello do Amaral
Larrisa Silocchi
Laura Finn
Laura Sartor
Leo Pizzolo
Luana Zampieri
Lucas Gabriel Orlando da Silva
Luís Felipe Antolini
Luís Guilherme Machado
Luiza Maria de Lima Marschall
Luiza Simionato
Luísa Stradioto Sartor
Manuela Sais Bittencourt
Maria Eduarda Vacaria
Maria Fontanive
Marieli Milani
Marina Buzzetto
Marina Ferreira dos Santos
Márcio Luis Medeiros
Martín Rech Ramos
Maqueila Vieira de Souza
Nathália Rech
Nicolas Gabriel Mattana Piccoli
Nicole Pressi
Paula Reis de Almeida
Rafaela Fabro
Rodrigo Giovanardi Pandolfo
Taíza Fontana Capeletti
Thais Cristina Justen
Valéria Pretti Schumann
Valentina Schumacher
Victoria Sozo
Vitória Chiela

SUMÁRIO

Apresentação/ 8

1. Entendendo a crise humanitária/ 9
2. Apoio emocional/ 10
3. Doação de Alimentos/ 11
4. Riscos ambientais durante enchentes: alertas/ 13
5. Cuidados em casa e com a comunidade/ 14
6. Cuidados com os alimentos/ 16
7. Cuidados com a água para consumo/ 17
8. Cuidados com a saúde bucal/ 19
9. Cuidados com pequenos animais em desastres/ 20
10. Orientações para manejo de animais de grande porte em desastres naturais (equinos, bovinos, ovinos e outros)/ 22
11. Orientações sobre acidentes com animais peçonhentos/ 23
12. Leptospirose/ 25
13. Hantavirose/ 27
14. Toxoplasmose/ 28
15. Raiva/ 29
16. Leishmaniose visceral canina e o trânsito de animais/ 32
17. Doença diarreica aguda/ 34
18. Hepatite A/ 35
19. Ascariíase/ 37
20. Difteria/ 38
21. Coqueluche/ 40
22. Doenças virais de transmissão respiratória/ 41
23. Meningites/ 43
24. Tuberculose/ 45

APRESENTAÇÃO

O *Guia de Cuidados com a Saúde*, elaborado por professores e alunos da Área do Conhecimento de Ciências da Vida da Universidade de Caxias do Sul (UCS), disponibiliza orientações sobre prevenção e manejo das principais doenças advindas do cenário das enchentes. Além das patologias, os conteúdos abordam os riscos ambientais, os cuidados com a casa, a comunidade, a água e os alimentos, o trato com os animais e o conceito de crise humanitária. A obra ainda oferece outras dicas de saúde e suporte emocional, a partir de dados de órgãos e fontes oficiais de referência em cada área.

A iniciativa, que tem a parceria da Sociedade Gaúcha de Infectologia e o apoio da Sociedade Brasileira de Infectologia e da Sociedade de Infectologia do Estado do Rio de Janeiro, conecta-se ao conjunto de ações ancoradas na UCS com o envolvimento de docentes, discentes, funcionários e voluntários da comunidade para apoiar o Rio Grande do Sul diante da sua maior tragédia climática e suas consequências à população.

Estar ao lado da comunidade, em auxílio às suas necessidades e em impulso ao desenvolvimento da região, é compromisso da Universidade de Caxias do Sul. A missão institucional e comunitária de

formação integral das pessoas e do desenvolvimento sustentável orienta ações nas suas mais variadas áreas de abrangência ao longo de seus 57 anos de história. E essa atuação contempla desde o suporte assistencial às pessoas atingidas pelas chuvas e enchentes, neste momento emergencial, até o papel científico permanente da produção e da difusão do conhecimento, do saber que é transformado em soluções e gera informações confiáveis para auxiliar nos momentos de dificuldade, nos cuidados com a vida e na sua reestruturação.

Compartilhando saberes com vistas ao bem-estar, o *Guia de Cuidados com a Saúde* apresenta orientações claras e fundamentadas diante da situação calamitosa no Rio Grande do Sul. Agradeço a colaboração de todos os envolvidos na produção, com o desejo de que o conteúdo, produzido em nossa comunidade acadêmica com o apoio das sociedades médicas, chegue àqueles que possam precisar, oferecendo a compreensão de fenômenos psicossociais, patologias e cuidados importantes. O *e-book* soma-se ao conjunto de obras acadêmicas, didático-científicas, literárias e culturais publicadas com excelência pela EDUCS, uma das mais conceituadas e antigas editoras universitárias do Brasil.

Gelson Leonardo Rech
Reitor da UCS

I. ENTENDENDO A CRISE HUMANITÁRIA

Você sabe o que é uma crise humanitária?

Vamos explorar juntos e entender como podemos ajudar.

Uma crise humanitária ocorre quando, devido a conflitos, desastres naturais ou outras emergências, uma grande população enfrenta dificuldades extremas para atender suas necessidades básicas.

Essas crises impactam milhões de vidas. Pessoas perdem o acesso a lares, água potável, comida e segurança.

A educação e a saúde também são severamente afetadas. Crianças e adultos perdem acesso a serviços essenciais.

A demanda por ajuda humanitária tem aumentado. Mais recursos são necessários a cada ano para atender todas as necessidades.

Qualquer um pode ajudar! Informar-se é o primeiro passo. Compartilhar informações, doar ou voluntariar-se faz uma grande diferença.

A SUA AÇÃO IMPORTA.

REFERÊNCIAS

UN OFFICE FOR DISASTER RISK REDUCTION (UNDRR). *The human cost of disasters: an overview of the last 20 years (2000-2019)*. United States of America: Centre for Research on the Epidemiology of Disasters (CRED); UN Office for Disaster Risk Reduction (UNDRR), 2020.

2. APOIO EMOCIONAL

SUORTE PSICOLÓGICO A VÍTIMAS EM TEMPO DE ENCHENTES

Em momentos difíceis, o suporte psicológico é essencial para lidar com as emoções. Aqui estão algumas dicas simples para cuidar da saúde mental sua e do próximo.

RECONHEÇA SEUS SENTIMENTOS

É normal sentir medo, desesperança, tristeza ou ansiedade durante as enchentes. Reconhecer e aceitar esses sentimentos é o primeiro passo para lidar com eles.

BUSQUE APOIO

Não tenha medo de pedir ajuda: conversar com amigos, familiares ou profissionais de saúde pode ajudar a aliviar o peso emocional. Não hesite em buscar apoio quando precisar.

CUIDE DO SEU CORPO

Mantenha-se hidratado, faça refeições saudáveis e descanse o suficiente. Cuidar do seu corpo também ajuda a fortalecer a sua mente.

PRATIQUE A AUTOCOMPAIXÃO PARA DEPOIS CUIDAR DO PRÓXIMO

Seja gentil consigo mesmo: não se cobre demais. Lembre-se de que você está fazendo o melhor que pode em uma situação difícil. Tire um momento para respirar e faça pausas para relaxar o corpo

e a mente. Pratique a autocompaixão e trate-se com gentileza.

QUER AJUDAR O PRÓXIMO?

Se estiver em uma posição de ajudar alguém emocionalmente, aqui estão algumas dicas simples.

- Escute com empatia, calma e sem julgamento. Pode ser reconfortante para alguém poder expressar seus medos e angústias. Entenda a dor do próximo e acolha suas emoções com carinho, sem minimizá-las.
- Ofereça apoio. Ajude as pessoas a encontrar recursos básicos como comida, água e abrigo. Transmita calma e auxilie aqueles que estão passando por dificuldade a entender que as coisas podem levar um tempo para se restabelecerem.
- Se você ou algum conhecido estiver enfrentando sintomas intensos de estresse ou ansiedade, como dificuldade para dormir, irritabilidade ou ataques de pânico, não hesite em buscar ajuda de um profissional de saúde mental. Você não está sozinho, e existem recursos e profissionais prontos para oferecer suporte e orientação durante esse momento desafiador.

REFERÊNCIAS

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE; WAR TRAUMA FOUNDATION; VISÃO GLOBAL INTERNACIONAL. *Primeiros cuidados psicológicos*: guia para trabalhadores de campo. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2015.

3. DOAÇÃO DE ALIMENTOS

ORIENTAÇÕES PARA PREPARAÇÃO DE ALIMENTOS PARA DOAÇÃO

Em meio à situação desafiadora das enchentes, cada gesto de solidariedade conta!

Se você está preparando alimentos para doações ou ajudando vizinhos afetados, lembre-se da importância de etiquetar cada preparação com a data de produção para que os alimentos preparados sejam consumidos o mais rápido possível. Com esses cuidados fica mais fácil organizar e distribuir as doações de forma eficiente, garantindo que todos tenham acesso aos alimentos necessários.

TEMPO ENTRE PREPARO E DISTRIBUIÇÃO DOS ALIMENTOS

Ao realizar o preparo de alimentos a serem entregues à população afetada pelas enchentes, é necessário o cuidado ao conservar as preparações antes da distribuição:

- manter os alimentos íntegros nesse momento, já que, ao chegar às vítimas, a maioria não terá condições ideais de armazenamento;
- se possível, manter as preparações refrigeradas até o momento da entrega ou realizá-las o mais breve possível;
- cuidar dos alimentos selecionados para as preparações, pois alguns têm tempo de vida mais curto que outros.

LOCAIS DISPONÍVEIS PARA ENTREGA DAS PREPARAÇÕES

No momento da distribuição, são necessários alguns cuidados para evitar desperdícios:

- pesquisar os locais que estão recebendo as doações de alimentos preparados;
- certificar-se de que o local escolhido já não foi abastecido por outros grupos;
- evitar longas distâncias com as preparações fora de refrigeração.

