

# Recomendações sobre COVID-19

A pandemia de COVID-19 constitui um desafio sem precedentes à capacidade de resposta dos sistemas de saúde a nível mundial. Neste momento, mais do que nunca, é fundamental a **utilização adequada destes recursos limitados**.

Neste sentido, foi desenvolvida esta lista de recomendações para realçar a necessidade de os recursos de saúde limitados serem utilizados criteriosamente.

## Como foi criada esta lista?

Uma lista de potenciais recomendações foi reunida com base nos esforços atuais de resposta ao COVID-19.

As recomendações foram desenvolvidas por membros do Choosing Wisely Canada, com a participação de médicos representando diferentes especialidades e líderes da comunidade internacional Choosing Wisely. A lista completa de recomendações foi posteriormente enviada aos líderes de 293 organizações médicas envolvidas no programa Choosing Wisely a nível mundial. A taxa de resposta em 4 dias foi de 55% e todas as recomendações apresentaram concordância (4 ou 5 na escala Likert de 5 pontos) de 83% a 98%.

Esta lista será atualizada frequentemente à medida que surgir nova evidência relativamente à pandemia de COVID-19. A informação apresentada neste documento tem um propósito informativo e não substitui uma consulta com um médico.



## O que é o programa Choosing Wisely?

O Choosing Wisely® foi lançado pelo American Board of Internal Medicine nos Estados Unidos em 2012. Neste momento, é um movimento global que inclui campanhas locais em mais de 20 países nos cinco continentes. Em cada país são estabelecidas parcerias com sociedades científicas locais de modo a serem desenvolvidas listas de recomendações baseadas em evidência.

Em Portugal o programa foi implementado pela Ordem dos Médicos.

# Recomendações para profissionais de saúde

## Escolha não oferecer serviços presenciais não essenciais aos doentes, se houver uma alternativa virtual, como consultas por telefone ou online

Adie os cuidados não essenciais e os exames laboratoriais, quando possível. O atendimento virtual, em geral, permite responder à maior parte das necessidades dos doentes e com maior segurança.

Além disso, **atrasar os cuidados ou os exames laboratoriais não essenciais pode aumentar a capacidade de resposta para pessoas mais gravemente doentes.**

No entanto, é crucial manter a continuidade dos cuidados a pessoas com doenças crónicas.

Consulte mais informações em

*Prem K, Liu Y, Russell T, et al. Lancet Public Health 2020. The Effect of Control Strategies to Reduce Social Mixing on Outcomes of the COVID-19 Epidemic in Wuhan, China: A Modelling Study*  
*World Health Organization: Operational Guidance for Maintaining Essential Health Services During an Outbreak*

## Escolha não encaminhar pessoas frágeis institucionalizadas para o hospital, excepto se necessitarem de cuidados médicos urgentes e de conforto que não possam ser assegurados no local

**Idas ao hospital podem aumentar o risco destes doentes contraírem COVID-19.**

Adicionalmente, correm o risco de infecções adquiridas no hospital, efeitos adversos da medicação, privação de sono e rápida perda de força muscular enquanto permanecerem acamados.

O risco é frequentemente maior do que o benefício. Se a transferência for inevitável, forneça instruções claras sobre as directivas antecipadas de vontade do doente.

Consulte mais informações em

*Shepperd S, Iliffe S, Doll H, et al. Cochrane Systematic Review. Admission Avoidance Hospital at Home*  
*World Health Organization: Infection Prevention and Control guidance for Long-Term Care Facilities in the Context of COVID-19*

# Recomendações para profissionais de saúde

## Escolha não realizar transfusões de hemoderivados baseando-se exclusivamente num valor arbitrário de hemoglobina

Administre uma unidade de concentrado eritrocitário (UCE) de cada vez, reavaliando a necessidade adicional. Muitas recomendações do programa Choosing Wisely alertam para a **sobreutilização de transfusões sanguíneas**. Em doentes sem perdas hemáticas activas, a transfusão de apenas 1 UCE é apropriada em doentes com hemoglobina inferior a 7 a 8 g/dl. A preservação das reservas de sangue durante a pandemia de COVID 19 é crucial.

Consulte mais informações em

*Choosing Wisely Canada: Why Give Two When One Will Do Transfusion Toolkit*

*Pagano M, Hess J, Tsang H, et al. Transfusion. Prepare to Adapt: Blood Supply and Transfusion Support During the First 2 Weeks of the 2019 Novel Coronavirus (COVID-19) Pandemic Affecting Washington State. PMID: 32198754*

## Escolha não entubar doentes idosos com comorbidades significativas sem discutir a decisão previamente com a família, relativamente a directivas antecipadas da vontade, se for possível

Em contexto de pandemia COVID-19, estas decisões têm carácter urgente, e devem preferencialmente incluir discussões prévias. Doentes idosos com comorbidades significativas que necessitem de entubação por qualquer motivo médico, incluindo COVID-19, têm uma probabilidade baixa de sobrevivência ou podem sobreviver com má qualidade de vida. **Discussões atempadas envolvendo os doentes e respetivas famílias ajudam a prevenir decisões precipitadas** ou que não são reflexo dos desejos do doente.

Consulte mais informações em

*Canadian Frailty Network: End-of-Life Care (EOL)/Advance Care Planning (ACP)*

## Escolha não prescrever terapêuticas sem evidência científica de eficácia para COVID-19, fora do contexto de um ensaio clínico

Não existe nenhum consenso formal entre grupos de clínicos em relação ao tratamento da COVID-19, e está a ser produzida nova evidência. Tratar doentes com terapêuticas experimentais fora do contexto de ensaios clínicos limita a nossa capacidade colectiva de avaliar cientificamente a eficácia do tratamento e coloca os doentes em risco de eventos adversos. Medidas de uso compassivo monitorizadas podem ser aceitáveis nalguns contextos.

Consulte mais informações em

*Kalil A. JAMA. Treating COVID-19—Off-Label Drug Use, Compassionate Use, and Randomized Clinical Trials During Pandemics*  
*Cunningham A, Goh H, Koh D. Critical Care. Treatment of COVID-19: Old Tricks for New Challenges. PMID: 32178711*