



## **BOAS PRÁTICAS NA PREVENÇÃO DA COVID-19**

Luiza Madruga Gonçalves, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana

Laura Cavalcante Bolacel, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana

Livia Temp Falcão, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana

Maria Victória Teixeira Schmidt, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana

Leticia Dalla Lana, docente, Universidade Federal do Pampa

e-mail primeiro autor- [luizagoncalves.aluno@unipampa.edu.br](mailto:luizagoncalves.aluno@unipampa.edu.br)

No final do ano de 2019, na cidade de Wuhan, na China, teve origem o surto do novo coronavírus que rapidamente se alastrou mundialmente. Em março de 2020 foi decretado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma pandemia, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2 da família Betacoronavírus, classificada como uma infecção respiratória, que compromete a função alveolar em virtude de uma inflamação grave. Este vírus causa exsudação de líquidos, composto de células e proteínas plasmáticas que leva ao aumento da permeabilidade entre os alvéolos e os capilares que os envolvem, causando uma resposta inflamatória local com a presença de leucócitos e plaquetas. Portanto, a COVID-19 origina uma resposta inflamatória aguda nos alvéolos que dificulta a troca gasosa de oxigênio e gás carbônico, que levam aos sintomas característicos de dispneia e baixa saturação de oxigênio (O<sub>2</sub>) na corrente sanguínea. Dentre os principais sintomas desta doença são: pirexia, dores no corpo, anosmia, ageusia, distúrbios gastrointestinais (náuseas/vômitos/diarreia) e dispneia. A COVID-19 apresenta altas taxas de transmissibilidade que se dão principalmente por meio de fômites, gotículas e por contato direto em superfícies contaminadas. No que se refere sobre boas práticas em saúde, estas são ações adotadas que foram identificadas como as mais corretas em termos de eficácia e eficiência. Portanto, a justificativa do presente trabalho se deve ao fato de que, a COVID-19 é uma doença infectocontagiosa, sem cura definitiva e a adesão de boas práticas de prevenção contra a doença torna-se fundamental para o controle da disseminação do vírus. O objetivo do presente estudo é definir as boas práticas na prevenção da COVID-19 para a população. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, um método que tem como finalidade condensar resultados obtidos em pesquisas sobre um tema ou questão. O presente estudo foi elaborado a partir da pergunta norteadora: “Quais são as boas práticas na prevenção do COVID-19 para a população?”, com o propósito de responder a pergunta, a coleta de dados se deu no mês de setembro de 2021 por duas revisoras, na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Para a busca dos artigos aplicou-se os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) “Infecções por Coronavirus”, “Equipamento de Proteção Individual”, “Enfermagem”, com o operador booleano “AND”. Incluíram-se artigos originais, no idioma português e excluíram-se os artigos os quais não respondem a questão norteadora. A análise deu-se através da leitura do título, resumo e texto completo. Durante a pesquisa foram identificados 21 estudos, onde apenas 3 atenderam os critérios de inclusão. De acordo

com os estudos incluídos, as boas práticas na prevenção da COVID-19 são: isolamento de contaminados, quarentena, distanciamento social, limpeza e desinfecção de superfícies e principalmente a higienização das mãos acrescentando o uso de soluções à base de álcool 70% e o uso e descarte correto de equipamentos de proteção individual (EPI's). Através dos achados nota-se que os estudos trazem a higienização das mãos com água e sabão é um dos principais métodos de prevenção a COVID-19, já que as moléculas do sabão provocam o rompimento da membrana lipídica do vírus, inativando-o. Outra medida é o uso do álcool em gel em concentração de 70% na qual consegue agir na membrana e proteína do vírus de forma efetiva e rápida. Além disso, o uso de máscaras faciais se tornou fundamental na prevenção do coronavírus, já que este pode ser transmitido por gotículas expelidas por pessoas infectadas, se tornando uma medida de proteção tanto para o usuário quanto para as pessoas ao redor. É fundamental que os usuários reconheçam a durabilidade de cada modelo de máscara, primando pelo tempo de uso, higiene e integridade. Ademais, após a utilização da máscara deve-se atentar-se para evitar a recontaminação pelo vírus, realizando o descarte correto da máscara e logo após realizar a higienização das mãos. Conclui-se que a adesão da higienização das mãos com uso de água e sabão e/ou álcool em gel 70% e o uso e descarte correto de EPI's, são as principais medidas de prevenção da doença. Entretanto, é necessário ter conhecimento técnico-científico sobre a maneira correta de manuseio e utilização das boas práticas para prevenção de infecção pelo vírus. Observou-se que tais práticas demandam mudança cultural da população já que estas medidas contribuem para a prevenção da transmissão e diminuição da velocidade de alastramento da doença. Ademais, a adesão destas medidas pode diminuir os efeitos da doença e, conseqüentemente, diminuir a busca por cuidados em saúde. A limitação do estudo inclui a ausência da vacinação contra a COVID-19 como uma boa prática.

**Agradecimentos:** CNPq e UNIPAMPA

**Palavras-chave:** Infecções por coronavírus; Equipamento de proteção individual; Enfermagem.