IDEIAS DE REFEIÇÕES COM ALIMENTOS QUE PODEM DURAR ATÉ UM MÊS SEM REFRIGERAÇÃO

- Pão torrado + atum ou sardinha em lata.
- Biscoito assado + leite UHT.
- Frutas + aveia em flocos.
- Milho e ervilha enlatados.
- Grão de bico e milho enlatados.
- Frutas em calda enlatadas.
- Sopa de lentilha pré-preparada: lentilha + cebola e alho em pó + cenoura desidratada + salsinha e cebolinha desidratadas + sal + páprica defumada e pimenta (cozinhar em água fervente por 30 a 40 minutos).

Atenção! Cada alimento possui um prazo de validade fechado e, após aberto, tem a duração informada no rótulo.

Alimentos preparados e sem refrigeração devem ser consumidos imediatamente.

ORIENTAÇÃO PARA QUEM RECEBE DOAÇÃO DE ALIMENTOS

Ao receber os alimentos doados que serão distribuídos, é importante ver a qualidade desse alimento, descartando os que não estiverem em condições seguras para consumo, para evitar quaisquer futuras contaminações.

Podemos avaliar e selecionar por:

- data de validade – não utilizar alimentos com a data de validade já vencida, ou com embalagens com rótulos violados;
- embalagens – não utilizar alimentos com as embalagens enferrujadas, amassadas, estufadas, furadas, rasgadas ou com vazamentos;
- hortifrútis – observar a qualidade, se não possui partes mofadas, murchas, amassadas ou com sinais de apodrecimento;
- características sensoriais – observar a cor, a aparência, a textura, a consistência, o odor e o sabor, não utilizando alimentos em deterioração;
- armazenamento – armazenar os alimentos em condições de conservação e temperatura conforme orientações do fabricante.

Atenção! Alimentos que entraram em contato com a água da enchente possuem grande risco de contaminação e não podem ser consumidos!

Saiba mais acessando o QR Code:



REFERÊNCIA

BRASIL. Ministério da Saúde. *Cuidados com os alimentos para consumo humano em situação de enchentes*. Brasília, DF: Ministério da Saúde 2017.

4. RISCOS AMBIENTAIS DURANTE ENCHENTES: ALERTAS

As enchentes são mais do que apenas água subindo. Elas trazem consigo uma série de riscos ambientais que precisamos entender para proteger nossa comunidade e o meio ambiente. Vamos explorar esses riscos?

CONTAMINAÇÃO DA ÁGUA:

Durante as enchentes, a água pode misturar-se com produtos químicos tóxicos, óleo e resíduos urbanos, contaminando nossos recursos hídricos e solos.

DISPERSÃO DE LIXO:

Resíduos que não foram adequadamente descartados podem se dispersar pelas águas, poluindo ainda mais e afetando a flora e a fauna locais.

EROSÃO DO SOLO:

A força da água pode erodir o solo, dificultando o cultivo e alterando a topografia local, o que pode levar a mais inundações futuras.

IMPACTO NA BIODIVERSIDADE:

A água que invade diferentes habitats pode prejudicar a sobrevivência de muitas espécies, além de alterar a cadeia alimentar.

Ações simples podem fazer uma grande diferença. Aqui vão algumas dicas de como você pode ajudar a minimizar os danos ambientais durante e após as enchentes:

1. PRESERVE ÁREAS VERDES!

Essas áreas são críticas para absorver as águas das chuvas e minimizar as inundações. Se possível, participe de ou inicie projetos de replantio em sua comunidade após a enchente.

2. COLABORE COM AÇÕES COMUNITÁRIAS!

Participar de esforços de limpeza coletiva não apenas acelera a recuperação das áreas afetadas como também fortalece o espírito comunitário e a resiliência local.

5. CUIDADOS EM CASA E COM A COMUNIDADE

Se a sua casa ou a sua rua foram inundadas, é importante tomar medidas para garantir a sua segurança e a da sua família. Veja a seguir alguns cuidados que você deve tomar ao retornar para casa e ajudar a comunidade.

AO RETORNAR PARA CASA

- Somente retorne para sua casa após liberação da Defesa Civil.
- Verifique as condições de segurança estrutural e elétrica.
- Antes de começar a limpar sua casa, coloque calça comprida, botas e luvas (ou utilize sacos plásticos). Evite o contato direto da pele com a água/lama contaminada e possíveis animais!
- Será necessário retirar a lama e desinfetar o local! Nesse momento, lave o chão, paredes e objetos com uma solução misturando 2 xícaras (400ml) de água sanitária (2,0 a 2,5%) em 20 litros de água.
- Higienize toda a casa e os objetos com solução de hipoclorito de sódio ou água sanitária. Avalie bem quais objetos poderão ser reutilizados!
- Não utilize equipamentos elétricos que tenham sido molhados ou inundados, pois há risco de choque elétrico.
- Não consuma água, alimentos e medicamentos que entraram em contato com as águas da inundação (veja “Cuidados com água e alimentos após enchentes”).
- Tenha cuidado ao utilizar roupas, sapatos, toalhas e outros objetos nos quais animais podem se esconder (veja “Cuidado com animais peçonhentos”).
- Afaste as camas e os berços das paredes. Evite que roupas de cama e mosquiteiros encostem-se ao chão.
- Lave e guarde os objetos dos animais domésticos durante a noite.
- Mantenha a bandeja externa da geladeira limpa e retire o líquido acumulado pelo menos uma vez na semana.
- Não deixe água acumulada abaixo de torneiras e bebedouros.
- Vede buracos entre telhas, paredes e rodapés para evitar a entrada de animais.
- Use telas em ralos do chão, pias e tanques. Ralos entupidos devem ser limpos semanalmente, e os que não forem utilizados devem ser mantidos tampados.
- Produtos para desinfestação do ambiente (como inseticidas, raticidas e larvicidas) e produtos de limpeza (água sanitária, alvejante etc.) devem ser mantidos em lugares elevados e longe do alcance de crianças e animais domésticos.

CUIDADOS FORA DE CASA E NA COMUNIDADE

- Quintais, ruas, terrenos baldios e praças devem estar livres de entulhos para evitar:
 - criadouros do mosquito da dengue (*Aedes aegypti*);
 - surgimento de animais peçonhentos (serpentes, aranhas, escorpiões etc.);
 - surgimento de ratos (transmissor da leptospirose e outras doenças);
 - acidentes que possam provocar tétano.
- Para manter a limpeza adequada da parte externa de sua casa e da sua comunidade, atente-se para os seguintes cuidados:
 - limpe as calhas para que a água possa correr, retire folhas e galhos;
 - recolha objetos espalhados no quintal e nas ruas;
 - evite plantas com folhagens densas e que acumulem água;
 - mantenha a grama cortada;
 - guarde baldes, garrafas e latas viradas para baixo;
 - evite acúmulo de entulhos, folhas secas, lixo doméstico e material de construção;
 - combata a proliferação de insetos, como baratas, para evitar aparecimento de seus predadores (aranhas e escorpiões);
 - limpe periodicamente terrenos baldios vizinhos próximos de sua casa (1 a 2 metros);
 - caso você possua em sua casa produtos como agrotóxicos, fertilizantes e outros agroquímicos, mantenha-os ensacados e em locais elevados para evitar contaminações;
 - não acumule em casa produtos como pilhas, baterias, pneus e lâmpadas fluorescentes, leve-os para a coleta apropriada do município;
 - ensaque o lixo doméstico e coloque fora de casa, de preferência em local alto fechado, e pouco tempo antes de passar o caminhão de coleta de lixo.

Lembre-se! Mantenha o lixo em lugar protegido de enchentes e enxurradas, pois pode se acumular em bueiros e córregos, agravando a situação!

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Cartilha de orientação à população no período de alerta de chuvas intensas*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador, 2017. E-book.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Folder “Cuidados Básicos em Situações de Enchentes”*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, 2011. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvsmis/folder/cuidados_basicos_situacoes_enchentes_2011.

DEFESA CIVIL RS. Saiba como agir em caso de inundação: previna-se! *Defesa Civil RS*, 10 jul. 2020. Disponível em: <https://www.defesacivil.rs.gov.br/saiba-como-agir-em-caso-de>.

6. CUIDADOS COM OS ALIMENTOS

ATENÇÃO!

- Os alimentos que entraram em contato direto com a água da enchente podem estar contaminados e devem ser descartados, mesmo que estejam embalados com plástico. **Carnes, peixes, frangos, ovos e vegetais folhosos que entraram em contato com a água de enchente não devem ser consumidos.**
- Mantenha os alimentos guardados em recipientes bem fechados, resistentes e em locais altos, fora do alcance de roedores, insetos e outros animais, para que a água da enchente e a lama não os alcancem.
- Mantenha a cozinha limpa e sem restos de alimentos.
- Retire as sobras de alimento ou ração dos animais domésticos antes do anoitecer.
- Prepare somente a quantidade de comida necessária para consumo imediato.
- Os alimentos devem ser bem cozidos.
- Alimentos industrializados podem ser aproveitados, mas com atenção ao prazo de validade.
- Lave frutas e verduras com água tratada com hipoclorito de sódio (2 gotas a 2,5% por litro de água) e deixe de molho por 30 minutos antes de consumir.
- Guarde os alimentos e a água engarrafada longe de produtos de higiene pessoal (sabonete, xampu, condicionador), produtos de limpeza (detergente, sabão, amaciante, alvejante, água sanitária) e produtos para desinfestação do ambiente domiciliar (inseticida).

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Cartilha de orientação à população no período de alerta de chuvas intensas*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador, 2017. E-book.

7. CUIDADOS COM A ÁGUA PARA CONSUMO

A água é essencial para a vida, e o seu consumo deve ser seguro. Lembre-se de que a água de enchentes pode transmitir doenças, portanto preste atenção às orientações a seguir.

