

InFormAÇÃO

www.jnd.ifsp.edu.br

Av. Dr. Cavalcanti, N°396, Complexo Argos, Vila Arens – Jundiaí - SP – 13201-003 Tel: (11) 2448-8500

*Abril Verde é o mês direcionado à prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.
Esta edição temática traz artigos referentes à pandemia de COVID-19.*

COVID-19: em busca da cura

Por **Juliano Mello**



Ilustração: Murilo Donizeti

Coronavírus. Todas as mídias trazem diversas informações sobre a nova pandemia que surgiu na China e rapidamente se alastrou pelo mundo. Itália, Espanha, EUA, Reino Unido e Brasil estão com os números de infectados aumentando cada vez mais e, consequentemente, o de mortos. Enquanto a ciência corre contra o tempo em busca de uma cura, a população (ou pelo menos parte dela) se mantém em casa de quarentena – todos com o mesmo pensamento: quando isso vai acabar? Quando surgirá uma vacina? Um remédio?

Pensando em acalmar essas angústias, trazemos algumas informações sobre pesquisas em vacinas e remédios sendo realizadas, lembrando: com o tempo, este artigo ficará obsoleto. Confira sempre dados de fontes confiáveis e se atualizem.

Vacinas

Apesar de diversas companhias e institutos da América, Ásia e Europa terem se unido na busca de uma vacina para o Covid-19, os representantes da indústria farmacêutica preveem que essa vacina não poderá ser desenvolvida e comercializada em menos de um ano. De acordo com o vice-presidente executivo da Sanofi Pasteur, David Loew, "Nossa estimativa é que levará pelo menos de 12 a 18 meses até que uma vacina esteja disponível no mercado". Essa demora ocorre devido aos testes necessários para garantir a segurança e eficácia da vacina. Porém todos os esforços estão sendo utilizados para diminuir prazos e entregar a vacina em tempo recorde.

No dia 16 de março, os EUA anunciaram o primeiro teste de uma vacina contra COVID-19 em humanos: 45 pessoas entre 18 e 55 anos estão participando do teste realizado em Seattle pela organização Kaiser Permanente. No dia 17, a China aprovou os testes para a primeira vacina COVID-19 do país, desenvolvida pelos pesquisadores da Academia Militar de Pesquisa Médica, ligada à Academia Militar de Ciências. No Brasil, essa vacina está em desenvolvimento por pesquisadores

da Universidade de São Paulo (USP) junto ao Instituto do Coração (Incor). Os testes aqui ainda não foram feitos em animais ou humanos, mas a expectativa é de que aconteçam dentro de alguns meses, resultando numa vacina com resposta rápida contra o vírus, que possibilite a criação dos anticorpos necessários para imunização.

Remédios

Enquanto vacinas entram em fase de teste e pesquisas avançam, uma corrida mundial acontece em busca de remédios que possam ser utilizados em um tratamento. Até o momento, duas drogas estão recebendo atenção especial: uma é a hidroxicloroquina, aprovada contra a malária, e a outra é um tratamento experimental para combater o ebola.

Um estudo francês do Instituto Mediterrâneo de Infecção de Marselha aponta que os remédios hidroxicloroquina e cloroquina, utilizados contra a malária e outras doenças, poderiam ser usados no tratamento do coronavírus. A hidroxicloroquina sumiu das prateleiras após esse estudo, fazendo com que pessoas que necessitam do remédio para outras enfermidades não o encontrassem. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) alerta que ainda não há estudos conclusivos sobre o uso desse medicamento para tratamento do coronavírus. Os infectologistas também se preocupam, pois a automedicação é perigosa, principalmente com drogas que ainda estão sendo testadas. O medicamento tem efeitos colaterais severos, como hepatite, pancreatite e alterações da pigmentação da pele, e só pode ser usado com acompanhamento médico.

Entretanto, no dia 25 de março, o Ministério da Saúde anunciou que começaria a distribuir aos estados, a partir de 27 de março, 3,4 milhões de unidades dos medicamentos cloroquina e hidroxicloroquina para uso em pacientes com formas graves da Covid-19. O medicamento é indicado para uso por cinco dias apenas em pacientes graves hospitalizados devido ao coronavírus.

Segundo o ministro da Saúde, Luiz Henrique Mandetta, ainda existem poucas evidências sobre o uso da droga no tratamento da COVID-19, porém o Ministério da Saúde a deixará ao alcance do profissional médico, caso ele entenda que o paciente grave possa se beneficiar com o uso.

