

“Doença do Coronavírus” (COVID-19, SARS-COV-2)

Nota técnica de diretrizes gerais de contenção da disseminação e desinfecção para edifícios comerciais ou residenciais¹

Orientações sobre limpeza e desinfecção, dirigidas aos proprietários, residentes, síndicos e equipe de limpeza, em edifícios residenciais, preparadas em 17 de março de 2020, oferecidas às assembleias e síndicos de condomínios de prédios².

Nas próximas duas semanas a doença causada pelo COVID-19 deve acelerar e crescer exponencialmente. Em Belo Horizonte foram confirmados, no final de semana, alguns casos importados. Estimamos que a próxima etapa, onde os casos multiplicam-se por transmissão comunitária (não importada, de indivíduo para indivíduo) começará de agora às próximas duas semanas. Estudo publicado esta semana na revista científica Science estima que para cada caso confirmado existam de 5 a 10 que não foram ainda detectados³. A OMS tem dados semelhantes.

No entanto, **HÁ TEMPO HÁBIL PARA FREAR O CRESCIMENTO E PROTEGER AS PESSOAS MAIS VULNERÁVEIS, COMO OS MAIORES DE 65 ANOS, PESSOAS COM DOENÇAS CRÔNICAS OU COM BAIXA IMUNIDADE, GESTANTES, LACTANTES E AS CRIANÇAS.**

Gestores de edifícios devem garantir—**urgentemente**—que as excelentes equipes de limpeza de cada edifício se esforcem ainda mais com as práticas diárias de limpeza, nesse momento em que essas medidas podem frear o avanço da doença e proteger os mais vulneráveis. A Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte é excelente aliada, respondendo com alta capacidade técnico-científica, com intervenções vitais na Rede de Atenção Básica do Município. Diante da evolução da situação, as medidas devem ser constantemente revistas e adaptadas à realidade.

- 1) Vamos nos ater aos fatos e às informações científicas da melhor qualidade, às orientações do Ministério da Saúde e do SUS, evitando o pânico e o estigma que atrapalham o controle da epidemia.
- 2) Muitas informações sobre o coronavírus nas mídias sociais e mesmo em algumas reportagens não se baseiam em fatos, algumas vezes veiculadas irresponsavelmente até mesmo por autoridades que deveriam zelar pelo bem comum, e não confundir os brasileiros sobre a necessidade de todos colaborarmos.

¹ Elaboradas a partir de recomendações para higiene e prevenção do covid-2 da Secretaria de Saúde da cidade de Nova Iorque, EUA, do Centro de Controle de Doenças (CDC, EUA e CDC China), OMS e pelo Ministério de Saúde. Ver referências na última página.

² Compilado por Ulysses de Barros Panisset, médico, PhD, professor adjunto do departamento de Medicina Preventiva e Social da Faculdade de Medicina da UFMG, funcionário aposentado da Organização Mundial da Saúde e atualmente membro de comitê científico da OMS.

³ Li, Ruiyun; Pei, Sen; Chen, Bin; Song, Yimeng; Zhang, Tao; Yang, Wan, Shaman, Jeffrey. Substantial undocumented infection facilitates the rapid dissemination of novel coronavirus (SARS-CoV2) | Research Article | Science Date: 16-March-2020 DOI: 10.1126/science.abb3221

- 3) O medo, natural com o surto epidêmico, não é absolutamente desculpa para espalhar a falta de conhecimento técnico-científico, a xenofobia, o racismo e a discriminação que dificultem o combate sério e responsável à epidemia. Os síndicos de edifícios devem incentivar os funcionários, conscientes a se manterem informados, conscientes e cuidarem uns dos outros.
- 4) Pedimos encarecidamente que qualquer estado gripal, mesmo que inicial, seja comunicado ao síndico, com confidencialidade. Lembre-se que a gripe comum e a imunidade baixa predispõem à infecção por covid-19. A transparência é aliada do combate à disseminação da doença.
- 5) Resultados positivos para covid-19 devem ser obrigatoriamente informados ao síndico e aos demais moradores.
- 6) A sugestão é que qualquer pessoa com sinais de estado gripal (abaixo), deve ficar o máximo possível em seu apartamento (ou na casa de um/a cuidador/a treinado/a), em distanciamento social (2 metros de distância das pessoas). Fundamental cuidar do apoio de amigos e psicológico, inclusive por redes sociais, para as pessoas em auto isolamento⁴.
- 7) Como é do conhecimento de todos, o covid-19 é comprovadamente transmitido pelas mãos. Portanto, vamos evitar cumprimentar com as mãos, abraços ou 'beijinhos'. Higienizar as mãos, frequentemente, com água e sabão, durante pelo menos 40 segundos; ou em caso de não poder, com álcool-gel.
- 8) Evitar aglomerações, inclusive no elevador (sugestão: reduzir para, no máximo, 3 pessoas). Fechar temporariamente o salão de festas e limitar atividades sociais com grupos de pessoas externas ao seu apartamento⁵.
- 9) Nos casos de reforma e de circulação de trabalhadores externos, assegurar-se que as medidas de higienização sejam cumpridas em sua casa.

