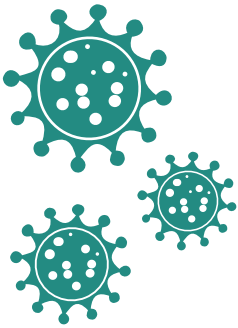
MANUAL SOBRE CUIDADOS E PREVENÇÃO DA INFECÇÃO PELO SARS-COV-2 PARA ENFERMEIROS

AUTOR
Jadson Mendonça Galindo

ORIENTADORAS
Maria Cynthia Braga
Maria de Fátima Pessoa Militão de Albuquerque

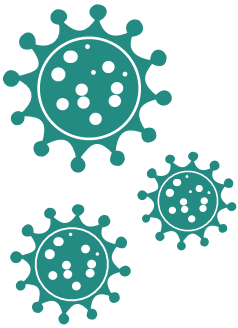
Ministério da Saúde

FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz
Instituto Aggeu Magalhães



APRESENTAÇÃO

Este manual foi construído com o objetivo de contribuir com a prevenção dos riscos à saúde de enfermeiros que atuam na assistência direta aos pacientes com COVID-19. Trata-se de um produto técnico tecnológico originado da tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu, doutorado Profissional em Saúde Pública, do Instituto Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Fiocruz-PE, defendida em 2024. As orientações e recomendações foram consideradas com base nos resultados obtidos a partir do seguimento de enfermeiros responsáveis pela assistência aos casos de COVID-19 em serviços da Região Metropolitana do Recife (RMR) durante a pandemia da doença, entre 2020 e 2022.



SUMÁRIO

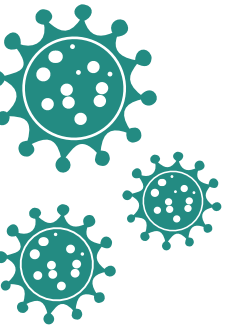
5 Introdução

7 Equipamentos de Proteção Individual

11 Higiene das Mãos

15 Vacinação

19 Referência



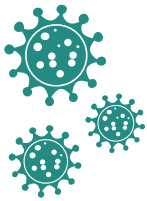
INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, identificado pela primeira vez na cidade de Wuhan, China, em dezembro de 2019, e que rapidamente tomou proporções mundiais. Os sintomas da COVID-19 podem variar de leves a graves e geralmente aparecem entre dois e 14 dias após a exposição ao vírus. Os sintomas mais comuns incluem febre, tosse, fadiga, dificuldade para respirar, dores musculares, dor de garganta, perda de olfato e paladar, congestão nasal, náusea, vômito e diarreia. Casos graves podem evoluir para pneumonia, síndrome respiratória aguda severa, insuficiência renal e morte. A transmissão ocorre principalmente de pessoa a pessoa, através de gotículas respiratórias, contato direto e por meio de superfícies contaminadas, e via respiração de partículas menores (aerossóis) que permanecem suspensas.

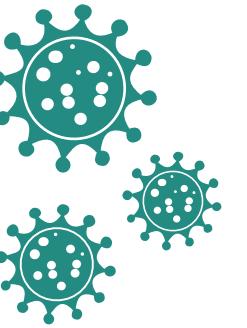
Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Centers for Disease Control and Prevention (CDC), dos Estados Unidos, para prevenir a transmissão da COVID-19, torna-se crucial adotar medidas, como, uso de máscaras, higienização frequente das mãos com água e sabão ou álcool em gel a 70% e desinfeção de superfícies frequentemente tocadas, além de seguir as orientações de vacinação.

Os profissionais de saúde formaram a linha de frente para enfrentamento da pandemia pelo SARS-CoV-2, fato que ampliou a discussão sobre os riscos aos quais estão expostos.

