

ERILDO VICENTE MÜLLER
ELIANE APARECIDA CAMPESATTO
GIOVANI MARINO FAVERO
RAFAEL GOMES DITTERICH
ORGANIZADORES

COVID - 19 ORIENTAÇÕES PARA IDOSOS E CUIDADORES



GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ

Governador

Carlos Massa Ratinho Júnior

Vice-governador

Darci Piana

Superintendência Geral de Ciência, Tecnologia e Ensino Superior

Aldo Nelson Bona

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA

Reitor

Miguel Sanches Neto

Vice-reitor

Everson Augusto Krum

Pró-reitoria de Extensão e Assuntos Culturais

Clóris Regina Blanski Grden

Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde

Dionízia Xavier Scomparin

Colaboradores

Larissa Guil

Paula de Oliveira Herzinger

Gabriel Felipe Moreira de Souza

Isabela Cristina Santos Freire de Paula

**ERILDO VICENTE MÜLLER
ELIANE APARECIDA CAMPESATTO
GIOVANI MARINO FAVERO
RAFAEL GOMES DITTERICH**
ORGANIZADORES

COVID - 19 ORIENTAÇÕES PARA IDOSOS E CUIDADORES

PROEX UEPG

Equipe Editorial

Revisão de língua portuguesa

Emilson Richard Werner

Arte

Larissa Guil

Diagramação

Marco Aurélio Martins Wrobel

Imagens

Pexels

Apoio

Editora UEPG

C873 COVID-19: orientações para idosos e cuidadores [livro eletrônico]/ Erildo Vicente Müller et al. (org.). Ponta Grossa: UEPG/PROEX, 2020.
58f.; E-book PDF

ISBN: 978-65-86967-09-8(on line)

DOI: 10.5212/86967-09-8

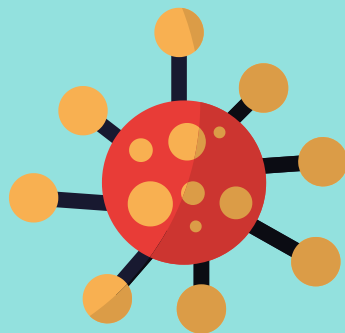
1. Coronavírus. 2. COVID-19-sintomas. 3. Idosos. I. Müller, Erildo Vicente (Org.). II. Campesatto, Eliane Aparecida (Org.) III. Favero, Giovanni Marino (Org.). IV. Ditterich, Rafael Gomes (Org.). V. T.

CDD: 618.2

Ficha Catalográfica elaborada por Maria Luzia F. B. dos Santos – CRB9/986

2020

APRESENTAÇÃO



Diante da emergência da pandemia do novo coronavírus, com tantas informações circulando via *web* e notícias que afligem e assustam a população, o Grupo de Estudos em Epidemiologia e Cuidados em Saúde e o Grupo de Enfrentamento da Covid-19 reuniram informações, baseadas na melhor evidência científica disponível no momento, para os idosos, apresentando-as da maneira mais acessível possível.

Esperamos, com este material, contribuir para o esclarecimento e a prevenção da COVID-19, pois este é nosso papel enquanto cientistas e acadêmicos da Universidade Estadual de Ponta Grossa: fornecer subsídios para que a pandemia possa ser enfrentada de maneira consciente e com informação de qualidade.

Boa leitura!



SUMÁRIO



COVID-19: O QUE É?

O que é.....	7
Por que é uma pandemia.....	8
Epidemiologia.....	9
O vírus está presente na saliva.....	10
Sinais e sintomas.....	11
Quando devo procurar um médico.....	15
Complicações e prognóstico.....	18

MEDICAMENTOS

Medicamentos potencialmente perigosos em idosos.....	20
--	----

SAÚDE BUCAL DOS IDOSOS

Importância da higiene bucal.....	39
Higienização da prótese.....	43

ACIDENTES DOMÉSTICOS

Fatores ambientais que podem causar quedas.....	45
Adequar e manter uma casa segura.....	47

ORIENTAÇÕES GERAIS

Cuidado, pare a contaminação.....	50
Cuidadores e familiares.....	51
Sobrevida do vírus em várias superfícies.....	52
Higiene dos cômodos.....	53
Distanciamento social.....	55



COVID - 19: O QUE É ?

Doença causada
por um vírus da
família do
coronavírus

SARS-CoV-2

**Atinge, principalmente,
o aparelho respiratório**

CUIDADO!

