

Patient Education

Instruções de alta de COVID-19

Você deve ler cuidadosamente o "Uso das informações para o consumidor e isenção de responsabilidade" abaixo para entender e usar corretamente estas informações.

Sobre este tópico

A doença causada pelo coronavírus de 2019 também é conhecida como COVID-19. É uma doença viral que infecta os pulmões. Ela é causada pelo vírus chamado coronavírus associado ao SARS (SARS-CoV-2).

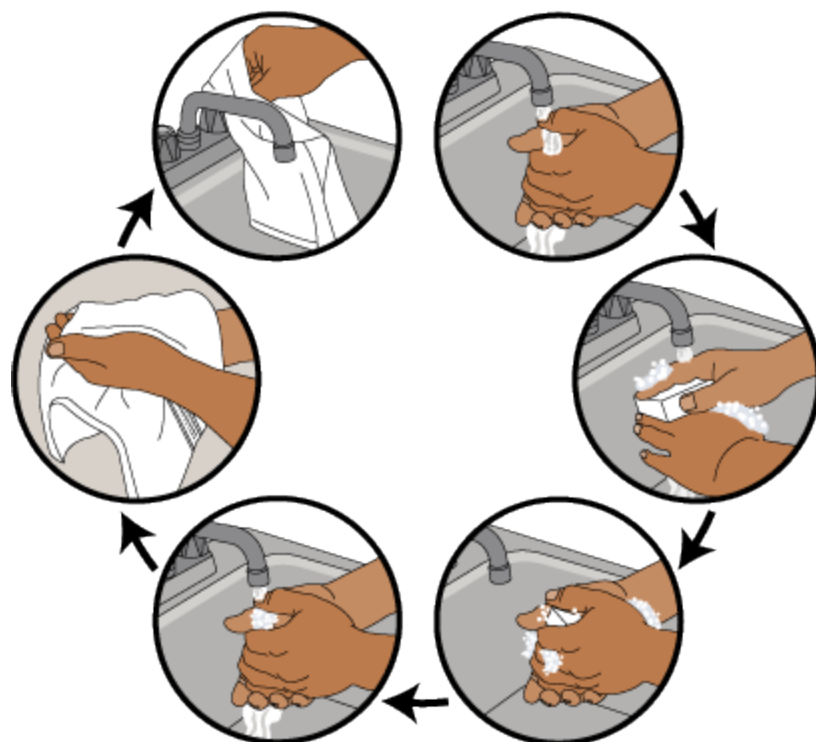
Os sintomas da COVID-19, em geral, começam alguns dias após a infecção. Em algumas pessoas, leva mais tempo para que os sintomas apareçam. Outras pessoas podem não apresentar qualquer sintoma. Você pode apresentar tosse, febre, calafrios ou dificuldade para respirar. Você pode sentir cansaço, dores musculares, dor de cabeça e dor de garganta. Algumas pessoas podem apresentar náuseas ou diarreia. Outras perdem o olfato ou o paladar. Esses sintomas podem não ocorrer o tempo todo, e eles podem aparecer ou desaparecer enquanto você estiver doente.

O vírus se propaga facilmente através de gotículas ao falar, espirrar ou tossir. Você pode transmitir o vírus para outras pessoas em conversas próximas, ao cantar, abraçar, compartilhar alimentos ou apertar as mãos. Os médicos acreditam que os germes também sobrevivem em superfícies como mesas, maçanetas e telefones. No entanto, esta não é uma forma comum de propagação da COVID-19. Os médicos acreditam que a infecção pode ser transmitida mesmo que você não apresente sintomas, mas não se sabe como isso ocorre. É por isso que tomar a vacina é uma das melhores maneiras de manter você saudável e conter a propagação do vírus.

Algumas pessoas apresentam um quadro leve da COVID-19 e podem ficar em casa e manter distanciamento de outras pessoas até melhorar. Outras podem precisar de hospitalização se estiverem muito doentes. Algumas pessoas com COVID-19 podem apresentar alguns sintomas por semanas ou meses. Pessoas com COVID-19 devem se isolar. Você poderá voltar a ter contato com outras pessoas quando o médico liberar.

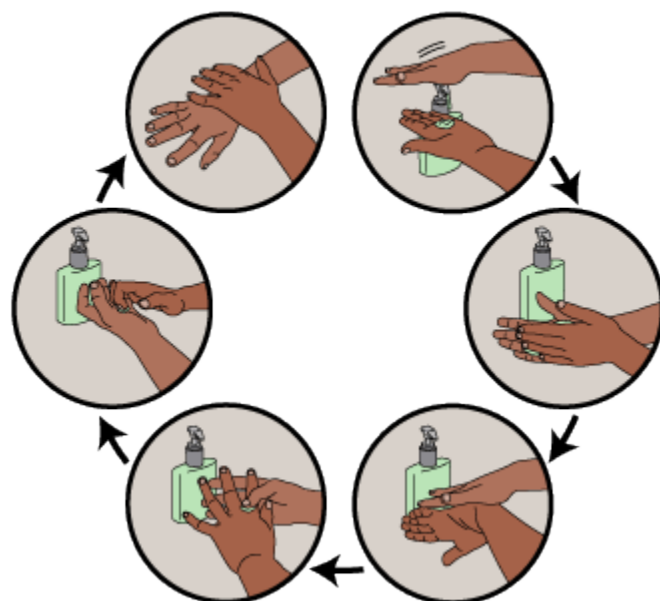
Image Filename

Lavagem das Mãos



Esfregue por
20 segundos

Higienização das Mãos



Quais cuidados são necessários em casa?