Dentre os profissionais de saúde que atuaram na pandemia por COVID-19 no mundo, os profissionais da enfermagem foram o "corpo" técnico mais expressivo numericamente e com mais elevado risco de infecção pelo SARS-CoV-2. Desta forma, a proteção dos enfermeiros que estão no atendimento aos doentes com COVID-19 torna-se importante, principalmente para que precauções apropriadas sejam incorporadas na rotina da assistência dos serviços, seja no uso adequado de EPIs, no suporte psicológico, na vacinação oportuna e nos processos de educação continuada permanente.



EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIs)



Os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) são essenciais para proteger os enfermeiros durante o atendimento de pacientes com COVID-19.

As máscaras respiratórias, como N95, PFF2 ou equivalentes, são utilizadas para filtragem de partículas aéreas e são fundamentais durante procedimentos que geram aerossóis, como intubação, ventilação não invasiva, ressuscitação cardiopulmonar e broncoscopia.

As máscaras cirúrgicas são usadas para cuidados gerais com pacientes com COVID-19, protegendo contra gotículas e contato direto.

Os protetores faciais oferecem proteção adicional para os olhos, nariz e boca, e devem ser usados em conjunto com máscaras respiratórias ou cirúrgicas para aumentar a proteção.

Os óculos de proteção são usados para proteger contra respingos e gotículas e podem ser uma alternativa ou complemento aos protetores faciais.

Os aventais, sejam descartáveis impermeáveis ou reutilizáveis, são utilizados para proteger as roupas dos profissionais contra respingos e contaminação.

As luvas descartáveis, de látex ou nitrila, são usadas para proteger as mãos durante o contato direto com pacientes e superfícies contaminadas.

É crucial que os enfermeiros sigam as instruções de uso correto dos EPIs, incluindo a colocação (paramentação) e retirada (desparamentação) segura, para minimizar os riscos de autocontaminação e garantir a máxima eficácia na prevenção da transmissão do vírus.

PARAMENTAÇÃO (VESTIR OS EPIS)

1

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

- Lavar as mãos com água e sabão ou usar álcool em gel 70%.
- Esfregar todas as superfícies das mãos por pelo menos 20 segundos.

2

COLOCAÇÃO DO AVENTAL

- Vestir o avental, amarrando-o firmemente atrás do pescoço e da cintura.
- Verificar se o avental cobre completamente a roupa.

3

COLOCAÇÃO DA MÁSCARA RESPIRATÓRIA (N95/PFF2 OU EQUIVALENTE)

- Segurar a máscara com uma mão e posicioná-la sobre o nariz e a boca.
- Colocar os elásticos ou tiras atrás da cabeça ou orelhas, sem tocar na parte frontal da máscara.
- Ajustar o clipe nasal para garantir um bom selamento.
- Realizar o teste de vedação (inspirar e expirar para verificar se há vazamento de ar).

4

COLOCAÇÃO DOS ÓCULOS DE PROTEÇÃO OU PROTETOR FACIAL

- Posicionar os óculos de proteção ou o protetor facial de modo que cubram completamente os olhos.
- Ajustar a tira elástica ou as hastes para garantir um ajuste confortável e seguro.

5

COLOCAÇÃO DA TOUCA

- Vestir a touca para cobrir todo o cabelo.
- Certificar-se de que a touca esteja bem ajustada à cabeça.

6

COLOCAÇÃO DAS LUVAS

- Colocar as luvas de modo que cubram os punhos do avental.
- Ajustar as luvas para garantir que não haja espaços entre as luvas e o avental.

DESPARAMENTAÇÃO (RETIRADA DOS EPIs)

1

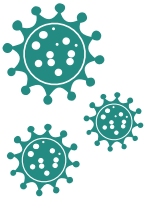
REMOÇÃO DAS LUVAS

- Segurar a parte externa de uma luva com a mão oposta, removendo-a sem tocar na pele.
- Segurar a luva removida com a mão enluvada e deslizar os dedos sob a luva restante para removê-la de dentro para fora.
- Descartar as luvas em recipiente apropriado.

