



Plano de Combate à Transmissão da COVID-19 no IFSC – USP

Comissão Interna de Biossegurança

do IFSC-USP





Prezados membros da comunidade do IFSC-USP,

Estamos apresentando a todos, este conjunto de Informações e Recomendações elaboradas pela Comissão Interna de Biossegurança do IFSC, em parceria com a Diretoria, afim de orientarmos nossa comunidade, da melhor forma possível, para que possamos conviver com esta situação atual de Pandemia. Junto com a Profa. Ilana Camargo, presidente da Comissão, consultamos alguns profissionais médicos da área e coletamos todas informações afim de que as orientações estejam o mais próximo possível daquilo que está sendo praticado nos melhores centros que lidam diariamente com o problema. A ideia que seguimos foi de esclarecer o problema e dar informações de como proceder com relação a alguém que venha a ser contaminado, com seu entorno e com seu ambiente de trabalho. Estamos procurando fazer o melhor que podemos dentro de nossa realidade e sabedores de nossos deveres de continuar levando muitas de nossas tarefas. Iremos contar com o aconselhamento de alguns profissionais médicos de infectologia, quando tivermos dúvidas.

A Comissão Interna de Biossegurança do IFSC, passa a dar apoio a esta Diretoria, no que diz respeito a estes procedimentos, e por isto sou muito grato à Profa. Ilana e a todos da Comissão.

Peço sua gentileza de ler com atenção as recomendações e informações para que juntos possamos sempre poder agir nos momentos certos e da forma mais correta possível.

Atenciosamente,

Prof. Vanderlei S. Bagnato



Universidade de São Paulo
Instituto de Física de São Carlos

Diretor: Prof. Dr. Vanderlei S. Bagnato

Vice-diretor: Prof. Dr. Igor Polikarpov

Comissão Interna de Biossegurança

Profa. Dra. Ilana L. B. da C. Camargo (Presidente)

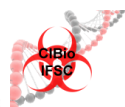
Prof. Dr. Otávio Henrique Thiemann

Renata Krogh Andricopulo

Dermina Isabel de Moraes

Susana Andrea Sculaccio Beozzo

Agosto 2020



Plano de Combate à Transmissão da COVID-19 no IFSC – USP

SARS-CoV-2 e a COVID-19

A COVID-19 é a doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves. Desde o início dos casos, a Organização Mundial de Saúde (OMS) esteve acompanhando a evolução da doença e em 11/03/2020, foi declarado o estado de pandemia de COVID-19. Esse termo é usado para descrever uma situação infecciosa que ameaça muitas pessoas ao redor do mundo simultaneamente. De acordo com a OMS, a maioria dos pacientes com COVID-19 (cerca de 75%-80%) são de casos leves e cerca de 15% a 20% dos casos podem requerer atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória e desses casos, aproximadamente 5% podem necessitar de suporte para o tratamento de insuficiência respiratória (suporte ventilatório). Ainda, para indivíduos com comorbidades (diabetes, doenças cardiovasculares, câncer, etc.), imunossuprimidos ou vulneráveis há risco maior de necessitar de internação e suporte ventilatório em ambiente de UTI, principalmente.

Transmissão do SARS-CoV-2

SARS-CoV-2 é transmitido principalmente por gotículas respiratórias (expelidas durante a fala, tosse ou espirro) de pessoas sintomáticas para outras pessoas que estão em contato próximo (menos de 1 metro), pelo contato direto com a pessoa infectada ou por contato com objetos e superfícies contaminados. Além disso, têm-se acumulado evidências científicas do potencial de transmissão da COVID-19 por inalação do vírus através de partículas de aerossóis (partículas menores e mais leves que as gotículas), especialmente a curtas e médias distâncias.

Período de incubação

O período de incubação da COVID-19, tempo entre a exposição ao vírus e o início dos sintomas, é, em média, de 5 a 6 dias, no entanto, pode ser de 1 a até 14 dias. O reconhecimento precoce e o diagnóstico rápido de infectados e contatantes são essenciais para impedir a transmissão e fornecer cuidados de suporte em tempo hábil. O quadro clínico inicial mais comum da doença é caracterizado como Síndrome Gripal, na qual o paciente pode apresentar febre ou sintomas respiratórios. Entretanto, outras manifestações podem ocorrer, principalmente relacionadas a sintomas



gastrointestinais e a perda do paladar e do olfato. O diagnóstico sintromico depende da investigação clnico-epidemiológica e do exame físico que deve ser feito por um médico.