Diretrizes Gerais de Desinfecção:

O síndico e funcionários do edifício, inclusive os de cada residência e trabalhadores de reformas, devem seguir estas diretrizes⁶:

⁴ Brooks, Samantha K., Rebecca K. Webster, Louise E. Smith, Lisa Woodland, Simon Wessely, Neil Greenberg, and Gideon James Rubin. "The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence." *The Lancet*(2020).

⁵ Na Suíça, em fase de confinamento social em 12 de março, somente é permitido interações entre familiares da mesma residência.

⁶ Recomendações em: New York City Health. Coronavirus Disease (COVID-19): General Disinfection Guidance for Commercial or Residential Buildings. New York City, 5 de março de 2020. Disponível em: <https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/imm/disinfection-guidance-for-commercial-residential-covid19.pdf> Acessado em: 17 de março de 2020

- Os funcionários devem usar equipamento de proteção pessoal adequado, como luvas limpas constantemente, de acordo com às políticas e procedimentos existentes, além de seguir as instruções da etiqueta para produtos de limpeza.
- O funcionário gripado deve ser licenciado temporariamente, com direitos assegurados pelo condomínio.
- Nenhuma evidência sugere que o lixo do edifício necessite de desinfecção adicional. Lavagem das mãos frequentemente, luvas e uso de desinfetante para as mãos à base de álcool pela equipe que manipula o lixo e boas práticas de higiene pessoal parecem ser suficientes.
- Necessário toalhas de papel e sabão nos banheiros para os funcionários, disponível o tempo todo. O banheiro de uso comum deve ser higienizado após cada uso (veja adiante material de limpeza). Além disso, a equipe de custódia e instalações deve garantir que todas as pias de lavagem das mãos estejam em bom estado de conservação.
- Considere ter desinfetante para as mãos à base de álcool em áreas comuns, incluindo, entre outros, a entrada dos elevadores, banheiros.
- Sugerimos uma higienização do salão de festas e seu fechamento temporário.
- Prestar atenção especial à limpeza de superfícies frequentemente tocadas em áreas comuns: higienizar frequentemente itens contatados, como bebedouros, torneiras, maçanetas, interruptores de luz e botões do elevador, entre outros, devem ser limpos regularmente com produtos de limpeza a base de álcool e água sanitária.
 - Use produtos de limpeza e desinfecção regularmente (por exemplo, produtos a base de cloro ou desinfetantes similares; ou utilizar fabricação caseira de água sanitária diluída e álcool, para limpar superfícies.

Sobre as pessoas⁷:

A pessoa com a doença COVID-19 (SARS-COV-2) apresenta geralmente os seguintes sintomas e sinais:

- Febre (>37,8°C);
- Tosse;
- Dispneia (falta de ar, dificuldade em respirar, normalmente com a sensação de respiração incompleta, muitas vezes acompanhada de opressão torácica)

⁷ Ministério da Saúde do Brasil, “Manual de Manejo Clínico do COVID-19 na Atenção Primária da Saúde”. Brasília, DF, março de 2020.

World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) outbreak. Genebra, 2020. Disponível em <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>. Acessado em: 17 de março de 2020

(pressão no peito) e mal-estar, (também presente nas crises de ansiedade e de pânico);

- Mialgia e fadiga (dor muscular e cansaço incomum);
- Sintomas respiratórios superiores; e
- Sintomas gastrointestinais, como diarreia (mais raros).

O quadro clínico, típico de uma Síndrome Gripal, pode variar seus sintomas desde uma apresentação leve e assintomática (não se sabe a frequência), principalmente em jovens adultos e crianças, até uma apresentação grave. Reiteramos que uma gripe, mesmo leve, deve inspirar distanciamento social e repouso.

No caso desses sintomas, buscar imediatamente apoio médico e informar ao síndico.

Os jovens e crianças do prédio tem um papel essencial na prevenção e devem colaborar de forma especial com a proteção dos adultos maiores: podem ser portadores sem sintomas e circulam muito em seus meios sociais. O risco da doença é menor, mas existe.

Juntos (e somente juntos) com solidariedade e responsabilidade social, vamos superar dentro de poucos meses essa situação que nos preocupa a todos e impacta o nosso dia a dia.