Outros remédios também estão sendo testados, como Remdesivir, da Gilthead Sciences (usado no tratamento de ebola). Recentemente, um homem de 48 anos teve alta 22 dias após ter sido infectado com o novo coronavírus, tendo recebido este tratamento por via intravenosa durante dez dias. O êxito do tratamento deixou a Organização Mundial da Saúde (OMS) esperançosa.

No fim, apenas nos resta aguardar. As pesquisas continuarão avançando, novos testes serão feitos e, em algum momento, um tratamento será disponibilizado. Mas, por enquanto, o melhor a se fazer é manter-se informado e se prevenir, então: lave as mãos com água e sabão (ou use álcool em gel se estiver fora de casa), cubra nariz e boca ao espirrar ou tossir, mantenha os ambientes bem ventilados, não compartilhe objetos pessoais, tenha uma alimentação saudável, tome um pouco de sol todos os dias e não saia de casa sem necessidade. Neste momento, a quarentena é essencial para proteger a população, sua família e você.

De onde vem o novo Coronavírus?

Por Karen Rezende

O grupo de vírus denominado coronavírus é conhecido pela humanidade desde aproximadamente 1960, e foi responsável por surtos como o de 2002, com a SARS. Tais vírus podem infectar tanto seres humanos quanto morcegos, pangolins, camelos e outras espécies de animais. Na espécie humana, esses vírus provocam crises respiratórias que podem ser leves ou mais fortes, dependendo do caso.

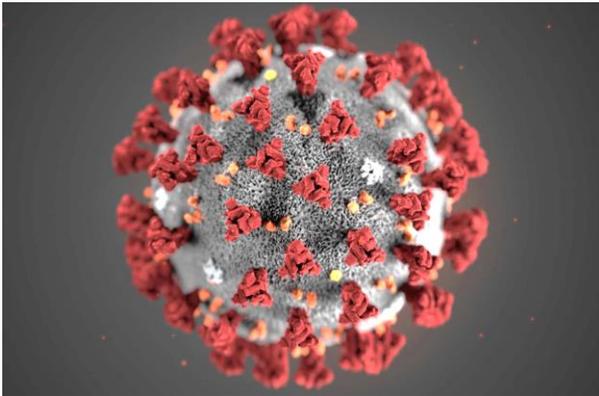


Foto: Divulgação

Segundo a *Military Medical Research*, em dezembro de 2019, uma série de casos de pneumonia foi registrada na cidade de Wuhan, na China, e, mais tarde, descobriram que se tratava de um novo tipo de coronavírus, que acabara de ser identificado. A Organização Mundial de Saúde (OMS) emitiu o primeiro alerta para a doença em 31 de dezembro de 2019.

O COVID-19 (sigla em inglês para *Corona Virus Disease 2019*), em termos biológicos, possui como material genético RNA não segmentado (com apenas uma única molécula de RNA), com sentido positivo (onde o RNA genômico do vírus é um RNA mensageiro, que orienta a produção das proteínas virais).

No dia 17 de Março, foi publicado um artigo científico na revista *Nature Medicine* que derruba diversas teorias conspiratórias sugerindo que o vírus teria sido uma estratégia chinesa para levar vantagem no cenário econômico atual ou, até mesmo, para redução populacional. O estudo, realizado por pesquisadores da Austrália, Inglaterra e Estados Unidos, evidencia, através de um estudo genômico, a impossibilidade de criação laboratorial do vírus.

Os cientistas ainda têm dúvidas em relação ao momento em que esse novo coronavírus teria surgido, se antes ou depois da transferência zoonótica – ou seja, se houve ou não um intermediário animal. Foram detectadas muitas semelhanças genéticas entre essa nova espécie de coronavírus com o presente em morcegos e em pangolins, no entanto, não se sabe ao certo se a evolução do vírus para o SARS-CoV-2 (sigla em inglês para *Severe Acute Respiratory Syndrome coronavirus 2*) se deu enquanto ainda estava em um hospedeiro animal e, ao entrar em contato com esses animais, a transferência viral teria sido realizada, ou se foi em detrimento de uma adaptação homem-a-homem que não havia sido detectada anteriormente.

Os pesquisadores, que atuam em universidades e institutos de pesquisa renomados, concluíram em seu artigo que, independente do momento em que tenha ocorrido a evolução viral, o novo coronavírus foi, de fato, originado a partir da seleção natural, não sendo possível que tenha ocorrido manipulação proposital.

