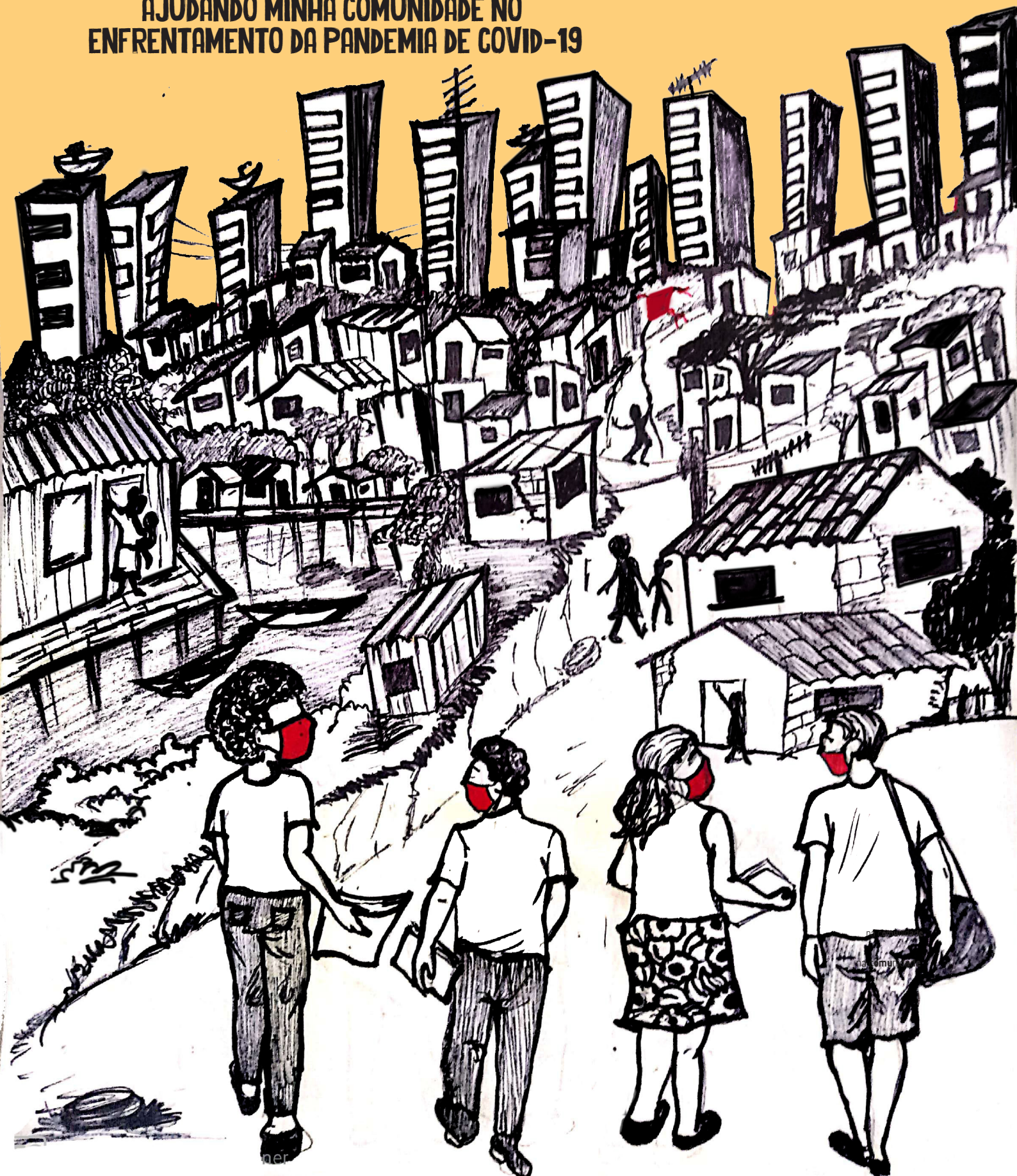


ALBUM SERIADO

AGENTES POPULARES DE SAÚDE:

AJUDANDO MINHA COMUNIDADE NO
ENFRENTAMENTO DA PANDEMIA DE COVID-19



ÁLBUM SERIADO

AGENTES POPULARES DE SAÚDE: AJUDANDO MINHA COMUNIDADE NO ENFRENTAMENTO DA PANDEMIA DE COVID-19

Este material é um Álbum Seriado que complementa a proposta do Caderno de Formação Agentes Populares de Saúde: Ajudando minha comunidade no enfrentamento da pandemia de COVID-19.

