

Data: 12.09.2020

Título: Nunca o risco foi tão grande como agora

Pub:

Expresso

Tipo: Jornal Nacional Semanal

Secção: Nacional

Pág: 1;20;21



COVID-19

Nunca o risco
foi tão grande
como agora P20

Área: 2191cm² / 56%

Tiragem: 123.400

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 6940375

COVID

INVESTIGAÇÃO

NUNCA O RISCO FOI TÃO GRANDE COMO AGORA

O início das aulas vai colocar as deslocações das famílias num nível inédito desde que há pandemia, dando ao vírus maior liberdade de circulação. A maioria das pessoas terá uma infeção invisível e, por isso, os mais vulneráveis vão estar sob risco máximo, com o SARS-CoV-2 à espreita de um passo em falso. Doentes crónicos e idosos devem ter proteção total

Texto **VERA LÚCIA ARREIGOSO**
Infografias **SOFIA MIGUEL ROSA**





Área: 2191cm² / 56%

Tiragem: 123.400

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 6940375



Quanto menos um vírus mata, mais depressa se propaga. As vítimas sobrevivem e asseguram o contágio de outras. Os dados recentes sobre o aumento das infeções entre uma população mais jovem e saudável (ver texto ao lado) sugerem que é nesta fase que está agora a pandemia e a partir da próxima semana deverá acentuar-se. O regresso à escola, com o aumento das deslocações familiares, vai dar ao vírus milhares de potenciais transmissores e colocar em grande risco os mais frágeis que com eles se cruzem no caminho ou até em casa. De agora em diante, a maior liberdade de uns terá de ser a menor de outros. Doentes crónicos, grávidas ou idosos devem proteger-se ainda mais.

“Nunca o risco foi tão elevado para quem é suscetível à doença. As escolas vão abrir e os pais voltar ao trabalho, com mais movimentos e maior utilização dos transportes públicos, e estes são dois novos fatores de risco”, alerta António Diniz, especialista em pneumologia e consultor da Direção-Geral da Saúde (DGS). “É preciso reunir o máximo de condições de segurança, porque se as crianças e os pais passam pela infeção com alguma tranquilidade, assim não é para quem tem alguma patologia subjacente ou idade avançada, e que tem de



Área: 2191cm² / 56%

Tiragem: 123.400

FOTO: 4 Cores

ID: 6940375

ser resguardado ao máximo”, diz.

O pneumologista, membro do Gabinete de Crise da Ordem dos Médicos para a pandemia, sublinha, ainda assim, que este era um momento inevitável: “É evidente que tínhamos de passar por esta fase, e mesmo com todas as medidas vão surgir mais casos, mas tem de ser controlada, desde logo sem aumento dos internamentos.” Pedro Simas, virologista do Instituto de Medicina Molecular da Universidade de Lisboa, tem a mesma opinião. “O aumento de casos não é relevante porque o risco para quem não é vulnerável é pouco importante e, no fundo, era isto que se queria. O problema é que pais e crianças vão contaminar-se e depois transmitir o vírus aos mais frágeis.” Para o investigador chegámos a um ponto de viragem: “Finalmente, as pessoas estão a perceber que o esforço tem de ser concentrado nos grupos de risco.”

E o perigo para os mais frágeis vai ser maior, mesmo sem saírem de casa. “Olhando para a informação desta semana, temos metade das infeções a surgirem no contexto familiar”, sublinha Ricardo Mexia, presidente da Associação

Nacional de Médicos de Saúde Pública. “Começamos a ter muitos casos na comunidade entre os mais jovens, que vão passar a infeção para os grupos de risco”, alerta o pneumologista Filipe Froes. Igualmente consultor da DGS e na liderança do gabinete de crise da OM, o especialista receia que a atual redução da mortalidade, ditada pela maior expressão de infetados jovens ou saudáveis, seja momentânea. “A covid-19 não está a matar mais, mas vai. A curva da mortalidade é a última a subir e a única que não desce.”

“O comportamento do vírus nesta pandemia é exatamente o mesmo do que noutras. O vírus não pestaneja. A sua função é crescer e reproduzir-se e enquanto deixarem é isso que vai fazer. Os mais frágeis não podem aliviar a proteção, pelo contrário, têm de manter-se resguardados”, alerta o antigo presidente do Colégio de Saúde Pública da Ordem dos Médicos, Pedro Serrano.