Muitos outros estudos estão sendo realizados e é de extrema importância, nesse tempo de pandemia, buscar informações em fontes confiáveis e que possuam bases, métodos e rigor científicos. Além disso, é um momento de conscientização quanto à importância de cientistas e pesquisadores de todas as áreas, pois precisamos da contribuição de cada um, conforme sua área de pesquisa, para novas descobertas em prol da manutenção da sociedade.

Referências Bibliográficas:

Andersen, K.G., Rambaut, A., Lipkin, W.I. *et al.* The proximal origin of SARS-CoV-2. *Nat Med* (2020). <https://doi.org/10.1038/s41591-020-0820-9>
Guo, Y., Cao, Q., Hong, Z. *et al.* The origin, transmission and clinical therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak – an update on the status. *Military Med Res* 7, 11 (2020). <https://doi.org/10.1186/s40779-020-00240-0>

De olho nas Fake News

Por Ana Gabriela de Oliveira



Ilustração: Murilo Donizeti

Com o aparecimento do COVID-19, muitas dúvidas surgem e, junto com elas, as notícias passadas incorretamente – são as famosas *fake news*.

As *fake news* são notícias falsas divulgadas, principalmente, por meio das redes sociais, e têm um grande poder viral de se espalharem rapidamente, semelhantes aos vírus.

Dúvidas como “o novo coronavírus afeta apenas os idosos ou também os mais jovens?” surgem a todo momento. Estudos apontam que o vírus pode infectar pessoas de todas as idades. Os idosos e pessoas com asma, diabetes ou doenças cardíacas têm uma maior probabilidade de ficarem gravemente doentes quando adquirem a infecção, porém não são os únicos em risco. Por isso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) aconselha bons hábitos de higiene e distanciamento social, para a segurança de todos.

É possível encontrar, em sites desconhecidos, notícias de que o COVID-19 poderia ser evitado com secadores de mãos, encontrados em banheiros públicos. Entretanto, a OMS garante que isso não passa de mais uma *fake news*. “Não, os secadores de mãos não matam o COVID-19. Para se proteger contra o novo coronavírus, lave as mãos frequentemente com água e sabão” – esclarece.

Outra dúvida frequente tem surgido com relação ao clima e como o vírus se comportaria em regiões mais quentes. De

acordo com a OMS, o COVID-19 pode ser transmitido tanto em áreas com climas quentes quanto úmidos, uma vez que pesquisas científicas indicam que o novo coronavírus pode ser transmitido em qualquer área.

Sabemos que as notícias surgem a todo momento e é difícil acompanhar as novidades. Porém, antes de repassar qualquer informação, verifique as fontes, veja se são confiáveis, se estão em veículos de comunicação que você já conhece, confirme a veracidade da notícia e evite, assim, repassar as *fake news* de forma responsável.

Para mais informações, você também pode consultar os órgãos oficiais, como o canal oficial do Ministério da Saúde: <https://www.saude.gov.br/fakenews>. Anotou tudo? Então não esqueça de se prevenir!

Entrevista com uma Super Heroína

Por Gabriela Bonfim

Trocadilhos à parte, conversamos aqui com uma 'super heroína' que atua como enfermeira na rede de saúde privada. Aproveitamos a oportunidade para registrar nossa gratidão a todos os profissionais que precisam ser corajosos e enfrentar essa pandemia da "linha de frente", assumindo um compromisso especial com toda a população, seja na saúde, na indústria, no comércio, na cobertura jornalística etc.



Foto: Divulgação

Qual foi a reação por parte dos profissionais de saúde quando o COVID-19 foi declarado como pandemia e as estatísticas de casos aumentaram no nosso país?

Acredito que a reação de cada um foi o medo. Medo desse daquilo que é desconhecido, porque o COVID-19 não é um vírus que tinha estatísticas anteriores, ou até mesmo conhecimento. É um vírus novo e aquilo que é novo nos traz um certo desconforto, pois não se conhece um tratamento, a proporção e os fatores que podem desencadear a potencialidade dessa doença. Para a saúde, lidar com o novo é complicado, pois não se sabe sobre aquilo que irá ser trabalhado.

Vocês prepararam algum procedimento específico para o atendimento nesse período de crise?

Preparamos desde o início, a partir de quando foi declarado que esse vírus se espalharia em escala mundial e fomos notificados. Como trabalho na rede privada, fomos os primeiros a receber esse novo perfil de infectado, contudo nós tivemos ações para atendê-lo.

