

DEPARTAMENTO DE POLITICAS DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO PRIMÁRIA  
COORDENAÇÃO ESTADUAL SAÚDE DO IDOSO

**NOTA TÉCNICA Nº 001/2020 : CESID/DASE/DPAIS/SESPA.  
O CUIDADO AO IDOSO EM MEIO A PANDEMIA- COVID-19**

### **Introdução**

A Coordenação Estadual de Saúde do Idoso tem entre seus principais objetivos a promoção do envelhecimento ativo e saudável e a atenção integral e integrada à saúde da pessoa idosa, com ênfase na manutenção ou recuperação da sua autonomia e independência, conforme o preconizado na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, Portaria 2.528 de 19 de outubro de 2006.

Segundo a projeção do IBGE 2020, a população do Brasil será em torno de 211.340.793 habitantes. Considerando que a população idosa brasileira apresenta um acelerado crescimento demográfico ao longo dos anos, e atualmente está com um percentual de 14,3%, cerca de 29.374 milhões de pessoas idosas, segundo informações do Ministério da Saúde (Portal da Saúde).

O Estado do Pará atualmente conta com um total populacional de 8.670.482 habitantes, tendo uma projeção de idosos de 755.611 idosos, que equivale a 8.71% da população total.

Diante da pandemia do Coronavírus (COVID-19) que tem assolado diversas nações e que evidencia como um dos principais grupos de risco para a contaminação, justamente a parcela idosa da sociedade, onde a gravidade da doença torna-se mais letal. Com isso são necessários cuidados redobrados com os mesmos, e principalmente se esse idoso possui comorbidades, como as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) entre as quais: as cardiovasculares, doenças respiratórias, hipertensão e diabetes. O processo crônico permite uma maior fragilidade do organismo e apresenta um aumento considerável da letalidade, tornando-se ainda mais grave pela baixa imunidade que o indivíduo naturalmente já apresenta, e caso não haja uma intervenção rápida e oportuna, e reação do próprio organismo, o indivíduo pode evoluir a óbito como vem acontecendo mundialmente.

Todavia, acreditamos que não devemos incluir todos os idosos no mesmo grupo de risco, pois as diferenças entre eles são significativas, mesmo tendo a mesma idade e as mesmas doenças. Infelizmente, não estão sendo discutidas essas diferenças entre os vários tipos de idosos, limitando a tomada de decisões protetivas para os idosos como um todo, independente do grau de susceptibilidade às complicações da doença.

Diante desses fatos é importante que tenhamos e sigamos as orientações sugeridas pelos órgãos competentes na área da Saúde, como a OMS, Ministério da Saúde, ANVISA.

Estes órgãos são responsáveis pelos direcionamentos de protocolos e fluxos de atendimentos, notas técnicas, para que possamos minimizar as dúvidas e otimizar a prevenção e condução dos casos diagnosticados nesta população.

## **ORIENTAÇÕES GERAIS PARA A PREVENÇÃO E DIMINUIÇÃO DO CONTÁGIO A SEREM REALIZADAS JUNTO A POPULAÇÃO IDOSA COM 60 ANOS OU MAIS.**