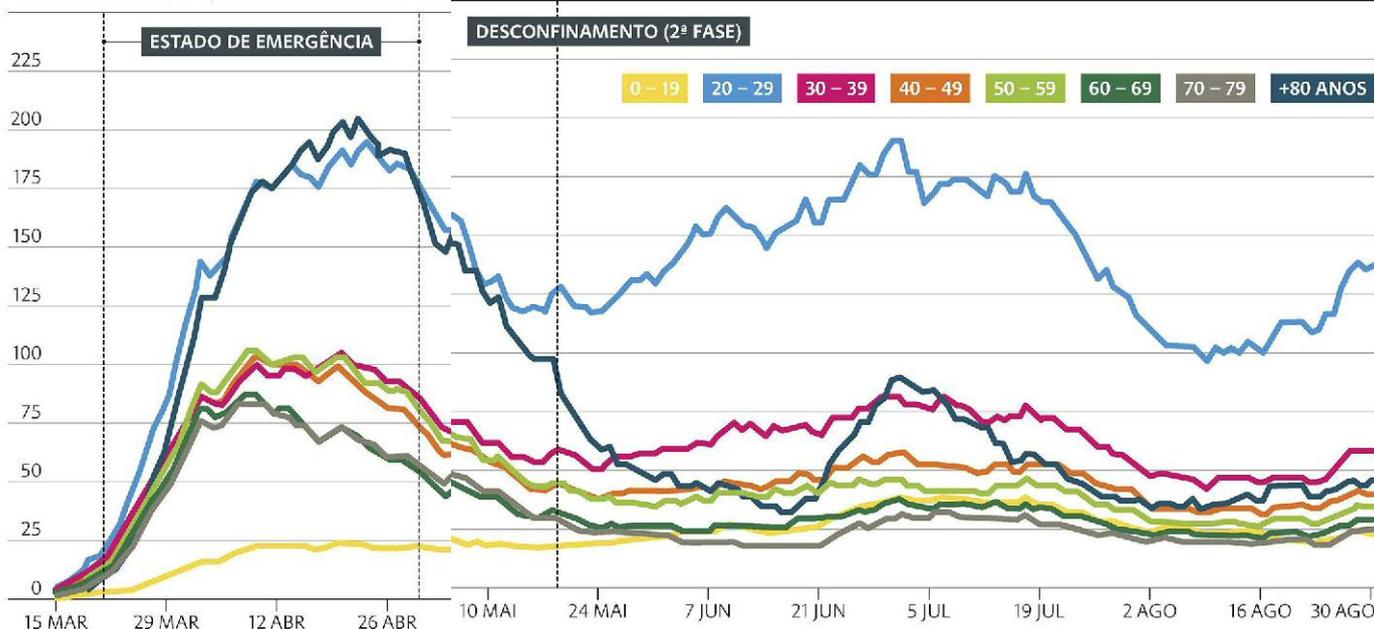
Os especialistas são unânimes em defender que a grande movimentação de pessoas a partir da próxima semana irá impor a todos uma responsabilidade acrescida. “Em termos de impacto na

transmissão do vírus este é o momento de maior incógnita”, alerta Luís Delgado, diretor do Serviço e do Laboratório de Imunologia da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. “Os grupos de risco têm de ficar protegidos porque vai ser preciso avaliar os efeitos desta alteração. Sabemos que a abertura do primeiro ciclo tem um impacto quase nulo na transmissão do vírus mas o mesmo já não acontece nos ciclos seguintes”, afirma a atual presidente do Colégio de Saúde Pública, Maria Manuela Felício.

A especialista recorda o que tem sido dito por vários peritos: “Para que a reabertura das escolas corra bem, temos de manter baixa a transmissão do vírus na comunidade, reduzindo 30% a 50% os contactos com quem não coabitamos.” Maria Felício está apreensiva, pois garante que “continua a ser preciso um esforço para a comunidade ter a noção do risco e perceber, por exemplo, que a máscara serve para proteger os outros e que não são todas iguais”. É por isso que o pneumologista Filipe Froes aconselha os mais vulneráveis a utilizarem máscara cirúrgica, renovada diariamente. “Continuo a receber doentes

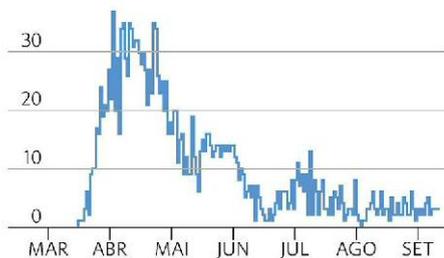
TAXA DE INCIDÊNCIA POR IDADE

Número de novos casos por 100 mil habitantes



MORTES ASSOCIADAS À COVID

Em Portugal



CARACTERIZAÇÃO DOS ÓBITOS

Covid-19 em Portugal

PERÍODO	17 A 30 AGO.	TOTAL
Novos óbitos	43	1822
Sexo Feminino	54%	50%
+80 anos	67%	67%
70 – 79 anos	28%	20%
<70 anos	5%	14%
Lisboa LVT	74%	36%
Norte	26%	47%