As primeiras atividades foram realizadas sob orientação do Ministério da Saúde: tínhamos 3 perfis que participavam da coleta do SWAB (exame que diagnostica a COVID-19). O primeiro era de pessoas que haviam viajado a outros países nos últimos 30 dias. O segundo era do indivíduo que tinha algum contato com alguém do seu convívio social (ambiente de trabalho, escola) que havia viajado. E o terceiro perfil era para aquelas pessoas que conviviam diariamente com alguém que havia chegado de alguma viagem ao exterior. Além desses, a coleta também se estendia para aqueles que apresentavam sintomas como coriza, febre, quadro de dispnéia (desconforto respiratório), entre outros. Com isso, tínhamos um link com o Ministério da Saúde para fazermos uma busca ativa tanto dos pacientes infectados, quanto daqueles que estavam em seu meio. Mas, com o passar do tempo, a dimensão do vírus foi ficando maior e o número de infectados ou suspeitos foi aumentando. Devido à alta demanda, foi mudado o perfil das pessoas que colhiam o exame. Estamos dia a dia em adaptações nos protocolos de atendimento, pois levamos em consideração os dados que são levantados continuamente. Aqueles três perfis passaram a não participar mais da coleta do exame – mas, ao chegarem ao hospital com sinais e sintomas, são atestados por 7 a 14 dias, orientados a fazer o isolamento social em casa, atentar à higienização e, principalmente, observar se há alteração no quadro respiratório e nos sintomas como febre e dor.

Como está sendo, emocionalmente, essa experiência para vocês?

Essa questão é interessantíssima, porque somos profissionais, somos pessoas providas de técnicas, conhecimento técnico-científico, mas também somos seres humanos. Sempre reúno minha equipe e digo: nós somos pessoas que temos em uma retaguarda familiares, filhos pequenos, idosos – no contexto geral, somos pessoas comuns, mas que lidam na linha de frente com esse vírus. Sabemos que estamos propícios a pegá-lo em qualquer lugar. Sempre digo para aproveitarem os momentos em que podem se desligar, e curtir a família, viver a vida! Também indico a reduzirem o acesso a jornais, pois eles exibem uma realidade que não é a nossa, trazendo somente o número de mortes, e pouco falam daqueles que se recuperam. Quando acaba o plantão, procuro conversar com eles, para ter uma percepção de como estão os sentimentos. Às vezes, alguns estão entristecidos por terem um contato mais próximo com um paciente que evoluiu para uma entubação ou até mesmo óbito, mas tento resgatar o valor deles diante da profissão que cada um escolheu. Infelizmente, há muitos profissionais abalados. O que tenho observado é que a maioria possui um medo gerado por ansiedade. O índice de profissionais que se afasta a cada dia com síndrome gripal, tosse, coriza, é enorme. Como ainda não disponibilizamos o teste rápido para os profissionais da saúde, aqueles que apresentem certos sintomas são afastados por 7 dias. Se não houver melhora, é indicado voltar após 14 dias que é o período de incubação do vírus. A gente tem trabalhado nisso, ouvindo desabaços, dando liberdade para exteriorizarem esses sentimentos, para que, no momento em que forem atender algum paciente, possam ser os profissionais que desempenham tudo aquilo que têm, tanto em técnica, quanto em conhecimento e destreza. Precisamos ter confiança de que tudo isso vai passar!

Proliferação de dúvidas? Evite!

Por Paula Lúcio

Nos últimos meses, temos acompanhado o desdobramento da proliferação de uma doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (COVID-19). Descoberto em dezembro de 2019, após casos registrados na China, o agente é responsável pela manifestação gradual de alguns sintomas, como febre, cansaço, tosse seca, dificuldades respiratórias, entre outros. Além disso, sua rápida propagação levou o mundo a um estado de pandemia, o que acaba aumentando também nossas incertezas e o nível geral de estresse.

Em primeiro plano, em função das incertezas com relação ao futuro, podemos experimentar certa angústia coletiva. Tal sentimento pode vir acompanhado de ansiedade e dos questionamentos diários, como: “Vou contrair a doença?”, “Como posso me proteger e à minha família?”, “O que é, efetivamente, mais indicado?”, “O que vai acontecer com todos nós?”, “Devo viajar?”, “E meu trabalho?”. As dúvidas são grandes, e de todos nós, dado o momento singular que estamos vivendo.