### **Idosos no Domicílio**

- Evitar o contato com indivíduos com sintomas de síndrome gripal, como presença de febre, coriza, tosse ou qualquer sintomatologia aguda.
- Evitar contato com indivíduos que chegaram de viagem ao exterior ou outros locais onde esteja declarada a transmissão comunitária.
- Evitar contato próximo com crianças, que podem apresentar a infecção pelo Coronavírus de forma oligo ou assintomática. Caso este contato seja impossível de ser evitado, utilizar máscaras de proteção. Deve-se destacar que a criança apresenta baixíssimo risco de ter complicações da doença, mas, seguramente, é um importante vetor de transmissibilidade para os idosos.
- Evitar contato físico, como beijos, abraços, apertos de mão, sempre que possível. Manter distância mínima de um metro nos contatos pessoais.
- Evitar levar as mãos aos olhos, nariz e boca.
- A lavagem das mãos deve ser obrigatória para todos os familiares/cuidadores do idoso, que deve ser feita de forma correta, com duração mínima de 20 segundos. A lavagem das mãos deve ser recomendada para todos os familiares ou amigos que cheguem da rua.
- O uso de álcool gel não substitui a lavagem rigorosa das mãos, mas é uma boa alternativa, quando não for possível fazê-la. Lembrar-se que o álcool gel não remove as sujidades da mão ou o excesso de oleosidade.
- Evitar sair de casa desnecessariamente, particularmente o uso de transporte coletivo.
- Evitar frequentar espaços coletivos como grupos de convivências, reuniões, academias, cultos religiosos com aglomerações, estar sempre em ambientes arejados entre outras atitudes;
- Evitar aglomerações, festas ou qualquer situação que haja agrupamento de pessoas, mesmo que sejam familiares.
- Os familiares que chegarem da rua devem trocar de roupa e lavá-la ou colocá-la no sol, para reduzir o risco de contaminação. Se possível, tomar um banho antes de entrar em contato com idoso.
- A Atenção Primária à Saúde (APS) deverá monitorar DIARIAMENTE os domicílios onde residam idosos, via visita do Agente Comunitário de Saúde (ACS) ou equipe de enfermagem, ou através de ligação telefônica. Os familiares/cuidadores deverão ser

ensinados a lavar as mãos de forma correta e toda vez que manipularem objetos oriundos de fora do domicílio.

- Deverá ser garantido o fornecimento de álcool gel para a proteção dos idosos, além da orientação para seu uso de forma adequada. Na presença de algum familiar com quadro gripal, a APS deve fornecer máscaras de proteção para familiar adoentado, com o objetivo de reduzir a transmissibilidade para o idoso.
- Evitar a realização de procedimentos eletivos em ambientes hospitalares e/ou outros pontos de atenção à saúde. Qualquer procedimento diagnóstico ou terapêutico eletivo, capaz de comprometer a reserva homeostática do idoso deve ser adiado.
- Manter a casa higienizada, utilizar água sanitária diluída em água para diminuir o risco de contaminação;
- Manter a higienização dos calçados, bolsas e chaves;
- Utilizar máscaras descartáveis e ou máscaras caseiras conforme orientação do Ministério da Saúde.
- É importante estar com a vacina contra influenza/gripe em dia. Vacina contra a influenza garante proteção para três tipos de vírus (H1N1, H3N2 e Influenza B). Mesmo que ela não apresente eficácia contra o coronavírus, trata-se de uma forma de prevenção para outros vírus, ajudando a reduzir a demanda de pacientes idosos com sintomas respiratórios. Desse modo, seria possível acelerar o diagnóstico para o coronavírus; caso o idoso não tenha tomado a vacina contra influenza/gripe, o ideal é procurar um posto ou rede privada para se vacinar.
- Realizar momentos de meditação, leitura, falar com parentes e amigos pelo celular ou rede social;
- Evitar sempre que possível falar sobre situações desagradáveis e que gere ansiedade;
- Manter uma boa alimentação e fazer atividade física regularmente em domicílio,
- Sempre que possível, o idoso deve tomar 15 minutos de sol, para sintetizar na pele a vitamina D;
- Tomar água o suficiente para manter-se hidratado, os líquidos regulam a temperatura corporal e a eliminam substâncias tóxicas;
- Reduzir o tempo de permanência das visitas necessárias e evitar o contato direto com crianças e adolescentes ao idoso.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal como, escovas de dentes, talheres, pratos, toalhas e/ou roupas de camas.
- Quanto à frequência periódica ao médico, a recomendação é conversar com o profissional para que as receitas de medicamentos sejam renovadas e, se possível, dadas por um tempo maior aos idosos que precisem.
- Na presença de suspeita da infecção pelo Coronavírus, deve-se EVITAR encaminhar o idoso frágil para atendimento de urgência (pronto socorro, UPAs, etc), onde o risco de contaminação é elevado e o acolhimento do paciente será conturbado neste momento.

Recomenda-se o uso de sintomáticos para febre e mialgia e ficar atento aos sinais de alerta de complicações da doença, como confusão mental, delirium, prostração, perda do apetite e, particularmente, dispneia. Nestes casos, o paciente deve ser avaliado pelo médico, que definirá o melhor tratamento.