- Não consuma água que entrou em contato com as águas da inundação.
- Se possível, mantenha engarrafada a água para beber em quantidade suficiente para alguns dias e observe a higienização adequada dos recipientes de armazenamento.
- Sempre filtre e ferva a água (por 5 minutos) antes de beber, isso elimina vírus, bactérias ou parasitas que podem causar doenças.
- Evite beber água de outras fontes que não sejam da rede de abastecimento local.
- Na ausência de água da rede de abastecimento local, filtre e desinfete a água disponível com solução de hipoclorito de sódio (2 gotas a 2,5% por litro de água) e só a ingira após 30 minutos, lembrando que deve consumi-la no mesmo dia.
- Se a sua casa recebe água de sistema de abastecimento, use somente essa água. Se observar alguma alteração nela, como odor, cor e/ou gosto, entre em contato com a companhia responsável pela sua distribuição e/ou com a Secretaria de Saúde do seu município.
- Limpe e desinfete a caixa-d'água a cada seis meses e mantenha-a sempre protegida e tampada.
- Caso a família use água de poço ou cisterna, estes devem ficar protegidos, longe do esgoto, do lixo e da criação de animais.

PASSO A PASSO PARA LIMPEZA DA CAIXA D'ÁGUA

1. Feche o registro da água e esvazie a caixa d'água, abrindo as torneiras e dando descargas.
2. Quando a caixa estiver quase vazia, feche a saída e utilize a água que restou para a limpeza da caixa, para que a sujeira não desça pelo cano.
3. Esfregue as paredes e o fundo da caixa utilizando panos e escova macia ou esponja (nunca use sabão, detergente ou outros produtos).
4. Retire a água suja que restou da limpeza, usando balde e panos, e deixe a caixa totalmente limpa.
5. Dilua 2 xícaras de chá (400ml) de água sanitária (2,0% ou 2,5%) em 20 litros de água.
6. Aguarde por duas horas para a desinfecção do reservatório.
7. Esvazie o restante da caixa (essa água servirá para a limpeza e a desinfecção das tubulações).
8. Tampe a caixa d'água para que não entrem pequenos animais, ratos ou insetos.
9. Anote a data da limpeza no lado da caixa.
10. Agora abra a entrada de água.

Saiba mais acessando o QR Code:



REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Cartilha de orientação à população no período de alerta de chuvas intensas*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador, 2017. E-book.

BAHIA. *Cuidados básicos em situação de enchentes*: a água de enchentes ou esgotos pode transmitir doenças. Salvador, BA: Secretaria da Saúde, Salvador, [20--]. Disponível em: <https://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2019/11/CUIDADOS-BASICOS-EM-SITUA%C3%87%C3%83O-DE-ENCHENTES-Cartilha-Sesab.pdf>.

8. CUIDADOS COM A SAÚDE BUCAL

A ESCOVAÇÃO DOS DENTES E O USO DO FIO DENTAL DEVEM SER DIÁRIOS!

Mesmo em tempos difíceis, não podemos esquecer da saúde bucal! Uma boa higiene oral é essencial para prevenir cárie e doenças da gengiva. O indicado é escovar os dentes após as refeições e fazer o uso do fio dental pelo menos uma vez ao dia, porém novos estudos comprovam que uma escovação diária, principalmente nesses momentos excepcionais, já consegue um bom nível de prevenção.

E SE NÃO TIVER ESCOVA DE DENTES?

Faça bochechos com água, pois tanto na água de abastecimento quanto na água fornecida em garrafas temos o flúor que evita o enfraquecimento do esmalte dentário e, consequentemente, previne a cárie. Se possível, faça uso do fio dental, pois é um instrumento de higiene interdental que é fácil de levar a todos os lugares e reduz a quantidade de placa bacteriana existente nesses sítios.

CUIDE DA SUA ESCOVA!

Guarde sua escova de dentes limpa e seca, longe de lugares com sujidade, pois

neles pode haver bactérias e fungos que irão contaminá-la.

Não compartilhe sua escova, ela é de uso individual.

QUAL A QUANTIDADE CORRETA DE CREME DENTAL?

- Bebês (0 a 3 anos) = metade de um grão de arroz cru.
- Crianças que não sabem cuspir (3 a 7 anos) = um grão de arroz cru.
- Crianças que já sabem cuspir (acima 7 anos) = um grão de ervilha.
- Adultos = um grão de ervilha.

Não se descuide, pois precisamos estar bem para continuarmos cuidando dos outros. Em caso de dor ou desconforto, procure a unidade de saúde mais próxima, ou as Unidades de Pronto Atendimento – UPAS, e assim que possível retome todos os seus cuidados diários.

REFERÊNCIAS

BERGLUNDH, Tord *et al.* *Lindhe tratado de periodontia clínica e implantologia oral*. Barueri: Guanabara, 2024. E-book.
MAGALHÃES, Ana C. *et al.* *Cariologia: da base à clínica*. Santana de Parnaíba: Manole, 2021. E-book.

9. CUIDADOS COM PEQUENOS ANIMAIS EM DESASTRES

- Antecipe os cuidados em áreas de risco!
- Planeje a evacuação para uma área segura.
- Utilize guias e coleiras com identificação. Escreva a lápis ou plastifique: nome do animal e tutor, números de telefone, endereço e cidade.
- Tenha um *kit* de emergência para seu animal de estimação, contendo água, ração, toalhas e brinquedos.
- **Não mantenha seu pet acorrentado ou em gaiolas!** Permita que ele tenha uma chance de se salvar!

CUIDADOS NO MOMENTO DO RESGATE

- Providencie coleiras, guias, caixas de transporte e cobertores para contenção do animal.
- Para evitar piorar a situação, aproxime-se dos animais com cuidado e sem fazer barulho.
- Além disso, lembre-se de acalmar cães e gatos assustados: use métodos, como conversas, para ganhar a confiança do animal e evitar mordidas ou arranhões que possam ser fonte de transmissão de doenças.
- Após o resgate, ofereça abrigo ou encaminhe os animais para um local seguro.
- Animais machucados devem receber atendimento veterinário!

O QUE FAZER QUANDO MEU PET ESTIVER SEGURO?

- Dê alimentação fracionada ao longo do dia, e evite deixar sobras, pois podem atrair roedores e outros animais transmissores de doenças.
- Disponibilize água limpa, evitando, se possível, que o animal entre em contato com água contaminada.
- Seque e mantenha seu animal aquecido, especialmente filhotes e idosos, para impedir a diminuição da temperatura corporal.
- Garanta que seu *pet* tenha acesso a áreas seguras e elevadas. Siga as orientações das autoridades e aguarde autorização para retornar à sua residência

CUIDADOS VETERINÁRIOS E DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS

- Após o resgate, encaminhar o animal para uma clínica veterinária é muito importante.
- O profissional irá examiná-lo em busca de algum problema de saúde. Além disso, algumas doenças podem surgir em consequência das fortes chuvas, sendo algumas transmitidas a humanos:
 - leptospirose;
 - toxoplasmose;
 - hantavirose;
 - doenças gastrointestinais;
 - pneumonias.

COMO PODEMOS PREVENIR ZOONOSES?

- Evite que você e seus animais de estimação tenham contato com a água e a lama das enchentes.
- Se houver inundação na casa, aguarde a água baixar e depois desinfete o local, protegendo seu corpo com botas e luvas – se não tiver, use sacos plásticos duplos.
- Alimentos que entraram em contato com a água da enchente devem ser descartados, mesmo que estejam embalados com plástico.
- Caso a caixa da água seja atingida, descarte a água e desinfete o reservatório com água sanitária ou algum produto que contenha hipoclorito de sódio.
- Verifique móveis e roupas para evitar picadas de aranhas, escorpiões e cobras.

EM CASO DE EMERGÊNCIA, ENTRE EM CONTATO COM A DEFESA CIVIL COMPETENTE DA SUA REGIÃO:

Caxias do Sul – (54) 9 8432-8221

Farroupilha – (54) 9 9629-8205

Flores da Cunha – (54) 9 8432-8437

Bento Gonçalves – (54) 9 9222-0944

São Marcos – (54) 9 9975-2431

Vacaria – (54) 9 9636-4835

Veranópolis – (54) 9 9656-3935

Lagoa Vermelha – (54) 9 8414-1193

Gramado – (54) 9 8434-8016

Lembrando que as linhas emergenciais do 193 estão fora de operação em toda a Serra Gaúcha!

REFERÊNCIAS

AMERICAN RED CROSS. Pet Disaster Preparedness & Recovery: Learn how to prepare your pets for an emergency evacuation and help them recover afterward. *American Red Cross*, [20--]. Disponível em: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/pet-disaster-preparedness.html>.

ARRUDA, E. C.; ARAUJO, G. D.; SOUSA, M. G. Plano de ação para resgate de animais em desastres ambientais. *Revista de Educação Continuada em Medicina Veterinária e Zootecnia do CRMV-SP*, v. 13, n. 3, 2015.

CONSELHO REGIONAL DE MEDICINA VETERINÁRIA DE SÃO PAULO (CRMV-SP). O que fazer ao resgatar um pet. *CRMV*, São Paulo, [20--]. Disponível em: <https://crmvsp.gov.br/infograficos/o-que-fazer-ao-resgatar-um-pet/>.

DEFESA CIVIL DE SANTA CATARINA. Chuvas: como evitar a disseminação de doenças. *Defesa Civil de Santa Catarina*, [20--]. Disponível em: <https://www.defesacivil.sc.gov.br/noticias/chuvas-como-evitar-a-disseminacao-de-doencas/>.

10. ORIENTAÇÕES PARA MANEJO DE ANIMAIS DE GRANDE PORTE EM DESASTRES NATURAIS (EQUINOS, BOVINOS, OVINOS E OUTROS)

Em casos de desastres naturais, os animais ficam em estado de pânico e/ou feridos, e isso pode trazer riscos à saúde deles e da quem faz o resgate. A primeira orientação é fazer contato com as equipes de Defesa Civil para resgates seguros. Se o animal já foi resgatado, procure os hospitais veterinários de campanha. Enquanto aguarda a equipe habilitada para o resgate, ou se não há equipe, seguem algumas orientações para cuidados básicos iniciais.

