

Doença respiratória crónica e COVID-19

19 de março de 2020 - Face às preocupações e dúvidas que os doentes respiratórios têm manifestado em relação à COVID-19, perante o cenário atual de rápida disseminação da doença, e sendo este grupo de doentes considerados de risco, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia reforça algumas recomendações que devem ser seguidas por estes:

- Lavar as mãos com água e sabão durante 20 segundos, várias vezes por dia, nomeadamente, sempre que se sai do trabalho e chega a casa;
- Se não puder lavar as mãos, usar solução alcoólica (pelo menos 60% álcool) para fazer higiene das mesmas;
- Evitar tocar na face para que o vírus não passe das mãos para a boca ou nariz;
- Cobrir a boca e nariz com um lenço descartável sempre que se tosse ou espirra e encorajar as pessoas à volta a fazer o mesmo;
- Tossir para a prega do cotovelo;
- Fazer higiene das mãos após espirrar ou tossir;
- Distanciamento social 1 a 2 metros, evitando aperto de mão, abraços e beijos;
- Tocar o mínimo possível com as mãos em espaços públicos;
- Evitar aglomerações de pessoas, nomeadamente nas horas de ponta e de maior afluência de supermercados;
- Trabalhar a partir de casa, se possível;
- Ter armazenado medicação crónica, nomeadamente inaladores de manutenção – os que faz diariamente e os de SOS;
- Combinar com empresa de cuidados respiratórios para ter óculos nasais, máscaras de ventilação não invasiva, filtros suplentes e abastecimento de oxigenoterapia;
- Seguir as orientações da Direção Geral de saúde www.dgs.pt relativamente à necessidade de isolamento domiciliário consoante a fase da pandemia e que são atualizadas diariamente.

Nos casos em que se reúnem os sintomas do novo coronavírus – tosse seca, febre, dificuldade respiratória, dores no corpo, mal-estar e cefaleias – e se, a isto, se associar o facto de ter regressado de uma área afetada ou ter tido contacto próximo com um doente infetado deve ligar para a linha SNS24 (808 24 24 24).

Com o intuito de esclarecer a população sobre esta doença, prestando informação rigorosa, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia promoveu o *webinar* “COVID-19 - Onde estamos, para onde vamos?”, que contou com a participação de Filipe Froes, coordenador da Comissão de Trabalho de Infeciologia Respiratória da SPP e do António Morais, presidente da SPP. Pode assistir [aqui](#) para obter mais informação sobre esta doença.