Tem como objetivo subsidiar o trabalho educativo dos Agentes Populares de Saúde nas visitas domiciliares da sua vizinhança, assim como na abordagem de grupos que se encontram nos vários espaços da comunidade.

Tratam-se de 4 lâminas soltas, no tamanho A4, com imagens e informações sucintas importantes de serem levadas às famílias e grupos diversos que estejam reunidos nas comunidades (estabelecimentos comerciais, ambulantes, igrejas, bares, mesas de dominó, etc).

Estas lâminas podem ser impressas e plastificadas para passar nas mãos das pessoas abordadas, na medida em que a Agente Popular de Saúde conversa sobre medidas de prevenção à COVID-19.

A plastificação das lâminas do álbum seriado é proposta para que seja possível higienizá-las com álcool 70% ou solução clorada ao longo do trabalho, após manuseio por pessoas diferentes.

Lâmina 1: Quais os sintomas da COVID 19? Principais mecanismos de transmissão. Fiquei doente, e agora?

Lâmina 2: Como higienizar as mãos com água e sabonete?

Lâmina 3: Preparo de soluções de água sanitária

Lâmina 4: Como lavar suas máscaras de tecido. Erros e acertos ao usar máscara.

O material também está disponível no site da Campanha Mãos Solidárias: www.campanhamaossolidarias.org/agentes.

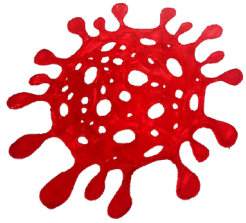
É O POVO CUIDANDO DO POVO EM DEFESA DO SUS

Realização



Apoio





QUAIS OS SINTOMAS DA COVID-19?

SINTOMAS MAIS COMUNS:

- Febre
- Tosse seca
- Cansaço

SINTOMAS MENOS COMUNS:

- Dor no corpo
- Dor de garganta
- Diarreia
- Conjuntivite
- Dor de cabeça
- Perda de paladar ou olfato
- Erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés

SINTOMAS GRAVES:

- Dificuldade de respirar ou falta de ar
- Dor ou pressão no peito
- Perda de fala ou movimento

EM MÉDIA, OS SINTOMAS APARECEM APÓS 5 OU 6 DIAS DEPOIS DE SER INFECTADO COM O VÍRUS



FEBRE



TOSSE



DIFICULDADE DE RESPIRAR

OS SINTOMAS PODEM PERMANECER POR ATÉ 14 DIAS.

PRINCIPAIS MECANISMOS DE TRANSMISSÃO:



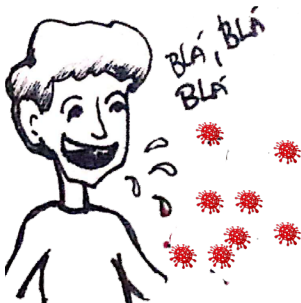
ESPIRRO



TOSSE



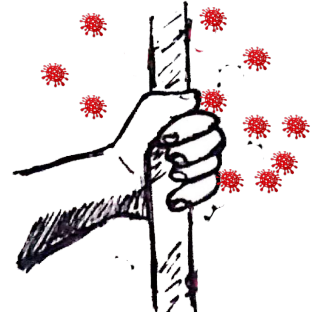
CATARRO



GOTÍCULAS DE SALIVA



CONTATO FÍSICO COM PESSOA INFECTADA



CONTATO COM SUPERFÍCIE CONTAMINADA

FIQUEI DOENTE, E AGORA?



CORIZA

▶ FIQUE EM CASA



CORIZA + FEBRE

▶ FIQUE EM CASA



CORIZA + FEBRE + TOSSE

▶ PROCURE O ACS E A UNIDADE DE SAÚDE MAIS PRÓXIMA



CORIZA + FEBRE + FALTA DE AR

▶ BUSQUE O SERVIÇO DE URGÊNCIA



COMO HIGIENIZAR AS MÃO COM ÁGUA E SABONETE?

