

## **PARA ALUNOS:**

Em virtude das recentes medidas para o controle da infecção pelo novo Coronavírus (Covid-19), entre as quais se destaca a suspensão das aulas e atividades presenciais no Campus, medida necessária para reduzir ao máximo a possibilidade de disseminação do vírus, seguem orientações atualizadas para os alunos durante este período.

Aluno saudável, sem sintomas:

- Evite sair de casa, exceto se houver necessidade\*;
- Caso haja necessidade de sair de casa:
  - Evite aglomerações;
  - Respeitosamente, mantenha distância de pelo menos 2 metros de pessoas com sintomas de gripe ou resfriado (exemplo: pessoa que está corizando, tossindo);
  - Evite tocar em superfícies, em corrimões, maçanetas, bancadas; caso toque, higienize suas mãos com água e sabão ou álcool gel assim que possível;
  - Evite tocar em seu rosto, olhos ou nariz;
  - Evite saudações onde haja contato físico (exemplo: aperto de mãos), ou higienize suas mãos com água e sabão, ou álcool gel, logo depois;
  - Evite compartilhar talheres, copos, alimentos tipo salgadinho/pipoca, e outros artigos de uso pessoal.
  - Cubra a boca e o nariz ao espirrar ou tossir – com o cotovelo flexionado ou usando lenço descartável, higienizando as mãos com água e sabão logo depois;
  - Caso seja necessário usar o celular, sugerimos cobrir com filme plástico ao sair de casa, e o higienizar ao chegar em casa (verifique instruções no manual do usuário ou no site do fabricante de como proceder à higienização do celular com segurança);
  - Ao chegar em casa, recomendamos deixar os calçados na entrada, e ao entrar realizar imediatamente higienização das mãos com água e sabão (ou álcool gel);

\*Exemplos: necessidade de procurar assistência de saúde; necessidade de realizar compra de alimentos, remédios, ou outro material necessário.

Enfatizamos a orientação para que o aluno tente permanecer em casa o máximo de tempo possível, evitando aglomerações (como festas, jogos de futebol, churrascos etc.), já que estudos recentes relatam que a maior parte dos casos de Covid-19 são transmitidos por pacientes com poucos sintomas ou assintomáticos.

Aluno com sintomas:

- Os sintomas mais frequentes de Covid-19 são: febre e tosse. Porém pode haver também coriza, dores no corpo, alteração do olfato;

- Caso o paciente apresente um ou mais destes sintomas, deve preferencialmente permanecer em casa, em repouso, bebendo bastante líquido (pelo menos 2 litros por dia), em ambiente arejado, com o mínimo possível de contato com as outras pessoas que vivem na casa, até sua recuperação;
- O aluno deve adotar as mesmas medidas de prevenção descritas para alunos sem doenças, acima;
- Porém, caso haja dúvidas, ou caso os sintomas sejam intensos, ou se estiver sentindo piora do quadro - piora da febre, ou mal-estar/sensação de que vai desmaiar, ou dificuldade de respirar, deve buscar o quanto antes atendimento médico, na unidade de saúde mais próxima, para avaliação e orientação.

## Observações

- Ainda não há medicação específica com ação comprovada e testada para uso geral no tratamento do novo Coronavírus. Existem medicamentos em estudos ao redor do mundo, principalmente para casos graves, porém, apenas após avaliação criteriosa dos resultados desses estudos é que poderá haver alguma recomendação quanto ao uso ou não destas medicações.
- Também está em desenvolvimento vacina contra o novo Coronavírus, porém, devido a complexidade de criação da vacina, e a necessidade de estudos rigorosos para avaliar sua eficácia e segurança, ainda não há previsão clara de sua chegada.

O Setor de Saúde do Ifal Satuba atualizará estas recomendações de acordo com novas informações que porventura surjam a respeito do novo Coronavírus.

## Vacina contra a gripe

- Também lembramos ao aluno da Campanha Nacional de Vacinação contra a Gripe, iniciada dia 23 de março, em sua primeira etapa: vacinação de idosos (maiores de 60 anos) e trabalhadores da saúde.
- A segunda etapa iniciará dia 16 de abril, para vacinar doentes crônicos, professores e profissionais das forças de segurança e salvamento.
- A última etapa terá início dia 9 de maio, e priorizará crianças de 6 meses a 6 anos, pessoas de 55 a 59 anos, gestantes, puérperas (até 45 dias após o parto), pessoas com deficiência, povos indígenas, funcionários do sistema prisional, adolescentes e jovens de 12 a 21 anos sob medidas socioeducativas e população privada de liberdade. A campanha provavelmente se encerrará dia 22 de maio.
- A vacinação não protege contra Covid-19, porém protege contra Influenza (Gripe), que tem sintomas iniciais similares aos de Covid-19, e pode evoluir para casos graves nos grupos de risco.
- A maioria dos alunos não será contemplada por esta vacina, entretanto, sugerimos que estimulem seus pais, avós e ou responsáveis que se enquadrem nos grupos a serem vacinados a comparecer a unidade de vacinação mais próxima de sua residência.