Sinais e sintomas

Os sinais e sintomas mais comuns da COVID-19 incluem: febre, tosse e falta de ar. No entanto, outros sintomas não específicos ou atípicos podem incluir: cefaleia, calafrios, dor de garganta, diarreia, perda do olfato e paladar, mialgia (dores musculares, dores no corpo) e cansaço ou fadiga.

Além disso, os idosos com COVID-19 podem apresentar um quadro diferente de sinais e sintomas do apresentado pelas populações mais jovens, como por exemplo, não apresentar febre.

Outras manifestações clnicas extrapulmonares podem estar associadas à infecção por SARS-CoV-2 e podem ser mais facilmente detectadas pelo médico. Estas manifestações podem incluir: tromboembolismo, alterações cardíacas (arritmias cardíacas e isquemia miocárdica), alterações renais (hematúria, proteinúria e insuficiência renal), alterações gastrointestinais (diarreia, náuseas, vômitos, dor abdominal, anorexia), alterações neurológicas (cefaleia, tontura, encefalopatia, ageusia, anosmia, acidente vascular encefálico), alterações hepáticas (aumento de transaminases e bilirrubinas), alterações endócrinas (hiperglicemia e cetoacidose diabética) ou alterações dermatológicas (rash eritematoso, urticária, vesículas, petéquias, livedo reticular).

Formas de Transmissão

Basicamente, a pessoa que se contamina com SARS-CoV-2 pode se encaixar em uma das três situações: 1) Indivíduo pré-sintomático (tem o vírus e não tem sintomas, mas depois de alguns dias passa a apresentar sintomas), 2) Indivíduo sintomático (tem o vírus e apresenta os sintomas desde o início da infecção), e 3) Indivíduo assintomático (tem o vírus, mas em momento algum apresenta os sintomas).

1. Transmissão pré-sintomática

Durante o período "pré-sintomático", algumas pessoas infectadas podem transmitir o vírus, portanto, a transmissão pré-sintomática ocorre, em geral, 48 horas antes do início dos sintomas.

Existem evidências de que SARS-CoV-2 pode ser detectado de 1 a 4 dias antes do início dos sintomas da COVID-19 e que, portanto, pode ser transmitido no período pré-sintomático. Assim, é possível



que pessoas infectadas com o SARS-CoV-2 possam transmitir o vírus antes que sintomas significativos se desenvolvam.

É importante reconhecer que a transmissão pré-sintomática também exige que o vírus se espalhe por meio de gotículas infecciosas, aerossóis ou pelo contato com superfícies contaminadas por essas gotículas.

2. Transmissão sintomática

Por definição, um caso sintomático de COVID-19 é aquele que desenvolveu sinais e sintomas compatíveis com a infecção pelo vírus SARS-CoV-2. Dessa forma, a transmissão sintomática refere-se à transmissão de uma pessoa enquanto ela está apresentando sintomas.

O SARS-CoV-2 é transmitido principalmente por pessoas sintomáticas e sua presença é mais alta no trato respiratório superior (nariz e garganta) no início do curso da doença, principalmente a partir do terceiro dia após o início dos sintomas. Porém, resultados de testes de reação em cadeia da polimerase em tempo real (RT-PCR) podem se apresentar positivos para SARS-CoV-2 desde os primeiros sinais e sintomas.

3. Transmissão assintomática

Um caso assintomático caracteriza-se pela confirmação laboratorial do SARS-CoV-2 em um indivíduo que não desenvolve sintomas.

O SARS-CoV-2 também pode ser transmitido por pessoas assintomáticas, assim, a transmissão assintomática refere-se à transmissão do vírus de uma pessoa infectada, mas sem manifestação clínica da COVID-19.

