



UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DO PARÁ
PRO REITORIA DE GESTÃO DE PESSOAS
DIRETORIA DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Prezados alunos e alunas,

Certamente todos vocês acompanham com atenção as notícias sobre a pandemia de coronavírus. Com o crescimento do número de casos e a iminência de transmissão comunitária no país, é importante que nos preparemos adequadamente para que façamos parte da solução do problema.

Em consonância com políticas da Organização Mundial de Saúde e Ministério da Saúde, nesta ocasião, nossas recomendações são as seguintes:

- 1) Caso você apresente quadro compatível com a doença (febre e/ou tosse, coriza/espirros, mialgia), mesmo SEM diagnóstico laboratorial, permaneça em casa;
- 2) Procure serviço de saúde para diagnóstico e tratamento. Serviços de emergência deveriam ser reservados para casos dessa natureza. É sabido que a maior parte dos pacientes tem boa evolução e não necessita de hospitalização. Portanto, é sugerido que você busque serviços ambulatoriais ou mesmo permaneça em sua casa nas situações mais leves;
- 3) Espere até que você esteja assintomático ao menos por 24 horas sem uso de medicação antitérmica, analgésica ou antitussígena para voltar às aulas ou atividades práticas;
- 4) Para aqueles que se ausentarem por motivo de doença, atividades e/ou material online serão disponibilizados sempre que possível e aplicável, a fim de mitigar perdas de aprendizagem. Cada curso/unidade seguirá sua política usual para lidar com as faltas e reposição de avaliações (provas ou tarefas que gerem notas). Pede-se que os faltantes notifiquem seu supervisor, preceptor ou professor responsável pela disciplina. Além disso, recomenda-se que tragam atestado médico sempre que tiverem passado por serviço de saúde;
- 5) Mantenha atenção sobre medidas que reduzem contágio e disseminação: lavagem de mãos com água e sabão ou uso do álcool em gel 70% com frequência; ao tossir e espirrar cubra nariz e boca com lenço ou com o braço e não com as mãos; prevenção de contato das mãos com a face; limpeza frequente de áreas de contato (mesas, maçanetas etc.) com álcool; não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos; evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados; uso de máscaras para aqueles sintomáticos.
- 6) Difunda essas informações entre seus pares, familiares e amigos.

Contamos com sua participação.

Vivian Silva Da Costa Pontes
Médica Perita UFOPA
CRM-9463