



O **CORONAVIRUS**
CHEGOU AO QUARTEL
E AGORA, O QUE DEVO FAZER?



AMEAC

Seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS), do Ministério da Saúde, e da portaria nº13/CMD/2020, do Comando Geral da Polícia Militar, o militar que sentir sintomas de gripe, febre, tosse ou dificuldade de respirar deve imediatamente comunicar o seu comandante imediato e procurar atendimento médico. Ele deverá comunicar a situação ao seu superior hierárquico seja por telefone ou qualquer outro meio de comunicação.



Durante o serviço ou mesmo de folga, senti sintomas do coronavírus, e agora?

A OMS recomenda que se você tiver sintomas menores, como tosse leve ou febre leve, geralmente não há necessidade de procurar atendimento médico, porém, deva ficar em casa e fazer o auto isolamento, monitorando seus sintomas, pelo período mínimo de oito dias.

A Portaria nº13/CMD/2020, do Comando Geral da Polícia Militar do Acre recomenda, que em caso de sintomas respiratórios agudos (febre, dor de garganta, coriza e/ou dificuldades respiratórias), não se dirijam às unidades operacionais ou administrativas da PMAC, nem a POLICLÍNICA para consultas ou atendimentos agendados, tão pouco compareçam a testes de aptidão física ou reuniões, devendo fazer contato telefônico, ou por outro meio de comunicação, ao comando imediato, que deverá providenciar apoio médico junto aos órgãos de saúde.



E se através do teste do coronavírus, for constatado que estou infectado, o que devo fazer?

A OMS recomenda também, que os pacientes comprovadamente (através do teste Covid 19) infectados, sejam liberados do isolamento somente após terem dois testes negativos – com pelo menos 24 horas de intervalo e estejam clinicamente recuperados. Se o teste não for possível, é prudente que os indivíduos continuem isolados por mais duas semanas após o fim dos sintomas, pois eles podem continuar a disseminar o vírus.



E se meu companheiro de policiamento estiver com suspeita ou for constatado sua infecção pelo vírus?

O Ministério da Saúde do Governo Federal, orienta ainda que deve haver isolamento pelo período mínimo de oito dias quando se mantém contato não eventual próximo com alguém infectado (ou com suspeita disso) e nesse contexto se apresentam alguns dos sintomas típicos do COVID-19.

SOU DO GRUPO DE RISCO E AGORA?

Asmáticos, pessoas com doenças do coração, fumantes, diabéticos. Além de idosos, esses são alguns dos grupos de risco que estão mais suscetíveis a pegar a covid-19.

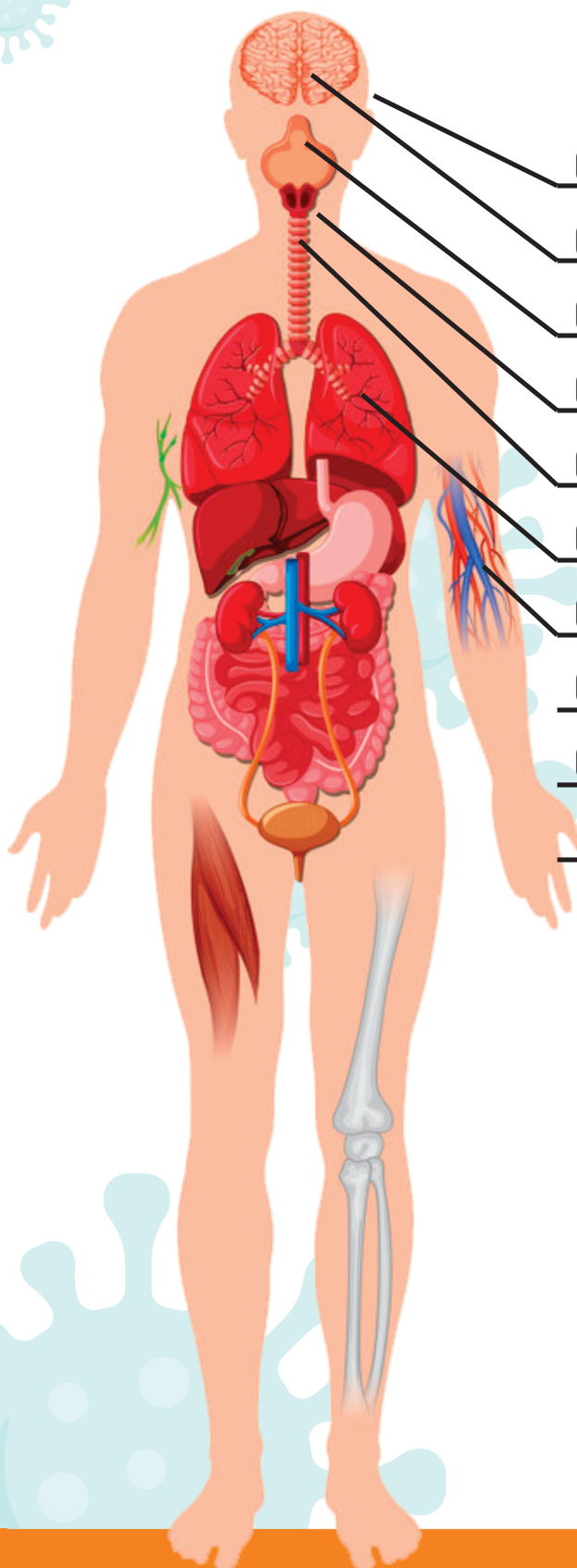
Caso você se encontre em um dos grupos de risco deve procurar seu superior imediatamente e informar sua situação.