2

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

- Higienizar as mãos com álcool em gel 70% ou lavar com água e sabão.



3

REMOÇÃO DO AVENTAL

- Desamarrar o avental na cintura e no pescoço, evitando tocar na parte frontal.
- Retirar o avental enrolando-o de dentro para fora.
- Descartar o avental em recipiente apropriado.

4

REMOÇÃO DA TOUCA

- Retirar a touca puxando pela parte traseira e evitando tocar na superfície
- Descartar a touca em recipiente apropriado.

5

REMOÇÃO DOS ÓCULOS DE PROTEÇÃO OU PROTETOR FACIAL

- Remover os óculos ou protetor facial pelas hastes ou pela tira elástica.
- Evitar tocar na parte frontal dos óculos ou do protetor.
- Limpar e desinfetar, se reutilizável, ou descartar em recipiente apropriado.

6

REMOÇÃO DA MÁSCARA RESPIRATÓRIA (N95/PFF2 OU EQUIVALENTE)

- Remover a máscara segurando pelas tiras ou elásticos, evitando tocar na parte frontal.
- Descartar a máscara em recipiente apropriado.

7

HIGIENIZAÇÃO FINAL DAS MÃOS

- Higienizar as mãos com álcool em gel 70% ou lavar com água e sabão, seguindo as etapas de higienização por pelo menos 20 segundos.

Quer saber um pouco mais?

Neste vídeo apresenta a técnica adequada de paramentação e desparamentação.

https://www.youtube.com/watch?v=n79i70plEY8

HIGIENE
DAS MÃOS

A técnica de lavagem das mãos com água e sabão recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) envolve vários passos específicos para garantir que as mãos sejam completamente limpas. Aqui está um guia detalhado:

PASSOS PARA A LAVAGEM DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO

1

Molhar as mãos

Molhe as mãos com água limpa e corrente.

2

Aplicar sabão

Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.

3

Ensaboar as mãos

Esfregue as palmas das mãos uma contra a outra para criar espuma.

4

Esfregar o Dorso das Mãos

Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.

5

Esfregar Entre os Dedos

Esfregue as palmas das mãos entrelaçando os dedos.

6

Esfregar a Parte de Trás dos Dedos

Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos.

7

Esfregar os polegares

Esfregue o polegar esquerdo com a mão direita, utilizando um movimento de rotação, e vice-versa.

8

Esfregar as Pontas dos Dedos

Esfregue as pontas dos dedos da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular, e vice-versa.

9

Esfregar os Punhos

Esfregue cada punho com a mão oposta.

10

Enxaguar as Mãos

Enxágue bem as mãos com água corrente para remover todo o sabão.

11

Secar as Mãos

Seque as mãos com uma toalha limpa ou toalhas de papel descartáveis.

12

Fechar a Torneira

Use a toalha de papel utilizada para secar as mãos para fechar a torneira, evitando contato direto com a torneira limpa.

O processo completo de lavagem das mãos deve durar pelo menos 40 a 60 segundos para garantir a eficácia.

Seguir esses passos detalhados rigorosamente é importante para garantir que todas as partes sejam higienizadas adequadamente, reduzindo a quantidade de patógenos e prevenindo a transmissão de doenças, incluindo a COVID-19.

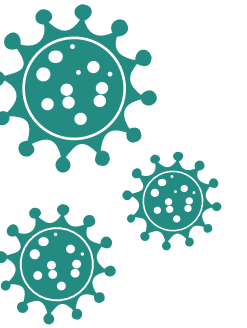
Essa técnica de lavagem das mãos é uma das medidas mais eficazes para prevenir a disseminação de infecções e deve ser praticada regularmente por todos, especialmente pelos profissionais de saúde.

Momentos chave para a higienização das mãos: antes e depois de tocar o paciente, após contato com superfícies contaminadas etc.

Quer saber um pouco mais?