LETALIDADE POR GRUPO ETÁRIO

Covid-19 em Portugal

GRUPO ETÁRIO	LETALIDADE
Até 39 anos:	0%
40 – 49	0,2%
50 – 59	0,7%
60 – 69	2,8%
70 – 79	9%
80+	19,1%
TOTAL	3,1%

FONTI: DIREÇÃO GERAL DA SAÚDE



Área: 2191cm² / 56%

FOTO Tiragem: 123.400

Cores: 4 Cores

ID: 6940375



que chegam à consulta com máscaras visivelmente muito utilizadas”, diz.

Os conselhos de segurança para as pessoas de maior risco são os mesmos que têm sido recomendados desde o início da pandemia — como o afastamento físico e a higienização das mãos — mas agora com cautelas extra. Os avós que forem buscar netos à escola devem usar máscara cirúrgica e se a deslocação implicar o uso de automóvel todos a bordo devem estar de máscara, e as boleias a colegas evitadas. O princípio é limitar os contactos, reduzindo-os ao núcleo familiar. Por exemplo, os encontros de família ao fim de semana devem juntar um filho, e respetivo agregado, de cada vez, e todos com uma separação mínima à mesa.

Membro da equipa do Hospital de São João, no Porto, que tratou os primeiros doentes com covid-19 em Portugal, a infecciologista Margarida Tavares apela ao cumprimento rigoroso de uma medida que defende como essencial. “Quem estiver doente não pode colocar os outros em risco.”

Os consultores da DGS Filipe Froes e António Diniz entendem que teria sido prudente iniciar as aulas faseadamente, por ciclos de ensino, para avaliar o impacto da abertura de cada um. Além disso, sabendo-se que a grande maioria das crianças e jovens terá infeções assintomáticas, reforçam a necessidade de testar todos os contactos de risco, disponibilizando testes rápidos nas escolas.

“Não parece haver um padrão que diferencie a abertura faseada de escolas da

abertura em simultâneo, e em Portugal também houve graus de ensino que já reiniciaram num momento anterior, em maio”, contrapõe a DGS. Sobre os testes rápidos, “neste momento, é importante analisar o perfil de especificidade e sensibilidade do teste para evitar falsos positivos ou negativos”. A DGS garante que está a ser feito um reforço das equipas e das linhas de apoio a nível local para “acorrer de forma mais eficiente”.

varreigoso@expresso.impresa.pt

CONSELHOS PARA A VIDA DAS PESSOAS

LEVAR E BUSCAR À ESCOLA

A precaução no transporte das crianças e jovens para as aulas e atividades lúdicas é pedida sobretudo aos avós, grávidas ou pessoas com doenças crónicas. Nestes casos, além da limpeza das mãos, deve ser utilizada máscara cirúrgica, extensível às crianças e adolescentes quando a deslocação é feita de carro. A boleia a colegas da escola só é aceite em situações excecionais

REFEIÇÕES FAMILIARES

Os almoços e jantares devem limitar-se ao núcleo familiar mais restrito. No caso de haver vários filhos adultos, os encontros com cada um, e respetivas famílias, devem ser marcados à vez, para não juntar diferentes agregados. À mesa, a distância é para manter, especialmente entre os mais novos

e os avós ou outros adultos de risco

CONTACTOS

O distanciamento físico é indispensável e o contacto restrito ao núcleo familiar. Em caso de sintomas de doença, o afastamento é mandatório. Os aglomerados são para evitar, sobretudo entre os adolescentes

FESTAS DE ANIVERSÁRIO

Numa perspetiva apenas epidemiológica, defende Manuel Carmo Gomes, “as festas devem ser evitadas”. Se forem feitas, devem ser no exterior ou com toda a gente de máscara. São “desaconselhadas” para pessoas de grupos de risco

REUNIÃO DE CONDOMÍNIO

Devem ser evitadas salas fechadas com muitas pessoas. Deve-se optar por terraços ou espaços abertos

IR AO CINEMA

Deverá implicar saber quais as condições que o espaço tem, por exemplo, saber se é o mesmo ar que recircula ou se há sistema de ventilação que substitui o ar

TELETRABALHO

Sempre que possível, deve ser mantido. “Significa menos gente nos escritórios, menos pessoas nos transportes e menor risco por haver menor circulação na sociedade”, aponta Carmo Gomes **V.L.A. e R.A.**