

Informações para familiares/amigos de pessoas internadas no hospital com COVID-19

A COVID-19 pode manifestar-se com sintomatologia que vai de ligeira a grave.

O/a seu familiar/amigo/a foi internado/a no hospital com COVID-19 para que possamos monitorizar a respiração dele/a. Pode ser necessário apoiar a respiração com oxigénio e, em algumas situações, com um ventilador (respiração artificial). Também iremos ajudar com quaisquer outros sintomas que surjam.

Este folheto explica quais os tratamentos que poderão ser feitos e o apoio que estará disponível para ele/a e para si.

Que tratamentos irão receber?

A par das medidas ativas para tratar a doença, é importante reduzir o sofrimento que possa ser experienciado. Isso é feito através do tratamento de sintomas:

- A *falta de ar* pode ser melhorada mantendo-se o mais calmo/a e relaxado/a possível, mas se a falta de ar piorar, é utilizada medicação para ajudar. A morfina é o medicamento de uso mais comum. Apesar de usualmente utilizada para controlo da dor, a morfina pode ser utilizada de modo seguro para aliviar a sensação de falta de ar.
- A *tosse* também pode ser aliviada recorrendo a morfina, sempre sob indicação e supervisão médica.
- A *ansiedade* pode ser um sintoma comum; os medicamentos utilizados para ajudar no controlo deste sintoma incluem o lorazepam, alprazolam e midazolam, sempre sob indicação e supervisão médica.
- A *agitação* pode ocorrer se existir febre, e esta pode ser controlada com paracetamol.

Todos os medicamentos serão administrados regularmente e sempre que necessário. Podem ser administrados através de uma injeção, quer numa veia ou sob a pele, se necessário.

Nos casos mais graves, a COVID-19 pode afetar seriamente os pulmões, impedindo-os de funcionar normalmente. Um ventilador pode ser usado para movimentar o ar para dentro e para fora dos pulmões, ajudando na respiração. O ventilador pode ser usado durante vários dias até que os pulmões sejam capazes de voltar a funcionar corretamente.

Tomar decisões

As equipas médicas podem ter necessidade de rapidamente tomar decisões difíceis acerca dos cuidados que estão a ser prestados ao seu familiar/amigo/a. Por exemplo, quando iniciar ventilação ou reanimar se o coração parar de bater. Por favor, informe a equipa médica se já tinha falado sobre isso com o seu familiar/amigo/a e o que é que ele/a lhe transmitiu. Se estiver inseguro, então converse sobre isso com um dos profissionais da equipa médica. Muitas das conversas com os médicos e enfermeiros terão que ser realizadas por telefone e nós reconhecemos que isso possa ser difícil. Certifique-se, por favor, que os profissionais têm o seu contacto correto e transmita-lhes se deseja ser mantido informado.

Como posso comunicar com o/a meu/minha familiar/amigo/a?

Há regras rigorosas de isolamento, tanto fora como dentro do hospital, o que significa que as visitas não serão autorizadas. Se for ao hospital, terá que usar equipamento de proteção individual (também conhecido como EPI – máscaras faciais, etc.). Sempre que possível, os profissionais de saúde poderão ajudar-vos a comunicar por telefone ou videochamada.

Posso ter apoio adicional?

Compreendemos que este é um momento difícil e pode querer falar sobre como se sente ou o que o/a preocupa. Por favor, peça a algum elemento da equipa médica ou de enfermagem para contactar qualquer um dos seguintes serviços de apoio, que estão disponíveis para si:

Lista dos serviços locais de apoio no hospital:

Este folheto informativo foi desenvolvido pela Dra. Sabrina Bajwah (Instituto Cicely Saunders do King's College London) com amplos contributos de co-autores e grupos de doentes e cuidadores, como material suplementar de um editorial publicado no *European Respiratory Journal* "*Managing the supportive care needs of those affected with COVID-19*".

O folheto foi traduzido e adaptado à realidade Portuguesa por profissionais das Equipas de Apoio Psicossocial (EAPS) do Programa Humaniza - Apoio Integral a Pessoas com Doenças Avançadas da Fundação "la Caixa" (Alexandra Coelho, Catarina Gaspar, Daniela Cardoso, Guida Ascensão, Hugo Lucas, Joana Casimiro, Maria Luísa Bexiga, Mariana Duarte Silva e Pedro Frade), com coordenação pela Direção Científica do Programa (Bárbara Gomes).

Cite-se o editorial original da seguinte forma: Bajwah S, Wilcock A, Towers R, Costantini M, Bausewein C, Simon ST, Bendstrup E, Prentice W, Johnson MJ, Currow DC, Kreuter M, Wells AU, Birring SS, Edmonds P, Higginson IJ (2020). Managing the supportive care needs of those affected by COVID-19. *Eur Respir J* In Press.

Produzido em Abril 2020