O principal é fazer um acompanhamento médico. No caso de hipertensos, o ideal é controlar a pressão arterial. Já os asmáticos, devem se atentar às crises respiratórias e verificar com que frequência elas surgem.

PORTANTO SE VOCÊ MILITAR ESTÁ COM SINTOMAS DE GRIPE, OU TRABALHOU NA MESMA GUARNIÇÃO DE ALGUÉM INFECTADO OU SUSPEITA DISSO (SINTOMAS), INFORME SEU SUPERIOR IMEDIATO E FIQUE ISOLADO EM CASA, SÓ RETORNANDO AO TRABALHO DUAS SEMANAS APÓS OS SINTOMAS DE GRIPE SE ENCERRAREM.

“SE TOMARMOS TODOS OS CUIDADOS, O CORONAVÍRUS VAI PASSAR E A VIDA VAI CONTINUAR”

Avaliação de Risco COVID 19



01	Tem febre?	05 pontos
02	Tem dor de cabeça?	01 pontos
03	Tem secreção nasal/espirros?	01 pontos
04	Tem dor na garganta?	01 pontos
05	Tem tosse seca?	03 pontos
06	Tem dificuldade respiratória?	10 pontos
07	Tem dor no corpo?	01 pontos
08	Tem diarreia?	01 pontos
09	Perda do olfato?	03 pontos
10	Esteve em contato com algum caso do covid-19?	10 pontos

A	Risco Baixo	De 01 a 9 pontos
B	Risco Médio	De 10 a 19 pontos
C	Risco Alto	De 20 a 36 pontos

DISQUE
SAÚDE
136



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



LEMBRE-SE

Todo sintoma gripal deve, a princípio, ser tratado como um caso suspeito de COVID19. Se perceber que começou a apresentar algum sintoma característico de gripes ou resfriados, informe ao chefe imediato para que sejam tomadas as providências cabíveis para o seu afastamento do serviço e procure orientação médica, contatando a Secretaria de Saúde para se informar qual o serviço médico mais próximo da sua localidade.

CONDUTA DE PREVENÇÃO

- 1** Sempre que estiver utilizando a viatura, manter os vidros do veículo abertos.
- 2** Realizar reuniões em ambientes arejados, de preferência a céu aberto, buscando manter distância de 1 metro entre os indivíduos.
- 3** Atentar para medidas de etiqueta respiratória e condutas individuais de prevenção, cobrir nariz e boca ao espirrar, Não tocar no rosto, olhos, nariz e boca, Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou álcool em gel.
- 4** Em caso de transporte emergencial de pacientes contaminados com COVID-19, tanto policiais, quanto pacientes devem usar máscara cirúrgica de proteção e higienizar a viatura após o transporte. A viatura policial e os equipamentos de proteção individual devem ser higienizados com álcool em gel.
- 5** Após a abordagem policial de pessoas com sintomas ou não, realizar a higienização pessoal e de todo o equipamento de proteção individual com água, sabão o álcool em gel.
- 6** Em solicitação de escolta de presos com suspeita de contaminação, os policiais devem utilizar máscaras e luvas cirúrgicas, exigir que utilize máscara, e após a finalização da escolta higienizar os equipamentos de proteção individual e a viatura.
- 7** Durante a abordagem verbal, manter distância de dois metros do indivíduo.
- 8** Tocar no indivíduo suspeito apenas em caso de busca pessoal ou de objeto utilizando luvas e máscaras.



ASSOCIAÇÕES DOS MILITARES DO ESTADO DO ACRE
Ninguém é tão forte quanto todos nós juntos
Quartel PM - Praça da Revolução - Centro, Rio Branco - AC
www.ameac.com.br