Algo que pode piorar esse sentimento – e que podemos evitar – é o desconhecimento completo ou parcial do tema, somado à busca contínua por informações confiáveis. Dessa maneira, na tentativa de alertar os grupos de familiares e/ou amigos acerca do risco iminente, não é inusitado que os indivíduos comecem a procurar e a transmitir de forma compulsiva mensagens através de WhatsApp e demais redes sociais, sem verificar sua veracidade – compartilhando as já famosas *fake news*. Esse cenário de falta de esclarecimentos sobre os reais riscos e ameaças da doença confunde o discernimento das pessoas sobre o que é racional e irracional, e as torna mais propensas a agirem seguindo crenças ou superstições que não encontram respaldo na ciência.

Ciente desse problema, a Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou um guia com dezenas de recomendações, dirigidas a diferentes grupos, de como enfrentar as consequências psicológicas da pandemia. Entre outras orientações, a OMS pede que cada um “reduza a leitura ou o contato com notícias que podem causar ansiedade ou estresse; busque informação apenas de fontes fidedignas e dê passos práticos para preparar seus planos, proteger-se e a sua família; e procure informações e atualizações uma ou duas vezes ao dia, evitando o ‘bombardeio desnecessário’ de informações.”

O guia completo traz outras dicas excelentes e pode ser encontrado no link:

<https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>.

E, caso seja necessário, procure ajuda profissional!



Foto: Divulgação



Férias? Procrastinação? EaD?

Pela Garota do Cabelo Azul

Com o agravamento do número de casos de COVID-19 no Brasil, muitas escolas e universidades suspenderam temporariamente suas atividades, sem previsão de retorno. Outras optaram por substituir as aulas presenciais pela modalidade de Educação a Distância (EaD). Mas afinal, como isso funciona?

A EaD consiste na oferta de cursos e disciplinas, através de um ambiente virtual de aprendizagem (AVA). É necessário planejamento para produção de conteúdos didáticos detalhados, visto que, com a distância geográfica entre alunos e professores, a comunicação pode ser dificultada, impactando no desempenho do aluno. Essa modalidade de ensino é geralmente utilizada em cursos de nível superior. Porém, neste cenário de pandemia global, a EaD também foi estendida para outros níveis de ensino. Contudo, como todas as formas de ensino, tem seus prós e contras.

Uma de suas vantagens é o conforto, de modo que o aluno pode realizar suas atividades no local que achar mais adequado, além de poder realizar algumas pausas para descanso e fazer as tarefas no horário que considerar mais favorável – sempre respeitando seus prazos de entrega. Porém, de acordo com pesquisa veiculada pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br), **33% dos domicílios do país não têm internet**. Portanto, nem todos têm acesso à rede ou uma conexão estável para acessar os materiais disponibilizados pelos professores, o que dificulta a inserção da EaD.

Por esse motivo, no IFSP em Jundiá, foram realizados vários levantamentos com os estudantes sobre o alcance dos conteúdos via internet. Com base nessas respostas, cada educador decidiu quais conteúdos seriam enviados e como seriam encaminhados. No entanto, diferentemente de outras instituições de ensino, as estratégias de EaD têm sido utilizadas não para repor as aulas perdidas no período de suspensão, mas para **manter o vínculo emocional e afetivo e estimular os alunos a aproveitarem esse tempo, desenvolvendo maior autonomia em relação aos estudos**.

O que fazer nessa quarentena

Por Lyvia Ismael

Muita gente foi pega de surpresa com a suspensão das aulas. Saímos da escola preocupados com as atividades, matérias e estudos. A correria era tamanha que sequer pensamos na ideia de “pandemia” ou “quarentena”. Mas, já que continuamos em casa, que tal, nesse período de isolamento, aproveitar para ler mais? Adiantar os estudos, organizar-se ou ver coisas novas? Ouvir música, tocar instrumentos, cantar e dançar? Conversar com seus amigos por videochamada? Jogar em plataformas virtuais? Aprender a cozinhar, ajudar na limpeza, tomar um sol e se alimentar melhor? Afinal, o importante nesse período é manter a saúde!

EXPEDIENTE

Editoração/Revisão: Adriana Fernandes, Gabriela Alias e Ana Helena Fiamengui. **Diagramação:** Paula Lúcio.

Jornal desenvolvido por alunos do ensino médio integrado ao técnico em logística do Instituto Federal de São Paulo – Câmpus Avançado Jundiá.