Orientações Para Prevenção E Controle Da Transmissão Do SARS-CoV-2 No IFSC-USP

A volta ao trabalho não significa que voltaremos àquele estilo de vida normal que estamos acostumados e do qual sentimos saudades. Aquele cafezinho ou mesmo o bate papo no corredor durante o intervalo de atividades em que tínhamos menos de 1,5 metro de distância um do outro deve esperar mais um pouco. O distanciamento social ainda se faz necessário dentro e fora do ambiente de trabalho para proteção de todos os colegas e familiares. Felizmente, temos alternativas para nos protegermos com a volta gradativa ao IFSC-USP para realização das atividades de trabalho presenciais. Lembre-se de assistir o vídeo disponível no YouTube “Treinamento para retorno dos



laboratórios de pesquisa na USP pós pandemia COVID-19” e ler o “Plano USP para o retorno gradual das atividades presenciais” disponível no site da USP. Além disso, a CIBio do IFSC-USP preparou este documento resumido para aumentar a atenção de sua população quanto às normas de segurança para a volta segura ao trabalho.

- 1) A COVID-19 ainda não tem um tratamento e nem uma vacina eficaz. No entanto, existe vacina contra outros vírus que podem causar os mesmos sinais e sintomas. Portanto, antes de voltar ao trabalho, vacine-se para evitar outras síndromes gripais que possam ser confundidas com a COVID-19.
- 2) Use máscara SEMPRE, MESMO QUANDO ESTIVER SOZINHO nas dependências do IFSC (ex. sala de alunos, laboratório, sala de professor etc.). A transmissão pode se dar ao tocar em uma superfície contaminada e levar a mão aos olhos, boca e nariz. O uso de máscara constante ajuda a diminuir a contaminação local durante o trabalho no caso de o indivíduo estar pré-sintomático ou assintomático e não souber. Da mesma forma, se você se encontrar com um indivíduo nestas condições e ambos estiverem de máscara, a chance de contaminação diminuirá. Lembre-se de que a máscara deve COBRIR A BOCA E O NARIZ SEMPRE. Outra recomendação é a de trazer pelo menos 3 máscaras para que sejam trocadas com frequência ao longo do dia.
- 3) Todos os laboratórios devem seguir as normas de biossegurança elaboradas pela USP no vídeo já citado e criar uma rotina de descontaminação do ambiente de trabalho (por exemplo de maçanetas, corrimão, cadeiras, mesas, pipetas, teclados e outros objetos que são de uso comum) com álcool líquido 70% independentemente de haver ou não um indivíduo contaminado. O chão poderá ser descontaminado com uma solução de hipoclorito de sódio 0,5%. Além disso, todos devem descontaminar as mãos com álcool em gel 70% ao chegar e ao sair do local de trabalho, bem como lavá-las com água e sabão por diversas vezes ao longo do dia. Use álcool em gel 70% nas mãos também antes e depois de passar pela catraca. Para nossa segurança, a catraca deve permanecer fechada, mas todos nós devemos descontaminar as mãos ao passar por ela.
- 4) Não beba água diretamente nos bebedouros: traga sua própria garrafa e a leve para casa para lavar.
- 5) Limpe o seu local de trabalho (mesa, cadeira, computador, telefone etc.) antes de iniciar as atividades e ao final do expediente com álcool 70% líquido através de um borrifador e um pano descartável.



- 6) Mantenha o ambiente bem ventilado, de preferência com ar condicionado desligado e janelas abertas.
- 7) Evitar tocar boca, nariz, olhos e rosto com as mãos. Use um lenço descartável para higiene nasal. Cubra o nariz e a boca ao espirrar ou tossir e higienize as mãos logo a seguir.
- 8) Com qualquer sintoma de gripe ou aqueles listados acima, o indivíduo não deve comparecer ao trabalho e deve comunicar o supervisor imediatamente para que seja afastado. O indivíduo com sintomas deve procurar uma avaliação médica imediata, pois se necessário, ele será submetido ao teste para detecção do SARS-CoV-2 (ver o item: **Onde fazer o teste RT-PCR em São Carlos?**). Até o resultado do exame, o indivíduo deve se isolar em sua casa e sair apenas se o resultado for negativo ou após cumprir a quarentena determinada pelo médico.
- 9) Se você reside com um indivíduo contaminado, ou seja, uma pessoa cujo resultado de exame para COVID-19 foi confirmado (positivo), avise seu superior imediatamente, apresentando documento comprobatório, e se mantenha afastado de suas atividades presenciais por 14 dias. Lembre-se que nestes casos, o uso de máscaras cirúrgicas pela pessoa contaminada em casa e seu isolamento em um quarto da casa são recomendações para evitar transmissão do vírus para os outros indivíduos ou familiares que moram junto.