### **Idosos Acamados**

Além das orientações expostas acima, recomenda-se

- Manter a higienização pessoal diária do idoso; trocando roupas de uso pessoal, bem como lençóis de cama de uso diário.
- Deve ter apoio emocional, conversar, escutar o que o idoso tem a dizer, o isolamento social provoca muita ansiedade e nesse momento o acolhimento e a escuta são imprescindíveis;
- Priorizar a ventilação natural ao do ar condicionado;
- Medicamentos deverão ser realizada sobre prescrições médicas.

### **CUIDADOS QUE O CUIDADOR/FAMILIAR PRECISA TER JUNTO AOS IDOSOS.**

- Ao chegar da rua deve realizar a higienização dos sapatos, bolsa e chaves utilizando água e sabão para o que pode ser lavado e álcool 70% para os objetos que não podem ser laváveis;
- Se possível tomar banho e deixar a roupa em área externa da casa para que receba sol ou ventilação;
- Fazer limpeza regularmente de maçanetas, corrimãos e cadeiras de uso do idoso ou do próprio cuidador;
- Se não for possível o banho, realizar a higienização das mãos, rosto e óculos (no caso de uso)
- O cuidador deve lavar as mãos com frequência por pelo menos 20 segundos; utilizando água e sabão líquido.
- O cuidador deve sempre usar máscara para realizar as atividades de cuidado ao idoso;
- O quarto do idoso deve ser um ambiente arejado e sempre que possível permitir a entrada de raios do sol;
- Evitar o contato próximo com beijos, abraços, no entanto deve realizar uma interação afetuosa;
- Todas as alterações observadas no idoso pelos cuidadores, tais como: resistência à higiene pessoal, resistência ao uso medicamentoso, estado febril, tosse, espirro, cansaços, devem ser informadas aos familiares responsáveis legais pelo idoso para as devidas providências em relação a sua saúde e proteção quanto à contaminação do COVID 19.

### **O ATENDIMENTO AOS IDOSOS NA APS/ESF.**

Conforme Protocolo de Manejo Clínico do Coronavírus (COVID-19) na Atenção Primária. versão 7, a APS/ESF é a porta de entrada do SUS, durante os surtos e epidemias, tendo um papel fundamental no processo de atendimento resolutivo além de manter a

longitudinalidade e a coordenação do cuidado em todos os níveis de atenção a saúde. Com um grande potencial de identificação precoce de casos graves que devem ser referenciados em serviços especializados.

Alguns sinais e sintomas presentes em pacientes com a doença COVID-19:

- Febre ( $\geq 37,8^{\circ}\text{C}$ )
- Tosse;
- Dispneia;
- Mialgia e fadiga;
- Sintomas respiratórios superiores; e
- Sintomas gastro intestinais, como diarreia (mais raro).

### **MANEJO CLINICO NA APS/ESF SINDROME GRIPAL**

Dada a letalidade muito mais elevada da COVID-19 entre os Idosos (pessoas de 60 anos ou mais), devendo ser priorizados para o atendimento na APS/ESF. No que se refere aos atendimentos aos sintomas apresentados.

Os casos de síndromes gripais sem complicações ou sem comorbidades de risco serão conduzidos pela APS/ESF. E para tal é obrigatório o acompanhamento dos profissionais da APS/ESF ao longo do curso da doença. Observando os passos do manejo do diagnóstico e terapêutico de pessoas com suspeita de infecção respiratória como síndrome gripal, causada ou não por COVID-19, no contexto da APS. conforme protocolo de manejo COVID-19, disponibilizado pelo Ministério da Saúde.

### **CUIDADOS COM OS IDOSOS RESIDENTES EM ILPIS.**

É essencial perceber que as pessoas idosas institucionalizadas apresentam tanto o risco individual, decorrente da maior agressividade da COVID-19 nesse grupo, quanto a exposição consequente do caráter asilar das ILPI, nas quais se lidam frequentemente com espaços coletivos, aglomerações no uso de áreas comuns, com possibilidade de contágio de grande número de pessoas. E importante seguir algumas orientações conforme as notas técnicas de nº 08/2020 e 09/2020 COSAPI/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS. Essas orientações, quando atualizadas estão disponíveis no site do Ministério da Saúde.