PODE SER CONFUNDIDA
COM GRIPE OU
RESFRIADO



POR QUE A COVID-19 É UMA PANDEMIA?

ESTÁ PRESENTE EM
TODOS OS CONTINENTES

15 de junho
de 2020

7.690.708
casos
confirmados

427.630 mortes



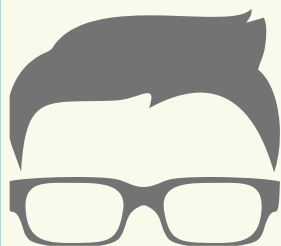
Organização Mundial da Saúde (OMS)

EPIDEMIOLOGIA

**OCORRE MAIS EM IDOSOS E CAUSA
MAIORES DANOS NELES.**

**FATORES DE RISCO DE CASOS CRÍTICOS
E FATAIS DE COVID-19:**

**PACIENTES DO SEXO MASCULINO, COM
MAIS DE 65 ANOS DE IDADE, FUMANTES,
E QUE APRESENTEM COMORBIDADES
COMO HIPERTENSÃO, DIABETES,
DOENÇAS CARDIOVASCULARES E
DOENÇAS RESPIRATÓRIAS.**



O VÍRUS ESTÁ PRESENTE NA SALIVA

Ele se dispersa por meio de gotículas de saliva do nariz ou da boca, que se espalham no ar e em superfícies, e também se uma pessoa infectada tossir ou espirrar.



SINAIS E SINTOMAS

PACIENTES PODEM SER CLASSIFICADOS EM 3 CATEGORIAS CLÍNICAS:

ASSINTOMÁTICOS



SINTOMÁTICOS LEVE



SINTOMÁTICOS GRAVE



ASSINTOMÁTICOS

INDIVÍDUOS INFECTADOS QUE NÃO
MANIFESTAM SINTOMAS DA DOENÇA
TRANSMITEM O VÍRUS DENTRO DA
COMUNIDADE.



SINTOMÁTICOS LEVE

APRESENTAM FEBRE, CANSAÇO,
TOSSE SECA, CONGESTÃO
E SECREÇÃO NASAL,
DOR DE GARGANTA, DIARREIA.



SINTOMÁTICOS GRAVE

APRESENTAM FEBRE, CANSAÇO,
TOSSE SECA, CONGESTÃO
E SECREÇÃO NASAL,
DOR DE GARGANTA, DIARREIA

+

DIFICULDADE PARA RESPIRAR.



QUANDO DEVO PROCURAR UM MÉDICO?

Quando apresentar:



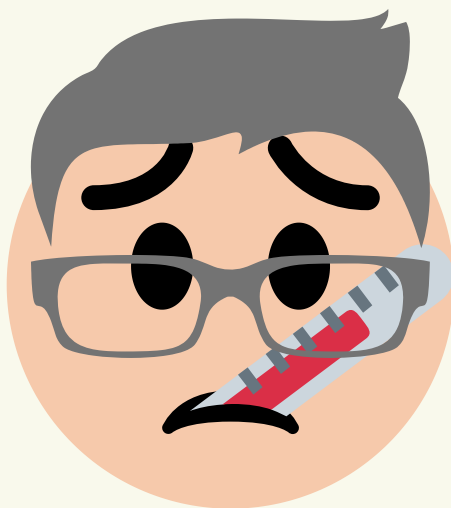
TOSSE

FEBRE

**E DIFICULDADE
PARA RESPIRAR**



**A FEBRE É O SINTOMA
GERAL MAIS COMUM,
PORÉM PODE ESTAR
DIMINUÍDO EM ADULTOS
MAIS VELHOS, POIS O
ORGANISMO NÃO
RESPONDE IGUAL AO DOS
JOVENS.**



**A tosse e a falta de ar
podem ser confundidas
com exacerbação de
doenças de base**

**(insuficiência cardíaca e doença
pulmonar obstrutiva crônica - DPOC,
por exemplo).**



COMPLICAÇÕES E PROGNÓSTICO

PACIENTES IDOSOS
PODEM PROGREDIR
RAPIDAMENTE PARA
A SÍNDROME DA
DEFICIÊNCIA
RESPIRATÓRIA
AGUDA.

O TEMPO DE
INTERNAÇÃO
É MAIOR.

DISFUNÇÃO DE
MÚLTIPLOS ÓRGÃOS,
RESULTANDO EM
MORTE.