## **PARA PROFESSORES E TÉCNICOS:**

Seguem recomendações quanto a atual pandemia de Covid-19, durante o período de suspensão das aulas.

Pessoa saudável:

- Evite sair de casa, exceto em casos de necessidade (inadiável necessidade de assistência de saúde, compra de alimentos e ou remédios);
- Caso necessário sair,
  - Evite aglomerações;
  - Respeitosamente, mantenha distância de pelo menos 2 metros de pessoas com sintomas de gripe ou resfriado (exemplo: pessoa que está corizando, tossindo);
  - Evite tocar em superfícies, em corrimões, maçanetas, bancadas; caso toque, higienize suas mãos com água e sabão ou álcool gel assim que possível;
  - Evite tocar em seu rosto, olhos ou nariz;
  - Evite saudações onde haja contato físico (exemplo: aperto de mãos), ou higienize suas mãos com água e sabão, ou álcool gel, logo depois;
  - Evite compartilhar talheres, copos, alimentos tipo salgadinho/pipoca, e outros artigos de uso pessoal.
  - Cubra a boca e o nariz ao espirrar ou tossir – com o cotovelo flexionado ou usando lenço descartável, higienizando as mãos com água e sabão logo depois;
  - Caso seja necessário usar o celular, sugerimos cobrir com filme plástico ao sair de casa, e o higienizar ao chegar em casa (verifique instruções no manual do usuário ou no site do fabricante de como proceder à higienização do celular com segurança);
  - Ao chegar em casa, recomendamos deixar os calçados na entrada, e ao entrar realizar imediatamente higienização das mãos com água e sabão (ou álcool gel);

Pessoa com sintomas:

- Os sintomas mais frequentes de Covid-19 são: febre e tosse. Porém pode haver também coriza, dores no corpo, alteração do olfato;
- Caso o paciente apresente um ou mais destes sintomas, deve preferencialmente permanecer em casa, em repouso, bebendo bastante líquido (pelo menos 2 litros por dia), em ambiente arejado, com o mínimo possível de contato com as outras pessoas que vivem na casa, até sua recuperação;
- O servidor deve adotar as mesmas medidas de prevenção descritas para servidor sem doenças, acima;
- Porém, caso haja dúvidas, ou caso os sintomas sejam intensos, ou se estiver sentindo piora do quadro - piora da febre, ou mal-estar/sensação de que vai desmaiar, ou dificuldade de respirar, deve buscar o quanto antes atendimento médico, na unidade de saúde mais próxima, para avaliação e orientação.

## Observações

- Lembramos que pessoas acima de 60 anos, e ou portadores de doenças crônicas, como hipertensão mal-controlada, diabetes mellitus, doença cardíaca, asma ou bronquite crônica, doença renal crônica, doenças da imunidade (exemplo: Lupus, Artrite Reumatoide), câncer, obesidade, e transplantados, têm maior risco de complicações ao serem acometidas por Covid-19. Para estas pessoas é necessário reforçar as medidas de isolamento social e medidas de prevenção.
- Ainda não há medicação específica com ação comprovada e testada para uso geral no tratamento do novo Coronavírus. Existem medicamentos em estudos ao redor do mundo, principalmente para casos graves, porém, apenas após avaliação criteriosa dos resultados desses estudos é que poderá haver alguma recomendação quanto ao uso ou não destas medicações.
- Também está em desenvolvimento vacina contra o novo Coronavírus, porém, devido a complexidade de criação da vacina, e a necessidade de estudos rigorosos para avaliar sua eficácia e segurança, ainda não há previsão clara de sua chegada.

## Vacina contra a gripe

- Também lembramos aos servidores da Campanha Nacional de Vacinação contra a Gripe, iniciada dia 23 de março, em sua primeira etapa: vacinação de idosos (maiores de 60 anos) e trabalhadores da saúde.
- A segunda etapa iniciará dia 16 de abril, para vacinar doentes crônicos, professores e profissionais das forças de segurança e salvamento.
- A última etapa terá início dia 9 de maio, e priorizará crianças de 6 meses a 6 anos, pessoas de 55 a 59 anos, gestantes, puérperas (até 45 dias após o parto), pessoas com deficiência, povos indígenas, funcionários do sistema prisional, adolescentes e jovens de 12 a 21 anos sob medidas socioeducativas e população privada de liberdade. A campanha provavelmente se encerrará dia 22 de maio.
- A vacinação não protege contra Covid-19, porém protege contra Influenza (Gripe), que tem sintomas iniciais similares aos de Covid-19, e pode evoluir para casos graves nos grupos de risco.
- Orientamos aos servidores que busquem nos sites das secretarias de saúde de seus municípios de residência a informação dos locais de vacinação. E que, ao saírem para vacinar, adotem as medidas de prevenção relatadas acima.

## Siass

- Por fim, informamos aos servidores que os profissionais do Siass Ifal estão disponíveis pelo chat do e-mail [siass@ifal.edu.br](mailto:siass@ifal.edu.br) para esclarecimento de dúvidas a respeito do Covid-19. O Siass solicita que sejam usados preferencialmente os e-mails institucionais para o contato.