Entre as orientações para atender aos idosos os profissionais, colaboradores e dirigentes das ILPIs devem observar as seguintes recomendações:

- Prover equipamentos e insumos necessários para higienização das mãos, através de água e sabão e /ou álcool gel 70%, toalhas descartáveis, lixeira para descartes de materiais com secreções humanas, e materiais de limpeza para higienização de superfícies e objetos.
- Orientações a todos os profissionais e demais colaboradores da instituição que estão em constante contato com os residentes idosos, como os administrativos, porteiros, jardineiros, cozinheiros, pessoas que auxiliam em transferências, voluntário entre outros sobre:

1. Características da COVID-19, seus sintomas, destacando as febres, tosse persistentes e falta de ar.

2. Cuidados com a higiene pessoal: orientar a forma correta de lavar as mãos, com aumento de frequência; cuidado com as vestimentas ao entrar e sair da instituição, evitar adentrar áreas internas com roupas usadas na rua (se possível trocar mudas diárias de roupas pessoais limpas para uso na Instituição);

3. Caso algum dirigente, trabalhador ou colaborador apresente sintomas como febre (aferida ou referida) associada a falta de ar, tosse ou dor de garganta deve imediatamente se afastar de suas atividades e realizar isolamento domiciliar por 14 dias e, conforme a gravidade dos sintomas ou necessidade de atestado para o afastamento, procurar atendimento médico.

4. Realizar o contato com unidade de saúde mais próxima para a vacinação dos residentes contra a Influenza e outras vacinas que se fizerem necessárias;

5. Disponibilizar orientações e informações a familiares e outros cuidadores sobre as medidas de prevenção à COVID-19 adotadas pela instituição;

6. Suspender visitas de familiares e cuidadores, promovendo, quando possível, o contato por telefone ou vídeo chamada aos idosos, lembrando sempre de higienizar o telefone e/ou computador utilizado;

7. Sugere-se que as atividades coletivas rotineiras sejam realizadas em turmas menores, alternando horários das refeições, sala de TV, oficinas e outras;

8. A rotina de limpeza e higienização de espaços e superfícies deve ser intensificada, devendo os profissionais responsáveis enfatizarem a higienização de maçanetas, corrimãos, mesas e cadeiras de uso comum;

9. A higienização das mãos dos profissionais que mantêm contato com os residentes deve ser feita com água e sabão (ou com álcool em gel a 70%) antes e após o contato com cada residente;

10. Os residentes em geral devem evitar o contato com pessoas que apresentem sintomas respiratórios (como os presentes em resfriados e/ou gripe), bem como o contato com crianças;

11. Sempre que possível, manter os ambientes ventilados naturalmente (portas e/ou janelas abertas);

12. Os funcionários devem lembrar ou ajudar constantemente os idosos a manter uma boa higiene pessoal;

13. Observar os protocolos de identificação e manejo de sintomáticos respiratórios compatíveis com síndromes gripais do Ministério da Saúde, com o provimento dos encaminhamentos que se fizerem necessários.

#### **ORIENTAÇÕES PARA OS RESIDENTES**

Todos os idosos residentes devem receber informações claras e objetivas principalmente sobre:

- Importância de higienizar as mãos frequentemente com água e sabão (ou com álcool em gel a 70%);
- Evitar contato com outros residentes que apresentem sintomas de gripe (tosse, espirros, falta de ar);
- Evitar tocar os olhos, o nariz e a boca, apertos de mão, abraços e beijos;
- Ao espirrar e tossir, cobrir o nariz e a boca com o cotovelo flexionado ou com lenço de papel (em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos);
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como celular, garfo, faca, colher, copo, xícara, prato, garrafa de água, pente, escova, escova de dentes, óculos, entre outros;
- Monitorar diariamente os residentes quanto à febre, sintomas respiratórios e outros sinais e sintomas de síndrome gripal;
- Explicar que os casos de sintomáticos respiratórios compatíveis com síndrome gripal devem ser isolados até elucidação diagnóstica, preferencialmente encaminhados para serviço de saúde, nos casos recomendados pelos protocolos do Ministério da Saúde;
- Explicar sobre a suspensão temporária de visitas presenciais e orientar sobre outras formas de contato com familiares e outras pessoas;
- Orientar para que se evite a concentração de residentes em espaços não arejados.
- Ficar atento aos sintomas e sinais sugestivos de infecção aguda pelo Coronavírus e proceder conforme as recomendações já expostas.