MEDICAMENTOS

**LISTAMOS, A
SEGUIR, OS
MEDICAMENTOS
QUE MAIS
COMUMENTE
PODEM CAUSAR
PROBLEMAS EM
IDOSOS.**



É importante ressaltar ao paciente idoso, ou ao seu cuidador, que o nosso intuito é alertar para possíveis reações, porém, se o medicamento estiver nesta lista, não deve ser abandonado sem antes se consultar o médico, pois a doença anterior poderá se agravar.

Cada paciente se comporta de forma muito singular e muitos fatores podem influenciar nos resultados clínicos, como o tempo de exposição ao medicamento.

**Dessa forma,
A AVALIAÇÃO DO MÉDICO É
FUNDAMENTAL PARA
QUALQUER MUDANÇA NA
PRESCRIÇÃO.**

ANALGÉSICOS OPIOIDES

**Morfina, Oxycodona, Codeína, Petidina,
Fentanil, Sufentanil, Nalbufina,
Tramadol, em uso regular (> 2 semanas)**



Podem causar:
**Constipação grave, sonolência,
vertigem, exacerbação do déficit
cognitivo, hipotensão postural.**

ANTIDEPRESSIVOS TRICÍCLICOS

Amitriptilina, Nortriptilina,
Imipramina



Podem causar:
Sedação, hipotensão postural, risco de queda, confusão, boca seca, constipação, arritmia e retenção urinária.

Amiodarona

Pode causar:
Doenças da
tireoide,
distúrbios
pulmonares e
cardíacos.



Digoxina

Pode provocar:
Toxicidade
Cardíaca.

Antidepressivos inibidores seletivos da recaptção de serotonina.

Fluoxetina, Citalopram, Paroxetina, Sertralina, Fluvoxamina, Escitalopram, Venlafaxina.



Podem causar:
Comprometimento da função psicomotora, síncope e quedas.

Sulfonilureias de longa duração

Glibenclamida

**Pode causar:
Risco pronunciado de hipoglicemia prolongada.**



Nifedipino de liberação imediata

**Pode causar:
Risco aumentado de hipotensão, isquemia miocárdica e constipação.**

Anti-inflamatórios não esteroides não seletivos para COX-2 (AINES)

Aspirina, Diclofenaco, Etodolaco, Fenoprofeno, Ibuprofeno, Cetoprofeno, Meloxicam, Naproxeno, Piroxicam.



Podem causar:

Risco aumentado de sangramento gastrointestinal ou úlcera péptica em grupos de alto risco, como os que têm idade superior a 75 anos, tomando corticosteroides, anticoagulantes ou agentes antiplaquetários.

Antipsicóticos de primeira e segunda geração

Clorpromazina, Haloperidol, Levomepromazina, Periciazina, Sulpirida, Tioridazina, Amissulprida, Clozapina, Olanzapina, Quetiapina, Risperidona, Ziprasidona, para problemas comportamentais da demência.



Podem causar:
Aumento do risco de acidente vascular cerebral (AVC) e mortalidade.

Anti-histamínicos de primeira geração

Bronfeniramina, Carbinoxamina, Ciproeptadina, Clemastina, Clorfeniramina, Dexclorfeniramina, Difenidramina, Dimenidrinato, Doxilamina, Hidroxizina, Meclizina, Prometazina, Triprolidina.



Podem causar:
Sedação, hipotensão postural com risco de queda, comprometimento cognitivo, confusão, boca seca, constipação e aumento do apetite.

Benzodiazepínicos

Alprazolam, Bromazepam, Clobazam,
Clonazepam, Cloxazolam, Diazepam,
Estazolam, Flunitrazepam,
Flurazepam, Lorazepam, Midazolam,
Nitrazepam

Podem causar:

Aumentam o risco de comprometimento cognitivo, comprometem o equilíbrio, podem causar *delirium*, quedas, fraturas e acidentes automobilísticos.



Betabloqueadores não cardiosseletivos

Carvedilol, Labetalol, Nadolol,
Pindolol e Propranolol



Podem causar:
Risco aumentado de broncoespasmo (em pacientes com problemas respiratórios, como asma e DPOC) e de mascaramento dos sintomas de hipoglicemia.

Bloqueadores alfa centrais para tratamento da hipertensão

Clonidina, Metildopa



Podem provocar:

Alto risco de efeitos adversos no sistema nervoso central, e também causar bradicardia, hipotensão postural com aumento do risco de quedas.