- Ao se aproximar do animal, procure fazer movimentos com o máximo de cuidado e paciência, sem gritos, pois ele está assustado e muitas vezes com dor. Os equinos podem demonstrar agressividade com sinais básicos, como orelhas voltadas para trás, narinas dilatadas e dentes expostos. Fique atento.
- Ao conseguir conter o animal, procure abrigos temporários, secos e ventilados, para o conforto e a segurança dele até a chegada de equipe especializada, na qual o médico veterinário será o profissional responsável pelos cuidados médicos.
- Enquanto aguarda a equipe, inicialmente forneça água para o animal e alimentação adequada, como pasto, feno e silagem. Lembrando que a silagem não deve ser fornecida aos equinos. Evite rações e farelos, pois isso pode complicar a função digestiva dos animais.
- Com segurança, observe se o animal possui ferimentos como cortes, sangramentos ou semelhantes. Em caso de machucados, limpe o local com água limpa e, se possível, mantenha-o protegido com ataduras ou semelhantes para evitar mais sangramentos e contaminações. Em suspeitas de fraturas, manter o animal em restrição de movimento, com pouca movimentação, para não agravar a situação.
- Estas orientações podem garantir o conforto e a segurança dos animais e das pessoas até a chegada das equipes da Defesa Civil. Lembrando que o médico veterinário é o profissional responsável por exames e tratamentos especializados. Não medique os animais sem orientações.

REFERÊNCIAS

GOMES, L. B. *et al.* Plano nacional de contingência de desastres em massa envolvendo animais. [s.l.]: Conselho Federal de Medicina Veterinária, 2020. Disponível em <https://crmvsp.gov.br/wp-content/uploads/2021/02/Plano-Nacional-de-Conting%C3%Aancia-de-Desastres-em-Massa-Envolvendo-Animais-CFMV.pdf> Acesso em: 4 maio 2024.

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM RURAL (SENAR). *Equideocultura: manejo e alimentação*. Brasília: Senar, 2018.

SPEIRS, V. C. *Exame clínico de equinos*. Porto Alegre: Artmed, 1999.

II. ORIENTAÇÕES SOBRE ACIDENTES COM ANIMAIS PEÇONHENTOS

O QUE FAZER PARA EVITAR ACIDENTES COM ANIMAIS PEÇONHENTOS APÓS AS ENCHENTES

Os desastres climáticos, como as enchentes que o Rio Grande do Sul enfrenta atualmente, provocam impactos nos ecossistemas e interferem nos habitats de diversas espécies de animais.

Logo após as enchentes, animais como serpentes, aranhas e escorpiões podem buscar abrigo e alimento em locais mais secos, incluindo diferentes tipos de habitação e peridomicílio.

Situações como essa podem levar esses animais a adentrar residências em locais próximos de matas e córregos, tanto em áreas rurais quanto urbanas. Dessa forma, é necessária a atenção à possibilidade de eventuais encontros com algum animal peçonhento em áreas afetadas pelas enchentes.

Alguns cuidados são fundamentais e podem prevenir e/ou reduzir as chances de acidentes. É importante ressaltar que nas circunstâncias atuais o socorro pode demorar a chegar, agravando o quadro clínico do paciente.

- Verifique os cômodos da residência, com especial atenção a frestas, buracos e outros locais que possam servir de abrigo ou acesso a animais possivelmente peçonhentos.
- Vede soleiras de porta e outras frestas no local.
- Evite deslocar móveis e movimentar objetos com a mão desprotegida, utilize luvas, cabos de vassoura, enxadas ou outros instrumentos para afastar móveis e retirar entulhos da casa ou do entorno da residência.
- Afaste a cama da parede e verifique travesseiros, lençóis e cobertores antes de usá-los.
- Evite andar descalço dentro de casa ou nos arredores.
- Também é importante bater seus calçados e outras peças de roupa antes e utilizá-los.
- Caso encontre alguma serpente dentro ou em volta de sua residência, não tente capturá-la e entre em contato imediatamente com a Patrulha Ambiental da Brigada Militar (Patram), por meio do telefone (51) 9 8594-1007, ou a Secretaria do Meio Ambiente do RS, por meio do telefone (51) 9 8593-1288.
- Com relação a aranhas e escorpiões, quando possível e com os devidos cuidados, após o acidente tente localizar e capturar o animal com um recipiente para identificação. Uma identificação correta do animal pode ajudar na to-

mada de decisão em futuros cuidados médicos.

- Em caso de acidente com um animal peçonhento, é recomendado lavar o local da picada com água utilizando um sabão neutro e procurar uma unidade de saúde mais próxima para atendimento. A pessoa envolvida no acidente deve ser medicada nas primeiras horas. Dessa forma, é fundamental buscar informações sobre hospitais com estoque estratégico de soros e antivenenos da sua região.
- Não é recomendado furar, espremer ou cortar o local da picada, nem realizar a sucção do local ou utilizar torniquete.

Também é importante evitar colocar qualquer tipo de substância sobre o local da picada.

- Para maiores informações sobre os animais peçonhentos ocorrentes no estado, bem como orientações sobre como prevenir acidentes e tratar os casos que envolvem essas espécies, é possível consultar o Centro de Informação Toxicológica (CIT) do Rio Grande do Sul, que dispõe de plantão 24 horas no telefone 0800 7213000, e também via WhatsApp por meio do número (51) 9 8405-2368 ou (51) 9 8405-1994, ou pelo site <http://www.cit.rs.gov.br>.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Orientações para prevenção de acidentes por animais peçonhentos durante e após períodos de enchentes*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/orientacoes_prevencao_acidentes_animais_peconhentos_durante_pos_periodos_enchentes.pdf.

BRASIL. Ministério da Saúde. Hospitais de referência para atendimento – Rio Grande do Sul. *Ministério da Saúde*, 15 dez. 2023. Disponível em <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/animais-peconhentos/hospitais-de-referencia/hospitais-de-referencia-para-atendimento-rio-grande-do-sul/view>.

CARDOSO, J. L. C. *et al. Animais peçonhentos no Brasil: biologia, clínica e terapêutica dos acidentes*. São Paulo: Sarvier; FAPESP, 2003.

CENTRO DE INFORMAÇÃO TOXICOLÓGICA DO RIO GRANDE DO SUL. Página Inicial. [s.l.], [20--]. Disponível em: <http://www.cit.rs.gov.br>.

INSTITUTO BUTANTAN. *Primeiros socorros em acidentes com animais peçonhentos*. Instituto Butantan, São Paulo, [20--]. Disponível em: <https://butantan.gov.br/atendimento-medico/primeiro-socorros>.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde do Rio Grande do Sul. Centro de Vigilância em Saúde. *Prevenção de acidentes por animais peçonhentos durante e após enchentes*. Porto Alegre: Secretaria da Saúde do Rio Grande do Sul, 2023. Disponível em: <https://admin.atencaobasica.rs.gov.br/upload/arquivos/202311/13151109-municipios-divulgacao-publica-animais-peconhentos-durante-e-apos-enchentes.pdf>.

12. LEPTOSPIROSE

FIQUE ATENTO AO PERIGO DE LEPTOSPIROSE

O QUE É?

Uma doença infecciosa causada por uma bactéria chamada *Leptospira*, transmitida ao homem pela urina de roedores por meio do contato com a pele com lesões (mesmo pequenas) e as mucosas (olhos, nariz e boca). Outros animais (bois, porcos, cavalos, cabras, ovelhas e cães) também podem adoecer e, eventualmente, transmitir a bactéria para seres humanos.

QUANDO SUSPEITAR?

Deve-se suspeitar de leptospirose quando houver contato com águas contaminadas com urina e fezes de animais e sintomas como:

- febre;
- náuseas/vômitos;
- dor muscular, principalmente nas panturrilhas;
- falta de apetite;
- dor de cabeça intensa;
- lesões hemorrágicas na pele;
- amarelão na pele e mucosas.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Caso você tenha sintomas como febre, dor de cabeça e dores no corpo e tenha entrado em contato com águas de enchente,

procure imediatamente o centro de saúde mais próximo de você! O tratamento orientado pelo médico é muito importante para evitar que a doença piore.

DEPOIS QUE ENTREI EM CONTATO COM A ÁGUA, EM QUANTO TEMPO POSSO TER A DOENÇA?

Esse período pode ser de até 30 dias, mas normalmente os sintomas aparecem em até 14 dias após a exposição à água da enchente.

COMO PREVENIR?

A prevenção da leptospirose ocorre por meio de medidas como evitar o contato da sua pele com água ou lama de enchentes usando botas de plástico altas e luvas de borracha. Se você está sendo voluntário em resgates e não consegue usar esses recursos, entre em contato com o serviço médico para buscar maiores orientações em como se proteger corretamente. Nem todas as pessoas podem usar medicamentos por questões de alergia e danos no fígado, então apenas use medicamentos para prevenção com indicação médica.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

Siga as orientações do médico quanto ao uso de medicamentos prescritos, como antibióticos e analgésicos, para controlar os sintomas e tratar a infecção. Esteja atento a sinais de complicações, como

febre persistente, dor intensa, icterícia (pele e olhos amarelados), dificuldade respiratória, entre outros, e procure assistência médica imediatamente se surgirem sintomas preocupantes.

INFORMAÇÕES RELEVANTES:

Conforme o Ministério da Saúde, não é indicado o uso de antibióticos como medida de prevenção para toda a população que teve exposição a enchentes, mas, se você é voluntário para resgates ou ficou exposto à água parada por muito tempo, busque informação médica para avaliar se é necessário receber alguma medicação.