#### **ORIENTAÇÕES PARA FAMILIARES E VISITANTES**

- Sugere-se suspender as visitas nesse período, a fim de reduzir o risco de transmissão.
- Recomenda-se suspender as saídas dos idosos das ILPI nesse período, enquanto durar a emergência de saúde pública.
- Reforça-se que é importante que os idosos que manifestem o interesse de manter contato com familiares/cuidadores seja proporcionada a possibilidade de contato por meio de chamadas telefônicas e/ou chamadas de vídeo.
- Alerta-se que é fundamental o apoio e monitoramento dos cuidadores, especialmente nesse período de isolamento social a que os idosos ficarão submetidos
- Sugere-se proporcionar distintas formas de ocupações neste tempo de isolamento social, tais como: leitura, filmes, ouvir músicas, organização de pertences pessoais, de retratos, participação de grupos em redes sociais, entre outras.

#### **ADMISSÃO DE NOVOS RESIDENTES NESSE PERÍODO;**

Assim sugere-se a implementação dos seguintes procedimentos:

- Para a admissão de novos residentes, recomenda-se consultar o Protocolo de Manejo Clínico da COVID-19 na Atenção Primária.

- Recomenda-se, adicionalmente, que na admissão de novos residentes, haja precaução de convívio nos primeiros 14 dias.

#### QUADRO SUSPEITO OU CONFIRMADO DE SÍNDROME GRIPAL

A avaliação de pessoas idosas em ILPI deve observar o Protocolo de Manejo Clínico da COVID-19 na Atenção Primária à Saúde e os procedimentos descritos no Fluxograma de Manejo de Casos Suspeitos de COVID-19 (ANEXO 1), nesses estabelecimentos.

- Sinais e sintomas compatíveis com síndrome gripal [1]: ligar imediatamente para 136 –, serviço TeleSUS do Ministério da Saúde.
- Deverão ser adotadas as medidas de avaliação recomendadas pelo TeleSUS do Ministério da Saúde: manter o residente em quarto privativo, ou agrupar os casos suspeitos em um mesmo quarto; e restringir a permanência em ambientes de atividades coletivas (refeitório, sala de jogos, sala de televisão).
- Os gestores das ILPI deverão certificar-se da existência de condições mínimas para promoção de isolamento, preferencialmente em acomodação privativa, segregada do contato presencial com os demais residentes. É desejável a presença de banheiro privativo.
- Caso precise sair do quarto para procedimentos médicos, uso de áreas comuns, ou outras atividades, o residente, caso suspeito ou confirmado de síndrome gripal, deverá ser orientado a sempre utilizar máscara cirúrgica e adotar as medidas padrão de controle, incluindo o ajuste de rotinas para evitar o contato presencial com os demais residentes.
- Na impossibilidade de promoção de isolamento para pessoas idosas com teste positivo para COVID-19, nas condições acima mencionadas, os gestores das ILPI deverão comunicar-se com o gestor locoregional do SUS, para providenciar a internação em hospital de referência, preferencialmente de retaguarda clínica.
- A pessoa idosa sintomática, até que consiga ser testada, deverá permanecer em isolamento.
- Na presença de sinais e sintomas que indiquem piora, ou gravidade clínica, como dificuldade respiratória, a pessoa idosa deverá ser conduzida a serviço de urgência/emergência de referência.
- Durante o transporte, devem ser usados equipamentos de proteção individual (EPI) no transporte.
- Observar medidas descritas em Procedimento Operacional Padrão (POP), anexo a esse documento (0014452495).
- Os trabalhadores das ILPI que apresentarem sinais e sintomas compatíveis com síndrome gripal deverão ser afastados imediatamente das funções e, preferencialmente submetidos a testagem para COVID-19, ainda que pelo sistema de



teste rápido imunológico, a partir do 8º dia do início dos sintomas, conforme Nota Técnica DESF/SAPS/MS nº 11/2020.

