

Dietas com alho e chá de erva-doce, antibióticos, uso de máscaras e desinfetantes podem ajudar a combater o coronavírus? Especialista da BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo responde o que se sabe até agora sobre a doença

O novo coronavírus foi detectado em 23 países e até aqui são mais de 40.235 casos confirmados de pessoas infectadas. Paralelamente à preocupação com a disseminação global do vírus há uma apreensão quanto a esclarecer o que é verdade ou mito sobre a doença.

Os comentários e dúvidas estão nas redes sociais, nos grupos de mensagens de WhatsApp, e-mails e nas discussões do dia a dia. “Ainda não temos todas as respostas e desde que os primeiros casos foram relatados as autoridades mundiais buscam aprender mais sobre o vírus”, explica João Prats, infectologista da BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo. E ele responde o que é falso e o que realmente é verdade sobre o coronavírus.

O coronavírus é um vírus novo?

Embora a cepa de vírus nCoV-2019 seja considerada nova, ela vem de uma família de coronavírus identificada pela primeira vez na década de 1960. Seu nome vem das projeções em forma de coroa em sua superfície e é derivado de coroa, o termo latino usado para coroa.

Ouvi dizer que foi por causa da sopa de morcegos que as pessoas foram infectadas, é verdade?

Os morcegos têm sido implicados na disseminação de vários vírus mortais entre humanos, incluindo Ebola, raiva, Sars e Mers. Mas até aqui não se sabe se eles têm alguma relação com esse novo coronavírus. Além disso, a sopa não infectaria ninguém porque a fervura mata o vírus. Potencialmente perigosa seria a manipulação das carcaças e contato com o sangue do animal.

Há relação entre tomar chá de erva-doce várias vezes ao dia e impedir a doença?

Não há comprovação científica nessa recomendação, inclusive a erva-doce não tem relação alguma com o medicamento indicado para tratar e prevenir gripe como tem sido divulgado em algumas mensagens que circulam pela internet.

O uso de máscaras impede o contágio?

Não. O uso de máscaras é uma medida errada para prevenção de infecções de modo geral porque basta a pessoa coçar o nariz ou tocar os olhos para estar exposta. As máscaras teriam de ser completamente vedadas como aquelas usadas em ambientes hospitalares para tratar casos de tuberculose, por exemplo, além de proteger o nariz e os olhos. Porém, esse tipo de equipamento não é recomendado para uso extra-hospitalar. Higienização das mãos é bem mais interessante nesse sentido.

Álcool gel mata o vírus?

Sim, o álcool funciona porque tem um efeito imediato sobre a camada de gordura que recobre o vírus. Entretanto, não é um efeito duradouro e, por isso, é recomendado que as pessoas lavem as mãos e usem o álcool gel muitas vezes ao longo do dia.

Vitamina C reforça a imunidade?

Não, a vitamina C nunca teve eficácia demonstrada em estudos de prevenção de infecções e, inclusive, ela em excesso deixa a urina ácida, o que pode precipitar a formação de cálculos renais em pessoas predispostas.

Lavar as mãos muitas vezes ao dia impede a infecção?

Lavar as mãos sempre ajuda muito e é a melhor coisa a se fazer pela saúde, mas apenas lavar as mãos não impede uma transmissão de vírus.

O Carnaval seria uma oportunidade para disseminação do vírus?

Sim. Nesse ambiente encontramos algumas condições ideais para que o vírus se espalhe: há aglomeração de pessoas com contato próximo e condições de higiene menos adequadas.

Todo contato físico é um risco?

Para uma pessoa doente contaminar outra é preciso mais do que um abraço, por exemplo. Esse vírus não se propaga tão facilmente como o vírus do sarampo. Se alguém espirra, as partículas do coronavírus são pesadas e não ficam por muito tempo suspensas no ar. Isso o torna menos contagioso, ainda que o contato com as secreções em superfícies e nas mãos, por exemplo, sejam importantes para a disseminação do vírus.

Há alimentos que impedem que o organismo seja afetado ou reforçam a imunidade?

Nenhum alimento tem esse poder de impedir que alguém seja afetado ou reforce a imunidade a ponto de combater um vírus. O que sempre recomendamos é que as pessoas tenham uma alimentação balanceada e sigam hábitos saudáveis, que são bons para a saúde de forma geral.

Meus amigos disseram que um medicamento específico, indicado para tratar e prevenir gripe, pode ajudar. É verdade?

Há estudos que estão sendo feitos para verificar a eficácia de se usar o oseltamivir em combinação com o lopinavir + ritonavir (associação de medicamentos usada para combater o HIV), mas por enquanto não há evidência de que isso irá funcionar para combater o novo coronavírus.

Se eu tomei as vacinas contra gripe estou protegido?

Tomar as vacinas é muito importante, mas são vírus diferentes e, por isso, a vacina para a gripe não protege contra o coronavírus.

Há algum risco de que animais de estimação espalhem o vírus?

Não, de forma alguma. Mesmo na China, onde o vírus está circulando, não se sabe de casos de que animais domésticos tenham sido responsáveis pela transmissão do vírus, mas sempre é bom lavar as mãos após ter contato com cães, gatos e bichos de estimação para se proteger de outros microorganismos que podem ser transmitidas por meio desse contato.

Existem doenças que tornam pessoas mais vulneráveis ao vírus?

Sim, há pessoas que têm maior risco de ficar doentes, dentre elas os idosos, os imunossuprimidos e quem sofre de doenças crônicas, como pessoas com câncer, doenças cardíacas e pulmonares graves, pessoas vivendo com HIV, quem faz diálise e transplantados.

Existe risco em receber correspondência ou um pacote vindo da China?

Não há risco. É seguro. As pessoas não seriam infectadas por cartas ou pacotes vindos da China porque o vírus não sobrevive muito tempo fora de um organismo vivo.

Usar soro fisiológico várias vezes para limpar as narinas podem evitar a infecção?

Não. O soro é usado para umidificar as narinas e trazer alívio para os sintomas como coriza ou

obstrução nasal, por exemplo, mas a fórmula não traz nenhum tipo de componente que tenha atividade contra o vírus.

Comer alho pode ajudar a prevenir a infecção pelo novo coronavírus?

Nenhum alimento isoladamente demonstrou eficácia clínica na prevenção de infecções por vírus, tampouco como potencializador da imunidade. Com o alho não é diferente.

Desinfetantes vendidos em supermercados podem ajudar a limpar o ambiente e evitar esse vírus?

Sim, os desinfetantes, principalmente aqueles à base de cloro, ajudam a manter o ambiente limpo e podem acabar com o vírus. O coronavírus é envolto por uma cápsula de gordura que o protege e, por isso, detergentes e desinfetantes funcionam para eliminá-lo.

Tomar antibióticos pode ajudar o organismo a combater o vírus?

Antibióticos não têm efeito algum contra vírus e se não há nenhuma doença ele poderá matar as bactérias benéficas da flora intestinal, podendo deixar a pessoa vulnerável a outras doenças. Antibióticos devem ser usados criteriosamente para combater infecções causadas por bactérias e aqui estamos falando de um vírus.

Sobre a BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo

A Beneficência Portuguesa de São Paulo agora é BP, um polo de saúde moderno e atualizado que valoriza a vida de todos e de cada um. Composto por 4 hospitais com foco em alta complexidade e que atendem diferentes perfis de clientes e outros 3 serviços que contemplam medicina diagnóstica, atendimento ambulatorial e educação e pesquisa, a BP compreende mais de 220 mil m² construídos, 7.500 colaboradores e 4.500 médicos distribuídos em 8 edifícios e cerca de 50 clínicas nos bairros da Bela Vista, onde são concentrados os serviços privados, e da Penha, onde são oferecidos os serviços para clientes regulados pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

O polo de saúde é composto pelo Hospital BP, referência em casos de alta complexidade, pronto-socorro geral e corpo clínico especializado para clientes de planos de saúde e particulares; pelo BP Mirante, hospital que oferece um corpo clínico renomado, pronto atendimento privativo, hotelaria personalizada e cuidado intimista para clientes particulares e de planos de saúde premium; pelo BP Essencial, hospital que tem foco na qualidade assistencial e oferece acomodações compartilhadas para clientes de planos de saúde básicos e particulares; pelo BP Hospital Filantrópico, que oferece cuidado humanizado e eficaz para clientes regulados pelo Sistema Único de Saúde (SUS); pela BP Medicina Diagnóstica, um completo e atualizado centro de diagnósticos e de terapias, que oferece exames laboratoriais, de imagem, métodos gráficos e de todas as outras especialidades diagnósticas; pelo BP Vital, um conjunto de iniciativas da BP com foco em promoção de saúde por meio do cuidado integral, num um olhar atento e acolhedor da instituição para fora dos seus muros, contribuindo para a melhoria das condições de saúde da população como um todo; e pela BP Educação e Pesquisa, tradicional formadora de profissionais de saúde que capacita profissionais por meio de cursos técnicos e de pós-graduação, residência médica, eventos científicos e é responsável por gerenciar mais de 100 estudos e pesquisas na área da saúde com o intuito de contribuir para a evolução da Medicina no País.

Fonte: ANAHP, em 14.02.2020