13. HANTAVIROSE

O QUE É?

Uma doença cardiopulmonar causada por um vírus denominado Hantavírus, transmitido por urina, saliva ou fezes de roedores. A doença pode aparecer de 3 a 60 dias após a exposição ao vírus. A transmissão acontece por meio da inalação de partículas contaminadas com o vírus, ao fazer a limpeza em locais que tenham fezes ou urina desses roedores. Outras formas de transmissão:

- pela pele, por meio de escoriações cutâneas ou mordedura de roedores;
- contato do vírus com mucosa (do olho, da boca ou do nariz), por meio de mãos contaminadas com excretas de roedores;
- transmissão pessoa a pessoa, em que pessoa doente com hantavirose pode transmitir ao tossir ou espirrar.

QUANDO SUSPEITAR?

Os sintomas iniciais podem incluir febre, dores articulares, de cabeça, lombar e abdominal, além de sintomas gastrointestinais (dor abdominal e diarreia).

Na fase mais avançada, os sintomas podem se agravar, manifestando-se com febre persistente, dificuldade para respirar, taquipneia (respiração rápida), taquicardia (batimentos cardíacos acelerados), tosse seca e pressão arterial baixa. Também há quadros que causam problemas renais e

hemorragias na pele. Fique atento e busque auxílio médico imediatamente.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Procure ajuda médica imediatamente se você apresentar sintomas como febre persistente, dificuldade para respirar, dores musculares intensas e histórico de exposição a roedores ou ambientes rurais. Esses sinais podem indicar uma possível infecção por Hantavírus, que requer diagnóstico e tratamento precoces para evitar complicações graves.

COMO PREVENIR?

- Utilize luvas e botas de borracha para realizar a limpeza de sua residência após a enchente.
- Mantenha os alimentos em locais fechados.
- Mantenha os ambientes arejados, com janelas abertas.
- Tome medidas para evitar a aproximação de roedores, como remoção de entulhos próximos às casas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Hantavirose. *Ministerio da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hantavirose>.

CENTRO ESTADUAL DE VIGILANCIA EM SAÚDE DO RS (CEVS). Hantavirose. *CEVS*, [20--]. Disponível em: <https://www.cevs.rs.gov.br/hantavirose>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saiba como se prevenir da hantavirose, doença causada por roedores silvestres. *Ministerio da Saúde*, 11 out. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/outubro/saiba-como-se-prevenir-da-hantavirose-doenca-causada-por-roedores-silvestres>.

14. TOXOPLASMOSE

O QUE É?

Uma zoonose (doença infecciosa transmitida entre animais e pessoas) ocasionada por um protozoário.

QUANDO SUSPEITAR?

Quando perceber aumento dos linfonodos (“ínguas”) do pescoço ou surgimento em outras partes do corpo, além de diminuição súbita da visão. Pacientes com AIDS ou baixa imunidade apresentam dor de cabeça, perda de força, convulsões.

QUEM DEVE PROCURAR AJUDA?

Gestantes, pessoas com imunidade baixa (câncer, AIDS etc.) com sintomas e pessoas com diminuição visual súbita.

COMO PREVENIR?

- Lave as mãos com sabão.
- Evite o consumo de alimentos crus ou mal cozidos.
- Higienize vegetais antes de consumir.
- Trate a água para consumo (após filtrar, ferva ou coloque duas gotas de solução de hipoclorito de sódio a 2,5% para cada litro de água e aguarde por 30 minutos antes de usar).

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

A maioria das pessoas se recupera bem com tratamentos sintomáticos apenas. Gestantes, recém-nascidos, pessoas com imunidade baixa ou doença específica relacionada a olhos devem ser tratados com medicação própria e acompanhados por médicos.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

Gestantes não tratadas podem transmitir a infecção para o bebê. O pré-natal cuidadoso ajuda a diagnosticar e tratar quando necessário.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia de vigilância em saúde*. 6. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Articulação Estratégica de Vigilância em Saúde e Ambiente, 2023. v. 1. E-book.

15. RAIVA

O QUE É A RAIVA?

Uma zoonose grave, causada por um vírus, que pode levar à morte, tanto para os humanos quanto para os animais. É transmitida para o homem pela saliva de animais infectados, como cães, gatos, bovinos, equinos, suínos, caprinos, macacos, morcegos, entre outros animais silvestres, por meio de mordedura, lambedura de mucosas e/ou arranhadura. Após o acidente o local afetado deve ser lavado com água e sabão neutro e é preciso procurar imediatamente o serviço de saúde mais próximo para orientações. Apenas os mamíferos transmitem e são acometidos pelo vírus da raiva.

QUANDO SUSPEITAR?

Quando houver acidente com animal potencialmente transmissor e aparecimento dos seguintes sinais e sintomas, no período de incubação, considerado de 2 a 10 dias após o acidente:

- febre baixa;
- mal-estar geral;
- náuseas;
- diminuição do apetite;
- cefaleia;
- dor de garganta;
- confusão, angústia, irritabilidade e/ou inquietação;

- ínguas aumentadas e dolorosas bem como aumento de sensibilidade e dormência na região da ferida.

QUANDO PROCURAR ATENDIMENTO?

Logo após o acidente com animal potencialmente transmissor da doença (Tabela 1), seja por meio de mordedura, arranhadura ou lambedura de mucosas. Todos os casos deverão ser investigados e acompanhados. A profilaxia é feita com o uso de vacinas e de soro o mais precocemente possível nas seguintes situações:

ACIDENTE LEVE

- Ferimentos superficiais, pouco extensos.
- Geralmente em tronco e membros (exceto mãos, dedos e pés).

ACIDENTE GRAVE

- Ferimentos profundos, extensos, em qualquer região do corpo.
- Ferimentos em cabeça, face, pescoço, mão, dedos e pés.
- Lambedura de mucosas.
- Lambedura de pele que já possua lesão grave.
- Ferimento profundo causado por unha de animais transmissores.
- Qualquer ferimento causado por morcegos.

Contatos indiretos, como manipular utensílios contaminados e lambedura de pele íntegra, não são considerados acidentes de risco, não sendo necessária a profilaxia.

Tabela 1: Indicação de profilaxia da raiva após a exposição a acidente com animal potencialmente transmissor da doença

Exposição	Cão ou gato sem sinais de raiva e passível de observação por 10 dias	Cão ou gato com sinais de raiva ou sem observação por 10 dias	Animais de interesse econômico (bovídeos, equídeos, caprinos, ovinos, suínos)	Mamífero silvestre (raposa, sagui, macaco etc.)	Morcegos
Contato indireto	Não indicada	Não indicada	Não indicada	Não indicada	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR
Leve	Início da profilaxia com vacina apenas em caso de sintomas de raiva, morte ou desaparecimento do animal no período de observação	Início imediato da profilaxia com vacina	Início imediato da profilaxia com vacina	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR
Grave	Início da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR em caso de sintomas de raiva, morte ou desaparecimento do animal no período de observação	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR	Início precoce da profilaxia com vacina e SAR ou IGHAR

O QUE FAZER COM ANIMAL POTENCIALMENTE TRANSMISSOR APÓS O ACIDENTE?

Não mate o animal! Ele deve ficar em observação por 10 dias em local seguro e isolado de pessoas e outros animais, recebendo água e alimento normalmente.

Caso o animal desapareça, mude o comportamento, adoça ou morra, é preciso retornar ao serviço de saúde e avisar.

Nunca interrompa o tratamento proposto.

COMO POSSO PREVENIR?

- Vacinar anualmente seus animais domésticos contra o vírus da raiva.
- Não tocar em animais estranhos, feridos, doente e/ou mortos.
- Não deixar os animais soltos na rua, usar sempre guias e coleiras.
- Não separar animais que estejam brigando.
- Evitar entrar em grutas, cavernas ou qualquer ambiente habitado por morcegos.
- Evitar criar animais silvestres ou retirá-los de seu habitat natural.
- Notificar o serviço de saúde sobre a existência de animais errantes, com comportamento anormal na vizinhança.
- Informar sobre a existência de morcegos de qualquer espécie.
- Providenciar a entrega de animais para a coleta de exames em caso de óbito.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS:

- A vacina antirrábica é de vírus inativado e não tem contraindicações, sendo utilizada em pessoas expostas ao vírus após acidentes com animais potencialmente transmissores, ou por exposição ocupacional.
- Pacientes imunossuprimidos ou com incerteza sobre o esquema profilático anterior fazem a profilaxia com soro antirrábico (SAR).
- Deve-se realizar a profilaxia do tétano em todas as situações.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia de vigilância em saúde*. 5. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Coordenação-Geral de Desenvolvimento da Epidemiologia em Serviços, 2022. E-book.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Protocolo de tratamento da raiva humana no Brasil*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância Epidemiológica, 2011.

16. LEISHMANIOSE VISCERAL CANINA E O TRÂNSITO DE ANIMAIS

O QUE É?

Importante doença parasitária dos animais que pode ser transmitida aos humanos (zoonose), presente no Brasil, causada por um protozoário flagelado do gênero *Leishmania* sp., que possui como vetor um flebotomíneo (*Lutzomyia* sp.), popularmente conhecido como mosquito palha.

A leishmaniose era, primariamente, caracterizada como doença de caráter rural, mas recentemente vem se expandindo para áreas urbanas de médio e grande portes e se tornou um crescente problema de saúde pública no país e em outras áreas do continente americano, sendo uma doença em franca expansão geográfica.

O cão infectado, porém sem sinais clínicos (reservatório), pode ser picado pelo mosquito palha e, por meio da sua alimentação, transmitir a outros cães e até humanos.