Neste vídeo ilustra de forma didática o processo detalhado de lavagem das mãos.

https://www.youtube.com/watch?v=bX4MVfubrf4



VACINAÇÃO

A vacinação contra a COVID-19 é de fundamental importância para enfermeiros por várias razões essenciais. Primeiramente, como profissionais de saúde na linha de frente, os enfermeiros estão em contato constante e direto com pacientes infectados, o que os coloca em alto risco de contrair o vírus. A vacinação reduz significativamente o risco de infecção, proporcionando uma camada adicional de proteção além dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs). Isso não apenas protege a saúde dos próprios enfermeiros, mas também a de suas famílias e comunidades.

Além disso, a vacinação ajuda a prevenir surtos dentro das unidades de saúde, garantindo que os enfermeiros possam continuar a prestar cuidados essenciais sem interrupções causadas por doenças ou quarentenas. Manter um quadro de profissionais de saúde saudável é crucial para a capacidade do sistema de saúde de responder eficazmente à pandemia. A vacinação também contribui para a redução da disseminação do vírus, diminuindo a carga viral e, consequentemente, a transmissão da doença para pacientes vulneráveis e outros membros da equipe. Em suma, é uma medida essencial visando a proteção dos enfermeiros e para o controle da propagação da COVID-19.

Observe se você está com as vacinas em dia! Veja as recomendações da OMS abaixo e confira com seu cartão de vacina.

VACINAS E ESQUEMAS DE DOSES

1. Pfizer-BioNTech (Comirnaty)

Primária:

Duas doses iniciais administradas com intervalo de 21 dias.

Dose de Reforço:

- Uma dose de reforço após pelo menos 6 meses da segunda dose para adultos e adolescentes.

- Reforço adicional para profissionais de saúde.

2. Johnson & Johnson (Janssen)

Primária:

- Dose única inicial.

Dose de Reforço:

- Uma dose de reforço recomendada pelo menos 2 meses após a dose inicial.

- Reforço adicional para profissionais de saúde.

Os esquemas vacinais estão atualizados considerando as vacinas e fabricantes disponíveis no Brasil, em 2014. Além das variantes do SARS-COV-2 em circulação no cenário epidemiológico em 2024. Atentar para possíveis mudanças e atualizações.

3. Sinovac (CoronaVac)

Primária:

- Duas doses iniciais administradas com intervalo de 2 a 4 semanas.

Dose de Reforço:

- Uma dose de reforço após pelo menos 6 meses da segunda dose.

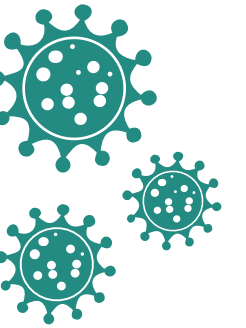
- Reforço adicional para profissionais de saúde.

Vacinas Heterólogas:

Em alguns casos, doses de reforço podem ser administradas com uma vacina diferente daquela usada nas doses iniciais, conforme orientação das autoridades de saúde.

Esses esquemas de doses são essenciais para garantir a imunização adequada e a proteção contínua contra a COVID-19.

MANTENHA SEU CARTÃO DE VACINAS ATUALIZADO!



REFERÊNCIAS

Organização Mundial da Saúde (OMS). Q&A on coronaviruses (COVID-19). Disponível em: WHO.int

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Symptoms of COVID-19. Disponível em: CDC.gov

Ministério da Saúde. Coronavírus COVID-19. Disponível em: Saude.gov.br

Organização Mundial da Saúde (OMS). "How to Handwash?" Disponível em: WHO.int

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). "When and How to Wash Your Hands." Disponível em: CDC.gov

Organização Mundial da Saúde (OMS). "COVID-19 Vaccines." Disponível em: WHO.int

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). "COVID-19 Vaccination." Disponível em: CDC.gov

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). "Vacinação contra COVID-19." Disponível em: ANVISA.gov.br