O que fazer quando houver casos suspeitos ou confirmados de COVID-19 no IFSC-USP?

- ✓ Em caso de aparecimento de sintomas no local de trabalho, encaminhar-se, urgentemente, para a Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima.
- ✓ Informar ao superior imediato, com urgência, em caso de sintomas e/ou resultados de exames positivos para que se faça o rastreamento das pessoas que mantiveram contato com o indivíduo com suspeita ou com a confirmação da doença.
- ✓ As pessoas com suspeita de COVID-19 e aqueles com diagnóstico confirmado devem se manterem regime de teletrabalho ou afastados por, no mínimo, 14 dias, mesmo quando apresentem condições físicas de saúde que possibilitem o trabalho presencial. O mesmo se aplica para aqueles que **tiveram contato com o indivíduo infectado pelo vírus** (chamados de contatantes) nos últimos 14 dias (ver o item: **Que tipo de contato com o indivíduo infectado pode me colocar em risco?**). Estas pessoas devem ficar atentas aos sinais e sintomas da COVID-19. Em caso de aparecimento dos sintomas, a pessoa deve buscar assistência médica imediata e relatar que, além dos sintomas, houve contato prévio com um indivíduo contaminado. Na possibilidade de ser testado, avisar o supervisor sobre o exame realizado e o resultado



imediatamente (ver o item abaixo: **Qual teste se deve fazer em caso de dúvida de contaminação?**).

- ✓ O ambiente de trabalho da pessoa contaminada deve ser isolado por sete dias ou até que seja descontaminado. No sétimo dia, o IFSC-USP disponibilizará um equipamento “sanitizador de ar” para que o mesmo fique ligado no ambiente antes da reabertura da sala/laboratório para ajudar na descontaminação do ar. Sugere-se uma limpeza geral do ambiente e ar condicionado antes da volta ao trabalho. Caso o responsável pelo laboratório ou setor opte por uma descontaminação antes de sete dias, sugere-se que essa pessoa responsável, ou por ela designada, aparamente-se com equipamentos de proteção individuais (EPIs) (jaleco de manga comprida descartável, pro-pé descartável, touca, luvas, óculos de proteção e máscara N95 ou cirúrgica) e faça a descontaminação do chão, das superfícies e equipamentos. No chão, sugere-se limpar com pano e solução de hipoclorito de sódio a 0,5%. As superfícies de mesas, cadeiras (assento e encosto), teclados, maçanetas, puxadores de armários e gavetas, interruptores de luz, canetas, telefones etc. devem ser descontaminadas com pano descartável (tipo perflex) e álcool 70% líquido. Após a descontaminação de toda a superfície, jogar os panos descartáveis em lixo apropriado. Ao despamantar, retirar o pro-pé ao sair da sala. Em seguida, retirar primeiro a touca, o jaleco, as luvas e, por último, a máscara (sempre segurando pelos elásticos) e jogue-os todos no lixo. Em seguida, lave as mãos com água e sabão, seque com papel toalha descartável e passe álcool em gel 70%.

Que tipo de contato com o indivíduo infectado pode me colocar em risco?

- a) ter contato durante mais de quinze minutos a menos de um metro de distância;
- b) permanecer a menos de um metro de distância durante transporte;
- c) compartilhar o mesmo ambiente domiciliar ou de trabalho.

Qual teste se deve fazer em caso de dúvida de contaminação?

Existem dois tipos de testes e é necessário saber em que momentos que estes testes podem ser úteis.

O teste padrão-ouro para diagnóstico da COVID-19 é o RT-PCR, o qual detecta o RNA do vírus SARS-CoV-2. O melhor momento para sua coleta é entre o 3º e 7º dia a partir do início dos sintomas,



por meio da coleta de *swab* (cotonete) de naso ou orofaringe. Este teste permite que a pessoa saiba se ela tem o vírus no momento da coleta.

Caso a pessoa que não tenha sintomas, mas queira saber se ela tem o vírus porque ela teve contato com uma pessoa contaminada e já testada positivo, neste caso o teste adequado também é o RT-PCR. Porém, a coleta somente pode ser feita após o 5º dia do contato com a pessoa contaminada. Recomenda-se que a pessoa fique em isolamento até sair o resultado ou cumpra a sua quarentena de 14 dias.