Atualmente, cães domésticos são considerados os principais reservatórios da leishmaniose em zonas urbanas. A Leishmaniose canina já é considerada uma doença endêmica no Brasil. O controle do vetor e de animais infectados é de extrema importância, uma vez que essa doença tem caráter zoonótico, ou seja, pode ser transmitida dos animais aos humanos.

LEISHMANIOSE VISCERAL CANINA

Pode acometer qualquer órgão, tecido ou líquido biológico (doença sistêmica). Os sinais clínicos podem ser muito inespecíficos.

- Principais sinais clínicos em cães:
 - lesões cutâneas como descamação ou úlceras;
 - despigmentação nasal;
 - hiperqueratose nasodigital;
 - linfadenomegalia local ou generalizada;
 - emagrecimento e letargia;
 - hepato e esplenomegalia;
 - poliúria e polidipsia;
 - alterações oftálmicas;
 - mucosas pálidas;
 - onicogribose.

Dermatite esfoliativa e descamativa na face em cão com Leishmaniose.



Fonte: Greene, 2015.

Ulceração mucocutânea em um cão com Leishmaniose.



Fonte: Greene, 2015.

DIAGNÓSTICO NOS CÃES

O diagnóstico pode ser realizado por meio de técnicas imunológicas e parasitológicas.

Como medida de saúde pública, são utilizadas duas técnicas sorológicas sequenciais, o teste imunocromatográfico rápido (TR) e o ensaio imunoenzimático (ELISA), com o objetivo de melhorar a especificidade e reduzir resultados falsos positivos, sendo considerado um caso positivo, o animal que apresentar resultado reagente nos dois testes sorológicos preconizados.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

É fundamental procurar um médico assim de surgirem os primeiros sintomas.

REFERÊNCIAS

GREENE E. Craig. *Doenças infecciosas em cães e gatos*. São Paulo: Roca, 2015.

TAYLOR, M. A.; COOP, R. L.; WALL, R. L. *Parasitologia veterinária*. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

Uma vez diagnosticada, quanto mais cedo for iniciado o tratamento maiores são as chances de evitar agravo e complicações da leishmaniose visceral, que, se não for tratada adequadamente, pode ser fatal.

Se o cão for diagnosticado com a doença, as autoridades locais devem ser notificadas para que haja o correto controle da doença!

Lembre-se: essa doença não é transmitida pelo contato direto com o animal doente, é preciso ocorrer a presença do mosquito palha!

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- Controle do vetor (mosquito-palha), como poda de árvores, arbustos e gramados, além de manejo ambiental evitando o acúmulo de lixo e água parada.
- Limpeza de abrigo dos animais periodicamente.
- Utilização de coleira repelente impregnada com deltametrina 4% para evitar o vetor.
- Posse responsável de animais portadores.

Atenção! O RS está enfrentando uma situação de enchente e muitos animais estão sendo resgatados e alojados em diferentes cidades. É importante que sejam realizados exames laboratoriais, além de utilizar coleiras repelentes em todos os animais.

17. DOENÇA DIARREICA AGUDA

O QUE É?

Uma doença que provoca o aumento do número de evacuações, com fezes amolecidas ou até aquosas. Pode ser causada por vírus, bactérias e parasitas.

QUANDO SUSPEITAR?

Quando há três ou mais evacuações por dia com fezes amolecidas ou aquosas. Pode estar associado a náuseas, vômitos, dor abdominal, cólicas e febre. Nos casos mais graves pode aparecer muco e/ou sangue nas fezes.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Sempre que houver:

- piora da diarreia;
- vômitos repetidos;
- muita sede;
- recusa de alimentos;
- sangue nas fezes;
- diminuição da urina.

A principal complicação é a desidratação!
Atenção! Crianças e idosos têm maior chance de desidratação!

COMO PREVENIR?

- Lave as mãos com sabão.
- Desinfete superfícies e utensílios durante a preparação de alimentos.
- Trate a água para consumo (após filtrar, ferva ou coloque duas gotas de solução de hipoclorito de sódio a 2,5%

para cada litro de água e aguarde por 30 minutos antes de usar).

- Guarde a água tratada em garrafas limpas e com tampa.
- Evite o consumo de alimentos crus ou mal cozidos.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

- Evite o consumo de água e alimentos contaminados e o contato com mãos contaminadas de outras pessoas.
- Hidrate-se adequadamente para prevenir a desidratação.
- Beba água tratada, filtrada e/ou fervida.
- Caso a diarreia seja um sintoma comum para várias pessoas, notifique um agente de saúde.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- O tratamento com antibiótico deve ser reservado para casos de diarreia com sangue ou muco (disenteria) e comprometimento do estado geral, e o acompanhamento médico é obrigatório nesses casos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia de vigilância em saúde*. 6. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Articulação Estratégica de Vigilância em Saúde e Ambiente, 2023. v. 1. E-book.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sobre a DDA. *Ministério da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/dda>.

18. HEPATITE A

O QUE É?

Uma infecção causada pelo vírus A que causa inflamação no fígado. Na maioria das vezes tem caráter benigno, com recuperação total.

COMO OCORRE A TRANSMISSÃO?

A transmissão é fecal-oral, ou seja, quando há contato com fezes contaminadas de uma pessoa infectada. Durante o período de enchentes, a água do esgoto pode carregar o vírus da hepatite.

QUANDO SUSPEITAR E PROCURAR AJUDA?

Quando aparecerem os sintomas típicos, que podem demorar de 15 a 30 dias para aparecerem:

- perda de apetite;
- febre;
- sensação de mal-estar geral;
- vômitos;
- dor abdominal;
- urina escura;
- icterícia (amarelamento da pele e da parte branca dos olhos amareladas).

Outros sintomas: fezes esbranquiçadas e coceira generalizada.

Atenção! Crianças de até 6 meses podem não apresentar sintomas, e aquelas que apresentarem raramente têm icterícia (pele amarelada).

COMO PREVENIR?

- Evite contato direto com a água vinda de enchentes ou áreas de esgoto, utilizando botas de borracha e luvas ao manipular entulhos.
- Lave as mãos após utilizar o sanitário e trocar fraldas e antes de manipular alimentos.
- Lave os alimentos que serão consumidos crus com água tratada, clorada ou fervida, deixando-os de molho por cerca de 30 minutos.
- Cozinhe bem os alimentos antes de consumi-los.
- Lave adequadamente pratos, copos, talheres e mamadeiras.
- Adote medidas de higiene, como a desinfecção de objetos, bancadas e chão.
- Use preservativos durante as relações sexuais, especialmente com parceiros cujo *status* de hepatite A seja desconhecido.
- Certifique-se de consumir água potável e alimentos de fontes seguras, especialmente em áreas onde a qualidade da água pode ser duvidosa.

A vacina da Hepatite A é altamente eficaz, deve ser realizada aos 15 meses de idade e é a melhor forma de prevenção da doença. Deve-se enfatizar que a vacina pode ser realizada a partir dos 12 meses de idade até os 4 anos incompletos.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

A recuperação irá ocorrer por completo entre 3 e 6 meses. Nesse período, para se recuperar da hepatite A, é essencial:

- descansar – permita que seu corpo se recupere descansando o máximo possível;
- alimentar-se de forma saudável – consuma uma dieta equilibrada, rica em frutas, vegetais, proteínas magras e carboidratos complexos para ajudar na recuperação do fígado;
- evitar álcool – abstenha-se de consumir álcool durante a recuperação, pois pode sobrecarregar ainda mais o fígado;
- evitar medicamentos desnecessários – consulte um médico antes de tomar qualquer medicamento, pois alguns podem ser prejudiciais ao fígado;
- cuidar da higiene pessoal – lave as mãos com frequência e evite compartilhar objetos pessoais para não propagar o vírus para outras pessoas;
- seguir orientações médicas – siga as instruções do seu médico sobre repouso, dieta, medicamentos e momento seguro para retornar às atividades normais;

- hidratar-se – beba bastante líquido, como água, sucos naturais e sopas claras, para evitar a desidratação, especialmente se houver náuseas, vômitos ou febre;
- isolar-se – durante o período de infecção aguda, é importante evitar o contato próximo com outras pessoas para não transmitir do vírus.

Atenção: Não há procedimento específico para a hepatite A. Além disso, o tratamento deve ser realizado em casa, visto que a hospitalização só ocorrerá em casos de insuficiência hepática aguda.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- Idosos e pessoas com problemas de imunidade e doenças prévias no fígado correm maior risco de complicação.
- A Hepatite A pode culminar em insuficiência hepática, por isso é imprescindível buscar atendimento médico em caso de qualquer suspeita.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Hepatite A. *Ministério da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hepatites-virais/hepatite-a>.

UPTODATE. Hepatite A Virus Infection: Treatment and Prevention. *UpToDate*, 2024. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/hepatitis-a-virus-infection-treatment-and-prevention?search=HEPATITE%20A&source=search_result&selectedTitle=2%7E150&usage_type=default&display_rank=2#H1235658502.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Hepatitis A. *WHO*, Global hepatitis report, 2017. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hepatitis-a>.

19. ASCARIDÍASE

O QUE É?

Uma infecção causada pelo *Ascaris lumbricoides*, conhecido popularmente como “lombriga” ou “bicha”. A contaminação pelo verme ocorre por meio da ingestão dos ovos do parasita, presentes em água ou alimentos contaminados.

QUANDO SUSPEITAR?

Normalmente as pessoas são assintomáticas, mas em alguns casos podem aparecer sintomas como:

- suor, fraqueza, palidez, náuseas e tosse, principalmente na fase inicial;
- dor abdominal, cólica, perda de apetite, diarreia, dores musculares e anemia após o surgimento das formas adultas do verme no intestino;
- tosse quando as larvas atingem os pulmões;
- complicações como déficit nutricional e obstrução intestinal nas infecções mais intensas (com 100 ou mais vermes).

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Em caso de suspeita ou piora dos sintomas, para que o diagnóstico seja feito e a infecção tratada de maneira correta, garantindo seu bem-estar e evitando complicações.