Corticosteroides sistêmicos

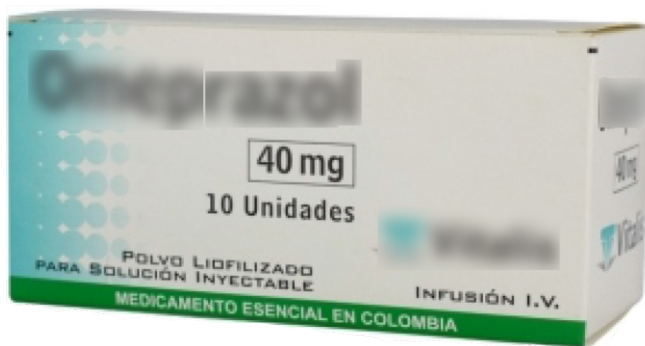
**Betametasona, Deflazacorte,
Dexametasona, Hidrocortisona,
Metilprednisolona, Prednisolona,
Prednisona**



**Em uso
prolongado,
podem causar:
Queda da imunidade,
aumento de peso,
edema, hipertensão,
úlceras e osteoporose.**

Inibidores de bomba de prótons

Omeprazol, Pantoprazol,
Lanzoprazol, Rabeprazol,
Esomeprazol



**Em uso prolongado, podem
causar:**

**Osteoporose, fratura,
demência e insuficiência renal.**

Relaxantes musculares

Carisoprodo, Ciclobenzaprina,
Orfenadrina



Podem causar:
Constipação, sedação com
consequente risco de fratura.

ATENÇÃO!
É IMPORTANTE
MANTER O
TRATAMENTO PARA O
CONTROLE DE
DOENÇAS COMO
DIABETES, PRESSÃO
ALTA E ALTO COLESTEROL.
PORTANTO,
NÃO PARE DE TOMAR SEUS
MEDICAMENTOS!





SAÚDE BUCAL DOS IDOSOS

A boca serve como meio de transmissão do coronavírus, por meio da tosse, gotículas de saliva ou espirros e também é uma porta de entrada para o vírus.

É IMPORTANTE CUIDAR DA HIGIENE BUCAL:

USE SEMPRE QUE POSSÍVEL, MÁSCARAS DE PROTEÇÃO.



ANTES DE INICIAR A HIGIENE BUCAL, É IMPORTANTE FAZER A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS.

ESCOVE OS DENTES APÓS SE ALIMENTAR E USE O FIO DENTAL DIARIAMENTE.

O vírus pode ficar alojado na língua, por isso também é necessário escová-la



Após escovar o dente, enxágue bem a escova, retirando todo o creme dental, seque e armazene em um local seco e sem contaminação.

EVITE DEIXAR A ESCOVA EM LOCAIS ABERTOS PARA NÃO CONTAMINÁ-LA COM OS MICRORGANISMOS DO AMBIENTE.



TROQUE A ESCOVA DENTAL APÓS ALGUMA GRIPE, RESFRIADO OU OUTRAS DOENÇAS.

Evite colocar a mão e objetos na boca, principalmente se estiver sem higienizar.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres e escova de dentes.

HIGIENIZAÇÃO DA PRÓTESE

**RETIRE A PRÓTESE DA
BOCA PARA ESCOVÁ-LA.**

**USE UMA ESCOVA DE
CERDAS DURAS E SABÃO
OU DETERGENTE NEUTRO.**

**NÃO DURMA COM A
PRÓTESE, DEIXE-A DE
MOLHO EM UM COPO DE
ÁGUA COM UMA COLHER
DE SOPA DE ÁGUA
SANITÁRIA.**

**DE MANHÃ, LAVE BEM A
PRÓTESE ANTES DE
COLOCÁ-LA NA BOCA.**

ATENÇÃO!



