

COVID-19

PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE A DOENÇA CAUSADA PELO NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) E DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS (DCNT)

21 DE MAIO DE 2020

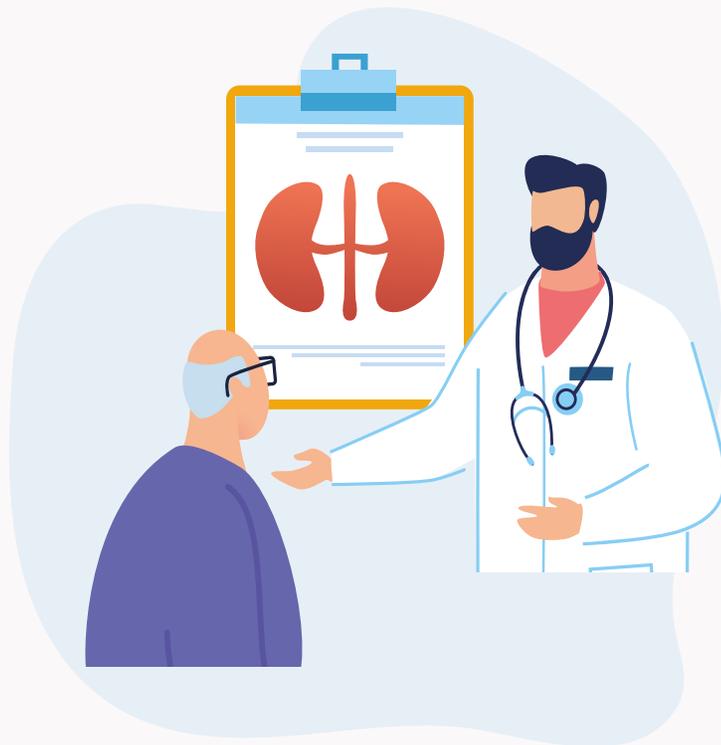
SE TENHO DOENÇA RENAL CRÔNICA, O QUE PRECISO SABER SOBRE A COVID-19?

1 AS PESSOAS COM DOENÇA RENAL CRÔNICA TÊM UM RISCO MAIOR DE CONTRAIR A COVID-19?

- Pessoas com doença renal crônica têm maior probabilidade de apresentar sintomas graves de COVID-19 do que pessoas sem doença renal.
- As pessoas em diálise têm um sistema imunológico enfraquecido, que dificulta o combate ao coronavírus.
- Pessoas com transplante renal têm um sistema imunológico enfraquecido e um risco maior de contrair COVID-19.

2 SE TENHO UMA DOENÇA RENAL CRÔNICA, O QUE DEVO FAZER PARA EVITAR CONTRAIR A COVID-19?

- Lave as mãos com frequência e sempre evite tocar o rosto.
- Fique longe de pessoas que você sabe que estão doentes.
- Peça aos seus familiares e amigos que estão doentes, ou que possam estar doentes para não te visitarem.
- Sempre fique a, no mínimo, 2 metros de distância de qualquer pessoa quando estiver fora de casa.
- Minimize as idas ou, se possível, evite totalmente ir a locais onde haja muitas pessoas, incluindo lojas, supermercados e farmácias. Quando possível, peça a um amigo ou parente que esteja saudável para comprar o que você precisa.



- Se tiver que sair de casa para ir a algum lugar onde haja muitas pessoas, use máscara de proteção. As máscaras de fabricação caseira são adequadas.

3 COMO POSSO ME PREPARAR E ORIENTAR MINHA FAMÍLIA DURANTE ESSA PANDEMIA?

- É fundamental planejar as necessidades básicas, como alimentos, água e medicamentos.
- Verifique se tem a quantidade suficiente de todos seus medicamentos para, pelo menos, 90 dias.
- Procure ter um suprimento adequado de alimentos saudáveis.
- Mantenha-se fisicamente ativo todos os dias.
- Beba muita água e mantenha uma boa hidratação.
- Tenha produtos de limpeza em sua casa (como sabão, desinfetantes e álcool gel para higienizar as mãos).
- Mantenha o número de telefone de seu médico à mão, em algum lugar onde você

COVID-19

e seus familiares possam encontrá-lo facilmente. Também pode ser útil ter à mão o número de telefone da farmácia, dos médicos especialistas e do seu plano de seguro saúde.

4 O QUE DEVO FAZER SE ME SENTIR MAL?

- Ligue para seu médico imediatamente.
- Não tenha medo de procurar atendimento se não estiver se sentindo bem. A maioria dos hospitais e clínicas organizou mecanismos para proteger as pessoas que procuram atendimento por outros motivos, contra a infecção por coronavírus. É importante procurar ajuda se você estiver doente.



5 DEVO CONTINUAR INDO AO MÉDICO PARA AS CONSULTAS DE ROTINA?

- É importante que mantenha as suas consultas médicas de rotina.
- Muitas clínicas estabeleceram mecanismos para falar com o médico por telefone, sem precisar ir até o local. Dessa forma, você se mantém em segurança, longe dos locais onde poderia se expor ao coronavírus.
- Certifique-se de se manter em contato com seu médico.

6

HÁ ALGO QUE DEVA SABER SOBRE MEUS MEDICAMENTOS DIANTE DA PANDEMIA DE COVID-19?

- Não comece ou interrompa qualquer medicamento sem antes falar com seu médico.
- O mais importante é tomar regularmente seus medicamentos, conforme prescrição médica.
- Certifique-se de não ficar sem medicação. Ligue para a farmácia para obter um suprimento de três meses de todos seus medicamentos, para garantir que não vão acabar, e para que não precise ir à farmácia com tanta frequência.
- Até o momento, não há indicação de suspender qualquer medicamento no caso de contrair a COVID-19.

7

O QUE POSSO FAZER SE SENTIR ESTRESSE OU ANSIEDADE?

- Estes são tempos difíceis, que podem causar grande estresse. Muitas pessoas com doenças crônicas já têm preocupações demais e podem ter depressão e ansiedade subjacentes. A pandemia de COVID-19 torna as coisas ainda mais difíceis. Saiba que você não está sozinho.
- Certifique-se de encontrar maneiras de se desligar um pouco das notícias sobre o coronavírus, assim terá mais espaço para pensar em seu bem-estar.
- Mantenha contato com seus amigos e familiares. Ligue para eles regularmente, para manter o vínculo social.

©Organização Pan-Americana da Saúde.

Alguns direitos reservados. Este trabalho é disponibilizado sob licença CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Número de Referência: OPAS/BRA/NMH/NV/COVID-19/20-0017