Os **testes sorológicos (testes rápidos)** são aqueles que detectam anticorpos produzidos contra o vírus SARS-CoV-2 e o melhor momento para sua coleta é a partir de 10 a 15 dias do início dos sintomas. Estes testes podem ser usados como exame complementar para diagnóstico de infecção prévia ou recente por COVID-19, especialmente quando a infecção viral está em via aérea baixa e o RT-PCR pode ser negativo em secreção de naso ou orofaringe. Mas atenção, testes sorológicos não devem ser utilizados isoladamente para estabelecer presença ou ausência de infecção ou re-infecção por SARS-CoV-2, diagnóstico de COVID-19, bem como para indicar período de infectividade da doença ou sinalizar possibilidade de retirada do isolamento. Testes rápidos servem apenas para mostrar se o indivíduo já teve ou não contato prévio com o vírus e permaneceu assintomático, ou se uma gripe suspeita/sintomas apresentados pelo indivíduo previamente era ou não COVID-19.

Onde fazer o teste RT-PCR em São Carlos?

A Prefeitura de São Carlos está fazendo testes em pessoas que passam em atendimento nos serviços públicos de saúde com Síndrome Gripal (febre, acompanhada de um ou mais sintomas como tosse, dor de garganta, coriza, falta de ar).

Em São Carlos, qualquer sintoma gripal pode ser testado em qualquer uma das cinco UBS: Vila São José, Aracy, Redenção, Santa Felícia ou Vila Isabel. Se os sintomas forem acompanhados de falta de ar, tanto o Hospital Universitário Profº. Dr. Horácio Carlos Panepucci da Universidade Federal de São Carlos - UFSCar quanto a Santa Casa de Misericórdia de São Carlos são os locais indicados para o atendimento.

Na rede particular, para as pessoas que tem o convênio **UNIMED** e que estão com síndrome gripal deverão buscar informações no Hospital UNIMED 24 horas para serem testadas. O laboratório privado **DNA Consult Genética e Biotecnologia** também está habilitado para realizar o teste RT-PCR e o resultado do exame particular sai em geral após 24 horas.



ATENÇÃO! Caso as pessoas que testaram positivo para SARS-CoV-2 ainda mantiverem doença sintomática após a liberação do hospital, estas podem receber atendimento no Hospital Universitário que conta com um Ambulatório de seguimento. Para isso, estas pessoas devem se informar sobre os procedimentos necessários no Centro de Atendimento de Infecções Crônicas (CAIC) (Rua Sete de Setembro, 2277; telefone: 3419-8240).

Referências

- Brasil. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (BR). Notas técnicas sobre o serviço de saúde. **Orientações para prevenção e vigilância epidemiológica das infecções por SARS-Cov-2 (COVID-19) dentro dos serviços de saúde.** Nota técnica GVIMS/GGTES/ANVISA nº 07/2020. Revisada em 05/08/20. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33852/271858/NOTA+T%C3%89CNICA+-GIMS-GGTES-ANVISA+N%C2%BA+07-2020/f487f506-1eba-451f-bccd-06b8f1b0fed6>. Acesso em: 24/08/2020.
- UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. Plano USP para o retorno gradual das atividades presenciais. **Quarto Documento GT para a Elaboração do Plano de Readequação do Ano Acadêmico de 2020 (GT PRAA-2020).** Disponível em: <https://jornal.usp.br/wp-content/uploads/2020/08/PLANO-USP-PARA-O-RETORNO-GRADUAL-DAS-ATIVIDADES-PRESENCIAIS.pdf>. Acesso em: 18/08/2020.
- UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. Pró-Reitoria de Pesquisa. **Treinamento para retorno dos laboratórios de pesquisa na USP pós pandemia COVID-19.** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=OeA-klgu7Ok&feature=youtu.be>. Acesso em: 24/08/2020.
- Brasil. Secretaria Geral da Presidência da República. Imprensa Nacional. Portaria conjunta nº 20, de 18 de junho de 2020. Órgão: Ministério da Economia/Secretaria Especial de Previdência e Trabalho. **Diário Oficial da União:** edição 116, seção 1, p.14, Publicado em: 19/06/2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-conjunta-n-20-de-18-de-junho-de-2020-262408085>. Acesso em: 24/08/2020.