**ACIDENTES
DOMÉSTICOS**

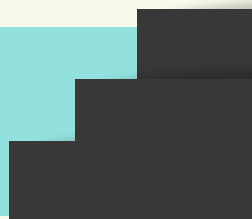
**Atenção para fatores ambientais,
que podem causar quedas
dentro ou fora de casa.
Estes são alguns deles:**



ILUMINAÇÃO INADEQUADA,

**SUPERFÍCIES IRREGULARES,
PISOS ESCORREGADIOS,**

**DESNÍVEIS NO CHÃO,
COMO ESCADAS.**

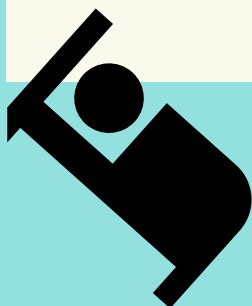


**OBJETOS ESPALHADOS
NA ÁREA DE CIRCULAÇÃO,
COMO TAPETES SOLTOS OU FIOS,**

**USO DE ALGUNS MEDICAMENTOS
* CONSULTE A LISTA DE MEDICAMENTOS**



OUTROS FATORES AMBIENTAIS



MOVEIS INSTÁVEIS,
CAMAS ALTAS,

MESAS COM BORDAS PONTIAGUDAS,

PRATELEIRA DE
DIFÍCIL ALCANCE,

INSTRUMENTOS COMO
ANDADORES, BENGALAS.



IMPORTANTE!

**ADEQUAR E MANTER UMA CASA
SEGURA.**

**LARGURA DE PASSAGEM
MAIOR (PARA CADEIRANTES,
MÍNIMO DE 80 CM),**



**EVITAR DESNÍVEIS NO PISO
NA TROCA DE UM AMBIENTE
PARA O OUTRO,**



PASSAGENS BEM ILUMINADAS,

**DESNÍVEIS SEMPRE DEVEM
TER ACESSO POR RAMPA,**

**ARMÁRIOS E OUTROS
UTENSÍLIOS DEVEM ESTAR
NA ALTURA DOS OLHOS,**



**UTENSÍLIOS (FACA, TESOURA,
ESPETO DE CHURRASCO,
GRELHAS) E FOGO: UTILIZAR
COM CUIDADO,**



**SANITÁRIOS: BARRAS
DE APOIO PRÓXIMO DA
BACIA SANITÁRIA, DO
LAVATÓRIO, DO
CHUVEIRO, DA
BANHEIRA E OUTROS
MÓVEIS SEMPRE QUE
NECESSÁRIO.**





**ORIENTAÇÕES
PARA TODA A
POPULAÇÃO**

CUIDADO, PARE A CONTAMINAÇÃO!

LAVE AS MÃOS COM
ÁGUA E SABÃO OU PASSE
ÁLCOOL EM GEL A 70%.



EVITE AGLOMERAÇÕES E
CONTATO COM
DOENTES.



EVITE TOCAR O
ROSTO (NARIZ,
BOCA E OLHOS).



SE PRECISAR SAIR, USE
MÁSCARA (SAIA APENAS
SE FOR EXTREMAMENTE
NECESSÁRIO).

ATENÇÃO!

**CUIDADORES E FAMILIARES
DEVEM SEMPRE TOMAR OS
DEVIDOS CUIDADOS PARA
EVITAR A CONTAMINAÇÃO
DOS IDOSOS.**



SOBREVIDA DO VÍRUS EM SUPERFÍCIES:

A vertical bar with a gradient from dark teal at the top to bright blue at the bottom, positioned to the left of the text.

**AÇO INOXIDÁVEL
3 DIAS**

**PLÁSTICO
3 DIAS**

**PAPELÃO
1 DIA**

**COBRE
4 HORAS**

CUIDADORES:

**MANTENHAM A
HIGIENE DE TODOS OS
CÔMODOS DA CASA,
ESPECIALMENTE DAS
SUPERFÍCIES COM QUE O
IDOSO TENHA BASTANTE
CONTATO**



Para limpar:
Utensílios e objetos:
Usar água e sabão;

Superfícies:
Usar produtos desinfetantes
regularizados pela Agência
Nacional de Vigilância
Sanitária (Anvisa).



Ao chegar da rua:
Tirar os calçados e limpá-los em
local separado na casa,
lavar as mãos com água e
sabão, trocar a roupa e lavá-la
imediatamente, e em seguida
tomar banho; higienizar
objetos trazidos para casa.



**NÃO SAIA
DE CASA!**



**DISTANCIAMENTO SOCIAL
É A ÚNICA MEDIDA
EFICAZ PARA PARAR A
CURVA DE CRESCIMENTO
DA COVID-19!**

REFERÊNCIAS

ACIDENTES Domésticos nos Idosos. Prefeitura Municipal de São José dos Campos. Secretaria Municipal de Saúde. Programa Saúde do Adulto/Idoso. São José dos Campos - SP. Disponível em:<<https://servicos2.sjc.sp.gov.br/media/75860/casa%20segura%20para%20o%20idoso.pdf>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. **Protocolo de manejo clínico da Covid-19 na atenção especializada**. 1. ed. revisada. Brasília, DF, 2020.