- Pergunte ao seu médico como proceder quando for para casa. Não deixe de fazer perguntas se não entender o que o médico diz.
- Beba muita água, suco ou caldos para repor os líquidos perdidos com a febre.
- Você pode usar inaladores para ajudar a aliviar o congestionamento nasal e a tosse.
- Use 2 ou 3 travesseiros quando estiver deitado para ajudar a respirar e dormir.
- Não fume ou beba cerveja, vinho e coquetéis (bebidas alcoólicas).
- Para diminuir a probabilidade de transmitir a infecção para outras pessoas, tome a vacina contra COVID-19 depois que sua infecção tiver desaparecido.
- Se você não tiver sido totalmente vacinado:
 - **Use uma máscara sobre a boca e o nariz se estiver perto de outras pessoas** que não estejam doentes. As máscaras de tecido funcionam melhor quando têm mais de uma camada de tecido.
 - Lave as mãos regularmente.
 - Fique em casa em um cômodo separado, se possível, longe das outras pessoas. Saia apenas para receber cuidados médicos.
 - Use um banheiro separado, se possível.
 - Não prepare alimentos para outras pessoas.

Qual acompanhamento é necessário?

- Seu médico poderá solicitar que você vá ao consultório para acompanhamento do seu progresso. Não deixe de comparecer às consultas. Sempre use uma máscara nessas consultas.
- Se puder, informe a equipe que você tem COVID-19 com antecedência, para que sejam tomados os cuidados adicionais para impedir que a doença se espalhe.
- Pode demorar algumas semanas para que sua saúde volte ao normal.

Quais medicamentos podem ser necessários?

O médico poderá receitar medicamentos para:

- Ajudar a respiração
- Ajudar a diminuir a febre
- Ajudar a diminuir a inflamação das vias aéreas e dos pulmões
- Controlar a tosse
- Aliviar a dor de garganta
- Ajudar com a coriza ou entupimento nasal

A atividade física será limitada?

Pode ser necessário limitar a atividade física. Converse com seu médico sobre a quantidade correta de atividades para você. Se você tiver COVID-19 e ficar muito mal, pode levar algum tempo para se restabelecer.

Haverá qualquer outro cuidado necessário?

Ainda não se sabe por quanto tempo você pode transmitir o vírus depois de contrair a doença. É por isso que é importante ficar em um cômodo separado, se possível, quando estiver doente. Por enquanto, os médicos estão dando orientações gerais a serem seguidas após contrair a doença. Antes de ter contato com outras pessoas, você:

- Deve estar sem febre por 24 horas sem usar qualquer medicamento para controlá-la.
- Não deve apresentar sintomas de tosse ou falta de ar.
- Deve esperar pelo menos 10 dias após os primeiros sintomas ou o primeiro teste positivo e deve estar livre de sintomas, conforme descrito acima. Alguns especialistas sugerem esperar 20 dias se você tiver tido uma infecção mais grave.

Converse com seu médico sobre tomar a vacina contra COVID-19.

Quais problemas podem ocorrer?

- Desidratação. Isso é desidratação.
- Lesão pulmonar de curto ou longo prazo
- Problemas cardíacos
- Morte

Quando preciso ligar para o médico?

- Você tem tanta dificuldade para respirar que só pode dizer uma ou duas palavras de cada vez.
- Você precisa sentar-se o tempo todo para poder respirar e/ou não consegue deitar-se.
- Você está muito confuso ou não consegue ficar acordado.
- Seus lábios ou pele começam a ficar azuis ou cinzas.
- Você acha que pode estar tendo uma emergência médica. Alguns exemplos de emergências médicas são:
 - Dores no peito graves.
 - Não pode falar ou mover-se normalmente.
- Você tem dificuldade para respirar quando está falando ou sentado quieto.
- Você tem nova falta de ar.
- Você ficar tonto ou fraco.

- Você tem urina muito escura ou não passa urina por mais de 8 horas.
- Você tem sintomas novos ou que pioram a COVID-19 como:
 - Febre
 - Tosse
 - Sensação de muito cansaço
 - Calafrios e tremores
 - Cefaleia
 - Problemas para deglutir
 - Vômitos
 - Diarreia
 - Manchas roxas avermelhadas em seus dedos ou dedos dos pés

Reensino: ajudando você a compreender

O Método Ensinar de Volta ajuda a entender as informações que estamos dando a você. Depois de conversar com a equipe, diga a eles com suas palavras o que você aprendeu. Isso ajuda a ter certeza de que a equipe descreveu cada coisa de forma clara. Também ajuda a explicar coisas que possam ter ficado confusas. Antes de ir para casa, verifique se você pode executar as seguintes ações:

- Eu sei falar sobre a minha condição.
- Eu sei dizer o que pode ajudar a melhorar minha respiração.
- Eu sei dizer o que farei para evitar transmitir a infecção para outras pessoas.
- Eu posso dizer-lhe o que farei se tiver dificuldade de respirar, sentir sonolência ou confusão ou se tiver uma cor azulada nas pontas dos dedos, unhas, pele ou lábios.

Uso da Informação do Cliente e Isenção de Responsabilidade:

Estas informações não são conselhos médicos específicos e não substituem as informações recebidas do seu médico. Este é apenas um breve resumo das informações gerais. Ele NÃO inclui todas as informações sobre as condições, doenças, lesões, exames, procedimentos, tratamentos, terapias, instruções de alta ou opções de estilo de vida que podem se aplicar a você. Você deve conversar com seu médico para obter informações completas sobre sua saúde e opções de tratamento. Estas informações não devem ser usadas para decidir se aceita ou não o aconselhamento, instruções ou recomendações do seu médico. Somente o seu médico tem o conhecimento e treinamento para fornecer conselhos adequados para você. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22

© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.