COMO PREVENIR?

- Lave as mãos após usar o banheiro e antes de preparar e ingerir alimentos.

- Lave os alimentos adequadamente.
- Evite o consumo de legumes crus ou não lavados.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

- Após o atendimento médico e a confirmação do diagnóstico, o tratamento pode ser realizado de forma simples e em casa se não houver complicação.
- É importante fazer a limpeza adequada de mãos e alimentos, além de evitar o consumo de água não tratada ou filtrada para evitar a contaminação novamente.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- A transmissão do *Ascaris lumbricoides* está relacionada a hábitos, práticas e atitudes da população, portanto o seu controle requer atitudes preventivas individuais e participação comunitária.
- Um importante grupo de risco são as crianças, pois detêm a maior prevalência da doença devido ao contato frequente com o solo, que muitas vezes está contaminado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia prático para o controle das geo-helminthiases*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018. E-book. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_controle_geohelminthiases.pdf.

ANDRADE JUNIOR, F. P. *et al.* Ascaridíase, himenolepíase, amebíase e giardíase: uma atualização. *Educação, ciência e saúde*, [s.l.], v. 7, n. 1, p. 234-250, jan./jun. 2020. DOI: 10.20438/ecs.v7i1.204. Disponível em: <https://periodicos.ces.ufcg.edu.br/periodicos/index.php/99cienciaeducacaosaude25/article/view/204>.

20. DIFTERIA

O QUE É?

Uma doença contagiosa, causada por uma bactéria e transmitida de pessoa para pessoa por gotículas respiratórias ou contato com lesões de pele e mucosas.

É mais frequente nos meses de outono e inverno, quando há aglomeração em ambientes fechados, em áreas com precárias condições socioeconômicas e em locais com baixas coberturas vacinais.

QUANDO SUSPEITAR?

Os sintomas surgem em torno de seis dias após a contaminação. O principal sinal é a presença de membrana grossa e acinzentada cobrindo as amígdalas bem como o inchaço do pescoço e dos gânglios linfáticos. Nos casos mais graves a pessoa pode sentir dificuldade para respirar.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Ao surgimento de qualquer sinal, é fundamental procurar ajuda médica para iniciar o tratamento o mais rápido possível, pois a difteria é uma doença grave que pode levar à morte. Alguns sintomas:

- mal-estar geral.
- dor de garganta discreta;
- membrana grossa e acinzentada cobrindo as amígdalas e podendo cobrir outras estruturas da garganta;

- gânglios inchados no pescoço;
- dificuldade em respirar ou respiração rápida em casos graves;
- palidez;
- febre não muito elevada.

COMO PREVENIR?

A difteria pode ser prevenida com a vacina tríplice bacteriana (DTP) contra difteria, tétano e coqueluche. Com o calendário vacinal em dia, as crianças receberam 3 doses da vacina tríplice, aos 2, 4 e 6 meses de vida, seguidos de dois reforços, um aos 15 meses e outro aos 4 anos. Após esse período, é recomendado que as vacinas de reforço sejam administradas a cada 10 anos.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

- Tratamento com soro antidiftérico, que deve ser realizado apenas em hospitais.
- Antibiótico pode ser indicado algumas vezes.
- Repouso e hidratação.
- Isolamento para evitar a propagação secundária.
- Após a recuperação do paciente, a imunização é necessária.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- Difteria é uma doença bacteriana, transmissível, que pode ser grave, obstruir a via aérea e levar à morte.
- Após o surgimento da vacina tríplice bacteriana (DTP) o número de casos de difteria se tornou muito raro no Brasil. A vacina é a melhor, mais eficaz e principal forma de prevenir a difteria.
- Algumas pessoas podem apresentar sintomas leves ou até mesmo não ter sinal da doença.
- A vacinação é o principal meio de controle e prevenção da difteria. É preciso manter o esquema vacinal de crianças, adolescentes e adultos sempre atualizado.

REFERÊNCIAS

MURRAY, R. Patrick; ROSENTHAL, S. Ken; PFALLER, A. Michael. *Microbiologia médica*. 9. ed. Rio de Janeiro: Gen, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Difteria. *Ministério da Saúde*, Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/difteria#>.

21. COQUELUCHE

O QUE É?

Uma infecção respiratória transmissível, conhecida também como “tosse comprida”, causada pela bactéria *Bordetella pertussis* e transmitida por gotículas eliminadas na tosse, no espirro e até mesmo na fala. É altamente contagiosa, e os sintomas aparecem depois de 5 a 10 dias a partir do contágio.

QUANDO SUSPEITAR?

Acomete principalmente os bebês, antes de completarem 1 ano de vida. Inicialmente ocorre tosse seca, febre baixa, mal-estar e corrimento nasal mais aquoso. Com o tempo, a tosse seca piora e começa a ficar severa e descontrolada, podendo ser tão intensa que pode comprometer a respiração e levar a vômito ou cansaço extremo.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

É importante procurar atendimento assim que surgirem os primeiros sinais e sintomas.

Cuidados intensivos podem ser necessários, especialmente se houver pausas na respiração ou falta de ar, cianose (coloração azul ou arroxeada da pele, unhas ou lábios), convulsão e vômito frequentes após crises de tosse. A coqueluche pode progredir rapidamente em bebês pequenos.

COMO PREVENIR?

- Vacine-se! Com o calendário vacinal em dia, as crianças recebem cinco doses ao longo da infância (no forma-

to de penta, hexa ou DTP – difteria, coqueluche e tétano).

- Evite contato com pessoas sintomáticas, se possível.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

- O tratamento é feito com antibióticos, que devem ser prescritos pelo médico.
- As crianças infectadas devem ser afastadas da escola ou da creche até que tenham completado o tratamento.
- Necessitam de observação permanente em internação hospitalar.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- Os contatos de uma criança infectada devem ser cuidadosamente observados quanto ao desenvolvimento de sintomas respiratórios durante, pelo menos, 21 dias.
- A maioria das pessoas consegue se recuperar da coqueluche sem sequelas e maiores complicações, mas também podem evoluir com quadros graves.

REFERÊNCIAS

CORNIA, Paul *et al.* Pertussis infection in adolescents and adults: Treatment and prevention. *UpToDate*, 8 jan. 2023. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/pertussis-infection-in-adolescents-and-adults-treatment-and-prevention?sectionName=Postexposure+prophylaxis&search=coqueluche&topicRef=5995&anchor=H12882709&source=see_link#H12882709.

YEH, Sylvia; MINK, ChrisAnna M. Pertussis infection in infants and children: Clinical features and diagnosis. *UpToDate*, 5 jun. 2023. Disponível em: https://www.uptodate.com/contents/pertussis-infection-in-infants-and-children-clinical-features-and-diagnosis?search=coqueluche&source=search_result&selectedTitle=1%7E150&usage_type=default&display_rank=1.

22. DOENÇAS VIRAIS DE TRANSMISSÃO RESPIRATÓRIA

O QUE SÃO?

Enfermidades agudas cuja transmissão ocorre de pessoa a pessoa, atingindo os órgãos e as estruturas do sistema respiratório. Essas doenças causam inflamações e provocam a obstrução das vias aéreas, dificultando a passagem do ar e impedindo a respiração adequada. As infecções virais do trato respiratório melhoram sem tratamento.

QUANDO SUSPEITAR?

Alguns sintomas característicos de doenças virais respiratórias podem indicar que o paciente está infectado. Os mais comuns são:

- tosse;
- febre;
- congestão nasal;
- coriza;
- dor de garganta;
- dor muscular;
- cansaço.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Sinais de agravamento das doenças respiratórias:

- dificuldade para respirar ou falta de ar (notar respiração rápida ou com dificuldade, fala entrecortada, lábios ou ponta dos dedos azulados e afundamento da pele entre as costelas ou no pescoço);

- dor ou pressão no peito ou no abdome;
- tontura;
- confusão mental ou sonolência;
- vômitos intensos ou persistentes;
- dificuldade de manter a criança hidratada (não aceita líquidos/alimentos ou vomita).

COMO PREVENIR?

- Evite permanecer em locais fechados.
- Mantenha os locais ventilados (janelas abertas).
- Higienize regularmente as mãos e as superfícies de uso comum.
- Cubra o nariz e a boca ao espirrar ou tossir (preferencialmente com o cotovelo).
- Não compartilhe objetos de uso pessoal.
- Não toque seu rosto se suas mãos não estiverem limpas.

VACINAS DISPONÍVEIS:

Influenza – dose anual, de acordo com a variante circulante, disponível gratuitamente em postos de saúde.

Covid-19 – dose anual; para imunocomprometidos, gestantes e idosos a partir de 60 anos, dose semestral; para crianças, consultar o calendário vacinal.

A disponibilidade das doses pode ter sido afetada devido aos recentes acontecimentos climáticos.

CUIDADOS NA RECUPERAÇÃO:

- Seguir as orientações médicas e o tratamento indicado.
- Repousar adequadamente.
- Hidratar-se constantemente.
- Alimentar-se de forma saudável.
- Monitorar os sintomas da doença.
- Lavar bem as mãos e evitar tocar diretamente olhos, boca e nariz.

ver desenvolvimento de infecções bacterianas secundárias.

- Enquanto grande parte das infecções virais respiratórias melhora sem tratamento específico, existem duas mais graves, a Influenza e a Covid-19, para as quais existem vacinas gratuitas.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES

- Essas doenças têm muitos sintomas em comum e são persistentes, então busque um profissional caso perceba sinais de agravamento, para que ele possa fornecer as informações e o tratamento corretos.
- A gravidade da doença respiratória viral varia amplamente, com probabilidade de ser mais grave em idosos e crianças com menos de 2 anos.
- Os antibióticos NÃO são eficazes contra o vírus e devem ser administrados somente quando hou-

REFERÊNCIAS

APARECIDA. Doenças de transmissão respiratória. *Prefeitura de Aparecida*, [20--].. Disponível em: <https://saude.aparecida.go.gov.br/doencas-de-transmissao-respiratoria/>.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Doenças respiratórias crônicas*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, 2010. (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 25).