### **ACOMPANHAMENTO DAS INSTITUIÇÕES QUE ACOLHEM IDOSOS NOS TERRITÓRIOS PELA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE**

Cabe às unidades de Atenção Primária à Saúde (APS) a identificação, contato e acompanhamento das pessoas com 60 anos ou mais, vinculadas às instituições que acolhem idosos nos territórios.

Esse procedimento deve ser incorporado à rotina das equipes, principalmente das equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF), e tem como objetivo monitorar a ocorrência de síndrome gripal nesses grupos, com identificação de intervenções necessárias para a proteção coletiva.

### **ÁREAS COMUNS, ORIENTAÇÕES**

- Limitar a permanência dos residentes nas áreas comuns da instituição para evitar aglomerações, garantindo a distância mínima de 1 metro entre eles.
- Restringir o uso de utensílios compartilhados, como copos, xícaras, garrafas de água, etc.
- Estabelecer escalas para a saída dos idosos dos quartos para locomoção em áreas comuns, banhos de sol, entre outros.
- Servir as refeições preferencialmente nos quartos, ou escalonar o horário das refeições (mantendo a distância mínima de 1 metro entre as pessoas que fazem refeições no mesmo horário).
- Proceder a limpeza das superfícies de contato frequentemente, utilizando-se álcool a 70%

### **REFERÊNCIAS**

ILC. **Diretrizes para instituições de idosos em um contexto de infecção pelo COVID-19.**

Acesso em: 04.04.2020. Disponível em : <http://sbggrj.org.br/rj/arquivos/14066>

\_\_\_\_. **Orientações aos cuidadores e familiares de idosos.** Acesso em : 04.04.2020.

Disponível em: <http://sbggrj.org.br/rj/arquivos/14066>

KAIRALA, Maisa. **Como proteger os idosos do coronavírus.** Acesso em: 17.03.2020

Disponível em: [saude.abril.com.br/blog/Chegue\\_Bem](http://saude.abril.com.br/blog/Chegue_Bem).

TELESUS. **Coronavírus** Acesso em :02.04.2020. Disponível em: [saude.gov.br](http://saude.gov.br)

XXXXXX. **Prevenção ao coronavírus na população de idosos é tema de reunião na SES.**

Acesso em: 16.03.2020. Disponível em: [saude.rs.gov.br](http://saude.rs.gov.br)]

BRAZ, José. **Plano de Contingência do COVID-19 Do Serviço de Atenção Domiciliar (SAD)**

Município de Tailândia – Pará. 2020

XXXXXX.Saúde da Pessoa Idosa: Prevenção e Promoção à saúde integral. Acesso em <https://saude.gov.br>. Acesso em: 04.04.2020.

IBGE gov.br/apps/população/projeção Acesso em:04.04.2020.

BRASIL. Ministério da Saúde , Secretaria de Atenção Primária à saúde. Nota Técnica nº 8/2020/COSAPI/ CGCIVI/DAPES. SAPS/MS. Prevenção e controle de infecção, pelo novo Coronavírus (sars- COV—2) a serem adotadas nas instituições de longa permanência de idosos. Ministério da Saúde 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Nota técnica nº09/2020/COSAPI/ CGCIVI/DAPES. SAPS/MS. Prevenção e controle de infecção, pelo novo oronavirus( COVID-19) em instituição de instituições de longa permanência de idosos. Ministério da Saúde 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde Secretaria de Atenção Primária de Saúde(SAPS).Protocolo de Manejo Clínico do Coronavírus (COVID-19) na Atenção Primária de Saúde. Versão 7. Abril 2020 Brasília- DF



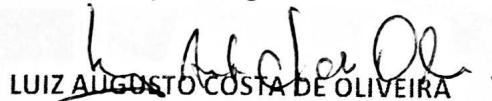
IVETE GADELHA VAZ

Secretária Adjunta de Gestão de Políticas de Saúde - SESPA



SÂMIA CRISTINE RABELO BORGES

Diretora de Políticas de Atenção Integral à Saúde – SESPA



LUIZ AUGUSTO COSTA DE OLIVEIRA

Diretor do Departamento de Atenção à Saúde - DASE



CREUZA FIRMIANO DE ABREU

Coordenadora Estadual de Saúde do Idoso

Creuza Firmiano de Abreu  
Coord. Estadual Saúde do Idoso  
SES-SESPA