Duração do procedimento: 40 a 60 segundos



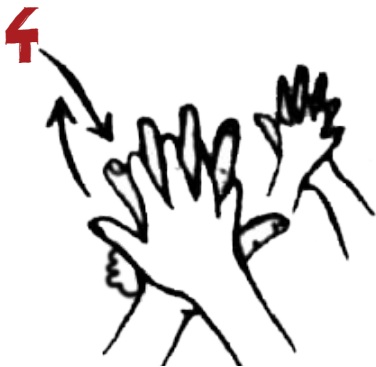
1 Molhe as mãos com água



2 Passe sabão ou sabonete, e ensaboe fazendo bastante espuma



3 Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si.



4 Esfregue a palma de uma mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e vice versa.



5 Entrelace os dedos e friccione os espaços entre os dedos



6 Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice versa.

7

✔ Esfregue o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice versa

8

✔ Esfregue as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda movimento circular e vice versa

9

✔ Enxague bem as mãos com água, do pulso para as pontas dos dedos

10

✔ Seque as mãos ao vento para não usar toalhas compartilhadas com outras pessoas, nem secar as mãos na roupa.

11

✔ Lave a torneira com sabão, enquanto lava as mãos, para que esteja limpa quando for fechar a torneira.

12

✔ Agora suas mãos estão seguras

Fonte:OPAS/OMS

PREPARO DE SOLUÇÕES DE ÁGUA SANITÁRIA

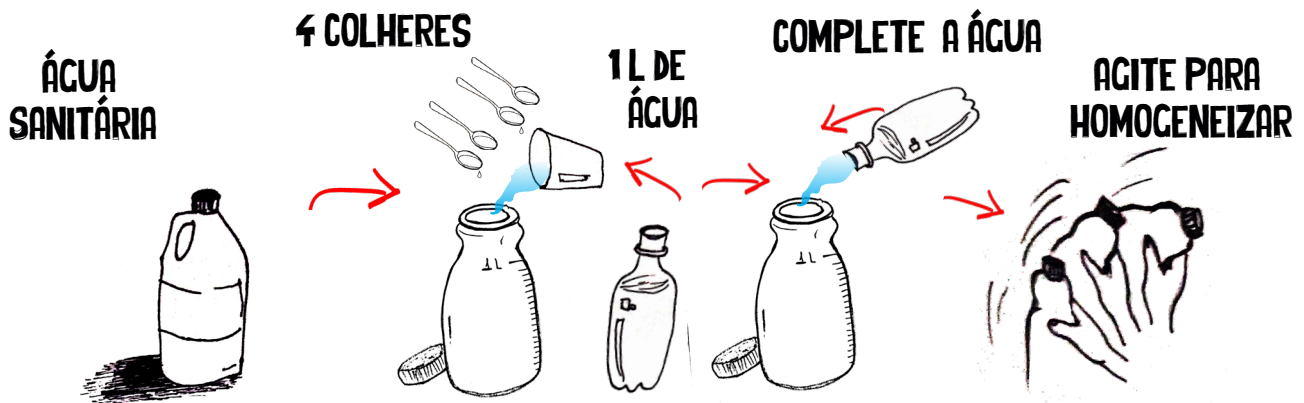
PREPARO 1: SOLUÇÃO CLORADA A 0,05%



ONDE E COMO USAR ESSA SOLUÇÃO:

- ✓ Higiene das mãos (quando não houver água e sabonete ou álcool)
- ✓ Após a limpeza da casa, passar a solução em todas as superfícies: mesas, cadeiras, bancadas, maçanetas, chaves, brinquedos, objetos de decoração
- ✓ Ao chegar em casa: passar a solução com um pano nos objetos que traz das ruas como: bolsas, carteiras, cintos, sacolas, mantimentos.