BRASIL. Ministério da Saúde. Nota informativa sobre os dados do painel da campanha região norte 2023-2024 vacina de influenza. *Ministério da Saúde*, 2023. Disponível em: https://infoms.saude.gov.br/content/Default/NOTA%20INFORMATIVA%20SOBRE%20OS%20DADOS%20DO%20PAINEL%20INFLU_Regi%C3%A3o%20Norte_2023.pdf.

BRASIL. Ministério da Saúde. Esquemas vacinais. *Ministério da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/covid-19/esquemas-vacinais>.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. Escola de saúde pública. *Boletim da Saúde*, [20--]. Disponível em: [http://www.boletimdasaude.rs.gov.br/conteudo/1442/infec%C3%A7%C3%B5es-virais-do-trato-respirat%C3%B3rio#:~:text=Os%20v%C3%ADrus%20mais%20frequentemente%20envolvidos,influenza%20\(DOLIN%2C%202007\)](http://www.boletimdasaude.rs.gov.br/conteudo/1442/infec%C3%A7%C3%B5es-virais-do-trato-respirat%C3%B3rio#:~:text=Os%20v%C3%ADrus%20mais%20frequentemente%20envolvidos,influenza%20(DOLIN%2C%202007)).

SÃO PAULO (Estado). Cuidados com doenças respiratórias devem ser redobrados no outono. *Prefeitura Municipal de São Paulo*, São Paulo, 10 abr. 2021. Disponível em: <https://www.capital.sp.gov.br/w/noticia/cuidados-com-doencas-respiratorias-devem-ser-redobrados-no-outono>.

23. MENINGITES

O QUE É?

Uma inflamação das membranas que envolvem o cérebro e protegem o encéfalo, a medula espinhal e outras partes do sistema nervoso central. A causa mais frequente da inflamação das meninges é a infecção por um vírus ou uma bactéria. Raramente pode ser provocada por fungos ou pelo bacilo de Koch, causador da tuberculose. As meningites causadas por parasitas acontecem pela ingestão de produtos ou alimentos contaminados que tenham a forma ou a fase infecciosa do parasita. A transmissão ocorre de pessoa para pessoa, por meio das vias respiratórias, gotículas e secreções do nariz e da garganta, e pode também acontecer a transmissão fecal-oral, por meio da ingestão de água e alimentos contaminados e em contato com fezes.

QUANDO SUSPEITAR?

Os sintomas iniciais podem ser semelhantes aos das doenças respiratórias, como gripes ou resfriados, associados a febre, náuseas, vômitos, dor de cabeça, diminuição do apetite, irritabilidade ou sonolência.

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Sempre que os sintomas não melhoram ou se agravam: febre alta e persistente, comprometimento do estado geral, náuseas, vômitos, dor de cabeça e no pescoço, sonolência, confusão mental e irritabilidade. A rigidez de nuca é um sinal de gravidade da doença, e pode ser

testada pedindo que a pessoa encoste o queixo no peito.

COMO PREVENIR?

- Evite proximidade com pessoas infectadas e ingestão de água e alimentos contaminados e em contato com fezes.
- Notifique as autoridades de saúde, no setor de vigilância epidemiológica, para investigação do agente infeccioso e prevenção da doença bacteriana nos seus contatos.
- Higienize as mãos e os alimentos.
- Mantenha o ambiente limpo e arejado.
- Vacine-se! As vacinas estão disponíveis nos serviços públicos de saúde a todas as pessoas. Elas previnem as meningites causadas por bactérias que desenvolvem doença grave e podem deixar sequelas.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO:

- Sempre que existe a suspeita de meningite a investigação para confirmar a doença é realizada com internação hospitalar, para acompanhamento dos sintomas e realização de exames.
- O tratamento depende do agente infeccioso.
- É fundamental manter a hidratação e realizar repouso.
- As meningites bacterianas são mais graves e devem ser tratadas imediatamente, com antibiótico endovenoso, em ambiente hospitalar.

OBSERVAÇÕES RELEVANTES:

- No Brasil, a meningite é considerada uma doença endêmica. As meningites virais acontecem principalmente nos meses de primavera e verão; as bacterianas, nos meses de outono e inverno.
- É importante procurar imediatamente um médico para diagnóstico seguro e tratamento eficiente na presença dos sintomas.
- Todos os exames necessários para fazer o diagnóstico e o acompanhamento dos casos de meningite estão disponíveis no Sistema Único de Saúde (SUS) e são solicitados pela equipe médica ou pela equipe de vigilância epidemiológica.
- A meningite em lactentes e crianças menores de 5 anos é considerada doença grave, e a avaliação do pediatra é imprescindível.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Meningite. *Ministério da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/m/meningite>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Meningite. *Biblioteca Virtual em Saúde*, dez. 2007 [atualização em ago. 2022]. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/meningite/>.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde do Estado. Meningite. *Secretaria da Saúde*, [20--]. Disponível em: <https://saude.rs.gov.br/meningite>.

24. TUBERCULOSE

O QUE É?

Uma doença infecciosa e transmissível pela via aérea, causada pela bactéria *Mycobacterium tuberculosis*, que afeta principalmente os pulmões e pode atingir outros órgãos do corpo, como rins e ossos.

QUANDO SUSPEITAR?

Quando houver sintomas como:

- tosse crônica, febre vespertina, perda de peso e sudorese noturna;
- tosse por mais de três semanas na população em geral;
- tosse seca ou acompanhada de secreção purulenta em grupos de risco (imunossuprimidos, privados de liberdade, moradores de rua, usuários de drogas).

QUANDO PROCURAR AJUDA?

Ao notar tosse, febre e sudorese noturna persistentes por mais de duas semanas.

COMO PREVENIR?

- Fazer a vacina BCG, que previne as formas graves da tuberculose em crianças, está disponível no SUS e deve ser aplicada em crianças de até 5 anos.
- Diagnosticar e tratar a população infectada.
- Manter os ambientes ventilados.
- Proteger a boca ao tossir ou espirrar.
- Manter bons hábitos de vida, como alimentação saudável e prática de exercícios físicos.

CUIDADOS NO PERÍODO DE RECUPERAÇÃO

- Realizar adequadamente o tratamento. A tuberculose é uma doença curável com tratamento que dura em torno de 6 meses, sendo realizado em duas etapas, a fase intensiva (ou de ataque) e a de manutenção, com medicamentos que são distribuídos gratuitamente na rede básica dos municípios.
- Permanecer afastado das atividades de 15 a 30 dias após o início do tratamento.

POR QUE DEVEMOS NOS ATENTAR À TUBERCULOSE EM CASOS DE ENCHENTES?

Quando ocorrem enchentes, várias condições podem facilitar o aumento da incidência de tuberculose, como a permanência temporária em alojamentos e abrigos, com uma grande quantidade de pessoas convivendo em um mesmo espaço. As enchentes podem dificultar o acesso às instalações de saúde, o que afeta o diagnóstico de novos casos e aumenta o risco de interrupção do tratamento de alguns pacientes, além de expor as pessoas a condições que comprometem o sistema imunológico, aumentando a suscetibilidade a infecções como a tuberculose.

REFERÊNCIAS

BRASIL. *Manual de Recomendações para controle da Tuberculose no Brasil*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde Departamento de Vigilância das Doenças Transmissíveis, 2019.



Caxias do Sul, maio de 2024



A Universidade de Caxias do Sul é uma Instituição Comunitária de Educação Superior (ICES), com atuação direta na região nordeste do estado do Rio Grande do Sul. Tem como mantenedora a Fundação Universidade de Caxias do Sul, entidade jurídica de Direito Privado. É afiliada ao Consórcio das Universidades Comunitárias Gaúchas - COMUNG; à Associação Brasileira das Universidades Comunitárias - ABRUC; ao Conselho de Reitores das Universidades Brasileiras - CRUB; e ao Fórum das Instituições de Ensino Superior Gaúchas.

Criada em 1967, a UCS é a mais antiga Instituição de Ensino Superior da região e foi construída pelo esforço coletivo da comunidade.

Uma história de tradição

Em meio século de atividades, a UCS marcou a vida de mais de 120 mil pessoas, que contribuem com o seu conhecimento para o progresso da região e do país.

A universidade de hoje

A atuação da Universidade na atualidade também pode ser traduzida em números que ratificam uma trajetória comprometida com o desenvolvimento social.

Localizada na região nordeste do Rio Grande do Sul, a Universidade de Caxias do Sul faz parte da vida de uma região com mais de 1,2 milhão de pessoas.

Com ênfase no ensino de graduação e pós-graduação, a UCS responde pela formação de milhares de profissionais, que têm a possibilidade de aperfeiçoar sua formação nos programas de Pós-Graduação, Especializações, MBAs, Mestrados e Doutorados. Comprometida com excelência acadêmica, a UCS é uma instituição sintonizada com o seu tempo e projetada para além dele.

Como agente de promoção do desenvolvimento a UCS procura fomentar a cultura da inovação científica e tecnológica e do empreendedorismo, articulando as ações entre a academia e a sociedade.

A Editora da Universidade de Caxias do Sul

O papel da EDUCS, por tratar-se de uma editora acadêmica, é o compromisso com a produção e a difusão do conhecimento oriundo da pesquisa, do ensino e da extensão. Nos mais de 1500 títulos publicados é possível verificar a qualidade do conhecimento produzido e sua relevância para o desenvolvimento regional.



Conheça as possibilidades de formação e aperfeiçoamento vinculadas às áreas de conhecimento desta publicação acessando o QR Code:

