

Os esforços para conter a expansão do novo coronavírus continuam, e a manutenção das medidas preventivas é fundamental. Usar máscara de proteção, manter os cuidados básicos de higiene e evitar aglomerações, mesmo com a flexibilização do isolamento, são medidas imprescindíveis enquanto perdurar a pandemia. Por isso, a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) reforça junto à população as principais orientações para evitar a contaminação e lembra que o combate à Covid-19 é um compromisso com a saúde individual e coletiva.

Confira abaixo as recomendações:

USO DA MÁSCARA

O uso da máscara continua sendo instrumento fundamental para o controle da pandemia e as dicas mais importantes de uso são as seguintes:

A máscara é individual e não deve ser compartilhada com ninguém.

As máscaras devem ser trocadas sempre que estiverem úmidas ou com sujeira aparente. Não se deve ficar mais do que três horas com a mesma máscara.

Como serve de barreira física ao vírus, o ideal é que tenha pelo menos duas camadas de pano.

Use sempre que precisar sair de casa e lembre de levar uma reserva e uma sacola para guardar a máscara usada quando precisar trocar.

Deve cobrir o nariz e a boca e ser usada de forma permanente no rosto, ou seja, não deve ser manipulada para o queixo ou pendurada em uma das orelhas, por exemplo.

HIGIENE E AGLOMERAÇÃO

Medidas básicas na rotina diária, como lavar as mãos e evitar aglomerações, são fundamentais para a redução do contágio. Sem a adoção dessas recomendações, o número de casos pode se proliferar com muita rapidez. No caso específico da higienização, é recomendado o uso do álcool a 70% como desinfetante e antissépticos para as mãos.

CUIDADOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

No ambiente de trabalho é importante estar atento à higiene. O recomendado é que as empresas e organizações disponibilizem recursos para a higienização das mãos nos locais de trabalho, incluindo água, sabonete líquido, toalha de papel descartável e lixeira, com abertura que não demande contato manual, ou sanitizante adequado para as mãos, como álcool a 70%.

Quanto ao distanciamento, a recomendação é manter o espaço mínimo de um metro entre os trabalhadores e o público. Os funcionários devem usar a máscara cirúrgica ou de tecido e adotar divisórias impermeáveis ou fornecer proteção facial do tipo viseira plástica ou óculos de proteção.

Nas refeições, a orientação é para que os trabalhadores sejam distribuídos em horários diferentes para o uso do refeitório e seja mantido o espaço mínimo de um metro entre as pessoas nas filas e mesas. No caso dos banheiros, deve-se evitar a aglomeração.

Mais informações no portal do Ministério da Saúde.

CUIDADOS COMPLEMENTARES

- O álcool 70% é um importante aliado de higienização na luta contra a Covid-19. Mas é importante estar atento ao seu uso para evitar queimaduras. Fique distante do fogo!

- Ao usar a máscara, passe protetor solar para evitar marcas de queimaduras de sol indesejáveis no rosto.
- O ideal é que cada pessoa tenha pelo menos duas opções de máscaras de pano, em caso rompimento do elástico ou de umidade excessiva na mesma.
- Tenha cuidado com o descarte das máscaras descartáveis. Vede a máscara com uma sacola e jogue diretamente na lixeira.
- Em caso de suspeita de contágio de Covid-19, consulte primeiramente a operadora do seu plano de saúde, através dos canais de atendimento, para obter orientações de atendimento.

COBERTURA DOS PLANOS DE SAÚDE

A cobertura do tratamento aos pacientes diagnosticados com a Covid-19 é assegurada aos beneficiários de planos de saúde de acordo com a segmentação do plano (ambulatorial, hospitalar ou referência). Os usuários também têm garantida a cobertura dos testes para detecção da doença que constam no Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde, de acordo com as diretrizes de utilização específicas. São eles:

Pesquisa por RT - PCR: É indicado para identificar o vírus e confirmar a Covid-19 e é feito através da coleta de amostras da mucosa da nasofaringe (nariz) e orofaringe (garganta). O teste é coberto para os beneficiários de planos com segmentação ambulatorial, hospitalar ou referência, e é feito nos casos em que há indicação médica, de acordo com o protocolo e as diretrizes definidas pelo Ministério da Saúde.

Pesquisa de anticorpos IgG ou anticorpos totais: São os testes sorológicos, que objetivam detectar a presença de anticorpos produzidos pelo organismo após exposição ao vírus, e podem ser realizados por meio das técnicas de imunofluorescência, imunocromatografia, enzaimunoensaio e quimioluminescência. O procedimento deve ser solicitado pelo médico assistente, desde que o caso se enquadre em um dos seguintes critérios:

- Pacientes com Síndrome Gripal ou Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) a partir do oitavo dia do início dos sintomas;
- Crianças ou adolescentes com quadro suspeito de Síndrome Multissistêmica Inflamatória pós-infecção pela Covid-19;
- E em nenhum dos seguintes critérios:
- Exame RT-PCR prévio positivo para Covid-19;
- Pacientes que já tenham realizado o teste sorológico, com resultado positivo;
- Pacientes que tenham realizado o teste sorológico, com resultado negativo, há menos de uma semana;

Testes rápidos;

Pacientes cuja prescrição tem finalidade de rastreamento (screening), retorno ao trabalho, pré-operatório, controle de cura ou contato próximo/domiciliar com caso confirmado; e verificação de imunidade pós-vacinal.

Além desses testes, estão incluídos no Rol de Procedimentos seis outros exames que auxiliam no diagnóstico e tratamento da Covid-19: Dímero D (dosagem); Procalcitonina (dosagem); Pesquisa rápida para Influenza A e B; PCR em tempo real para os vírus Influenza A e B; Pesquisa rápida para Vírus Sincicial Respiratório; e PCR em tempo real para Vírus Sincicial Respiratório.

Caso tenha alguma dúvida, seja em relação aos procedimentos a que tem direito ou sobre o atendimento em caso de suspeita de Covid-19, a ANS orienta o usuário a procurar primeiramente a operadora do seu plano de saúde. A Agência também disponibiliza os seguintes canais de atendimento para prestar informações ou para o registro de reclamações:

- Disque ANS 0800 701-9656
- Fale Conosco (formulário eletrônico) no portal www.ans.gov.br

- Central de atendimento para deficientes auditivos: 0800 021 2105



#TchauCovid

Cuidados com máscaras de pano:

- A máscara é individual
- Tenha pelo menos duas
- Procure sempre ter uma de reserva na bolsa
- Lave-as diariamente. Deixe por 20 minutos de molho.
- O manuseio dela deve ser feito sempre pelos elásticos ou atilhos

ANS
ans.gov.br
0800 701 9656

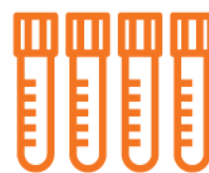
HIGIENE E DISTANCIAMENTO!

#TchauCovid



ans.gov.br
0800 701 9656

COVID-19: DIREITOS DOS BENEFICIÁRIOS DE PLANO DE SAÚDE



#TchauCovid



ans.gov.br
0800 701 9656

Fonte: ANS, em 30.11.2020.