FARINDE, A. **Beers Criteria:** Independent of Diagnoses or Conditions. 18 abr. 2019. Disponível em: <<https://emedicine.medscape.com/article/2172142-overview>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

HUANG, C. et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. **Lancet**, vol. 395, n. 10223, p. 497-506, fev. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31986264>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

ISMP Brasil – Instituto para Práticas Seguras no Uso de Medicamentos . **Boletim ISMP:** Medicamentos potencialmente inadequados para idosos. vol. 7, n. 3, ago. 2017. Disponível em: <https://www.ismp-brasil.org/site/wp-content/uploads/2017/09/is_0006_17a_boletim_agosto_ismp_210x276mm_v2.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2020.

LLOYD-SHERLOCK, P. et al. Bearing the brunt of covid-19: older people in low and middle income countries. **BMJ**, vol. 368, p. 1052, 13 mar. 2020. Disponível em: <<https://www.bmj.com/content/368/bmj.m1052>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

NIKOLICH-ZUGICH, J. et al. SARS-CoV-2 and COVID-19 in older adults: what we may expect regarding pathogenesis, immune responses, and outcomes. **GeroScience**, v. 42, n. 2, p. 505-514, 1º abr. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32274617>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

OLIVEIRA, M. G. et al. **Consenso brasileiro de medicamentos potencialmente inapropriados para idosos**. 21 set. 2016. Disponível em: <https://sbgg.org.br/informativos/23-12-16/4_CONSENSO_BRASILEIRO_DE_MEDICAMENTOS_POTENCIALMENTE_INAPROPRIADO_PARA_IDOSOS.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2020.

ORTEGA, K.L. et al. **SARS-CoV-2 and dentistry**. Clin Oral Invest, 2020.

PENG, X. et al. Transmission routes of n2019-nCoV and controls in dental practice. **International Journal of Oral Science**, v. 12, n. 1, p. 1-6. 2020. Disponível em: <<https://www.nature.com/articles/s41368-020-0075-9>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

SHAHID, Z. et al. COVID-19 and Older Adults: What We Know. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 68, n. 5, p. 926-929, 2020. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jgs.16472>>. Acesso em: 8 jun. 2020.

TOLEDO, P. **Covid-19**: informações sobre a desinfecção e limpeza de superfícies e objetos. In: Portal Fiocruz. 5 maio 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/noticia/covid-19-informacoes-sobre-desinfeccao-e-limpeza-de-superficies-e-objetos>>. Acesso em: 6 de jun. 2020.

TUÑAS, I. T.C. et al. Doença pelo Coronavírus 2019 (COVID-19): Uma Abordagem Preventiva para Odontologia. Revista Brasileira de Odontologia, v. 77, ed. 1766. 2020. Disponível em: <http://www.revista.aborj.org.br/index.php/rbo/article/view/1776/pdf_1>. Acesso em: 8 jun. 2020.

ZHAVORONKOV, A. Geroprotective and senoremediative strategies to reduce the comorbidity, infection rates, severity, and lethality in gerophilic and gerolavic infections. **Aging**, Albany, NY, v. 12, n. 8, p. 6492-6510, 31 mar. 2020.

SOBRE OS AUTORES

Erildo Vicente Müller

Farmacêutico e Bioquímico;
Doutor em Saúde Coletiva - Escola Paulista de Medicina;
Pós Doutor em Saúde Coletiva - UNIFESP;
Professor Associado da UEPG.

Eliane Aparecida Campesatto

Farmacêutica;
Mestre em Ciências Biológicas - UEM;
Doutora em Ciências Biológicas (Biologia Celular) - UEM;
Professora Associada da UFAL.

Giovani Marino Favero

Farmacêutico e Bioquímico;
Mestre em Ciências (Fisiopatologia Experimental) – USP;
Doutor em Alergia e Imunopatologia – USP
Professor Associado (Livre Docente) da UEPG;
Pró-Reitor de Pesquisa e Pós Graduação da UEPG.

Rafael Gomes Ditterich

Cirurgião-dentista;
Mestre em Odontologia (Clínica Integrada) - UEPG;
Doutor em Odontologia (Saúde Coletiva) – PUCPR;
Professor Associado do Departamento de Saúde
Coletiva - UFPR.