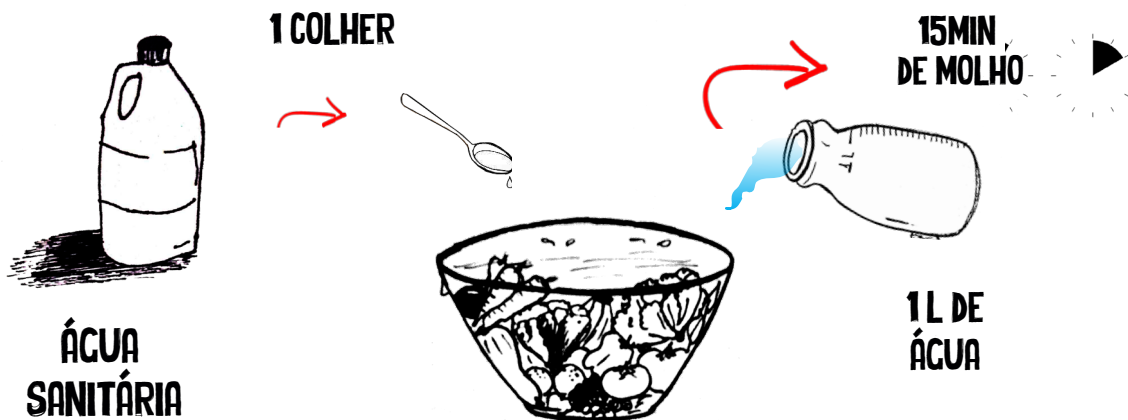
PREPARO 2: SOLUÇÃO CLORADA A 0,1%



ONDE USAR ESSA SOLUÇÃO:

- ✓ Desinfecção de banheiros e pisos onde não existem casos confirmados ou suspeitos de COVID-19.
- ✓ Desinfecção das solas de calçados quando voltar da rua.

PREPARO 3: SOLUÇÃO CLORADA PARA FRUTAS E VERDURAS

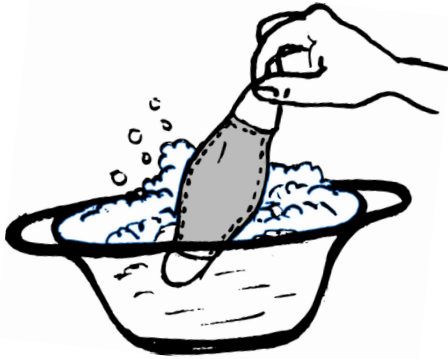


COMO USAR ESSA SOLUÇÃO:

- ✓ Primeiro higienize as frutas e verduras com água e sabão, seguida do enxague.
- ✓ Depois as mergulhe em uma bacia com a solução clorada, deixando de molho por 15 minutos.
- ✓ Enxague com água limpa de modo que não fiquem resíduos do produto nos alimentos.

COMO LAVAR SUAS MÁSCARAS DE TECIDO

1 LAVAR SEPARADAMENTE



2 LAVAR PRIMEIRO COM
ÁGUA E SABÃO NEUTRO



3 DEIXAR DE MOLHO NA
SOLUÇÃO DE ÁGUA COM ÁGUA
SANITARÁRIA POR 30 MINUTOS



4 ENXAGUAR BEM



5 EVITAR TORCER A MÁSCARA COM
FORÇA E EM SEGUIDA DEIXAR
SECAR AO SOL



6 GUARDAR EM UM
RECIPIENTE FECHADO



FONTE: ANVISA

ERROS E ACERTOS AO USAR A MÁSCARA



**NÃO DEIXE O NARIZ
DESCOBERTO**



**NÃO DEIXE O
QUEIXO EXPOSTO**



**NÃO USE MÁSCARAS LARGAS
COM VÃOS NAS LATERAIS**



**NÃO CUBRA
APENAS AS NARINAS**



**NÃO PUXE A MÁSCARA
PARA O QUEIXO**



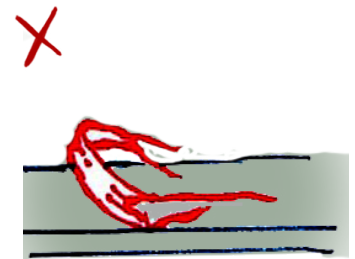
**NÃO ENCONSTE NA SUPERFÍCIE
DA MÁSCARA AO COLOCÁ-LA
OU TIRÁ-LA**



**TIRE A MÁSCARA DE TRÁS PARA
FRENTE, SEGURANDO
PELOS ELÁSTICOS**



**AO DESCARTAR MÁSCARAS
DESCARTÁVEIS, COLOQUE A
MÁSCARA EM UM SAQUINHO
ANTES DE JOGÁ-LA NA LIXEIRA**



**NÃO DEIXE A MASCARA
EM CIMA DA MESA**



01 - CUBRA O NARIZ INTEIRO E O QUEIXO

02 - AJUSTE-A PARA QUE NÃO HAJA VÃOS NAS LATERAIS

03 - ENCOSTE APENAS NAS LATERAIS