



Coronavirus: Wellbeing and the workforce

31 March 2020

Coronavírus: Bem-estar e a força de trabalho - Lições do terceiro Webinar ISUOG

Monica Cruz Lemini, Birgitte Kahrs, Daniel Rolnik

Coronavírus: bem-estar e a força de trabalho – principais lições

Por que testar a equipe é essencial? Evitar que sua unidade vire uma incubadora – S. Vasoo (Singapura)

- **Disseminação do vírus parece ser maior nas primeiras semanas de doença. Vírus encontrado em superfícies nos quartos de pacientes infectados.**
- **Profissionais devem ser preservados e testados; maioria adquire o vírus na comunidade.**
- **Equipe: medida de temperatura duas vezes ao dia, limitar encontros (principalmente durante intervalo para almoço em que as pessoas “baixam a guarda”). EPI completo (N95/FFP2, proteção ocular, avental, luvas) em casos suspeitos ou confirmados; máscara cirúrgica em todos os outros.**

Manutenção do bem-estar da equipe durante a pandemia: saúde mental e treino de resiliência – M. Mathur (Singapura)

- **Risco de depressão entre médico(a)s e enfermeiro(a)s; profissionais da linha de frente, enfermagem e mulheres são mais suscetíveis. Treinar resiliência.**
- **Oferecer espaço de isolamento e descanso, alimentação, suprimentos, intervalos, atividades de lazer e treino de relaxamento. Liderança, trabalho em equipe, e suporte social são importantes. Demonstre que você se importa.**
- **Escute, ofereça acesso a suporte psicossocial e de saúde mental, rotatividade da equipe, pensamento de longo prazo. Sugestões: leitura de ficção, “mindfulness”, ioga, exercícios com mão não dominante, jogos mnemônicos e de vocabulário, instrumentos musicais, artes, dança. Considere monitoramento e encorajamento constante da equipe.**

Uso racional de serviços de ultrassom ginecológico e de primeiro trimestre – G. Condous (Austrália)

- **Consenso ISUOG estará disponível online até o final da semana.**
- **Exame urgente (não pode ser adiado) – dor abdominal ou pélvica aguda, sangramento intenso >24 horas e sintomas sistêmicos, fatores de risco para gestação ectópica, complicações cirúrgicas. Exame de menor urgência (adiado por algumas semanas sem afetar cuidado) – sangramento moderado, sangramento intenso resolvido, doenças ginecológicas malignas (US pode ser substituído por TC). Exame postergado (após pandemia) – exames para tranquilização, abortamento anterior, sangramento leve.**
- **Preferir curetagem a aspiração, e mini-laparotomia a laparoscopia em casos de gravidez ectópica para minimizar risco de transmissão por aerossóis.**

Recomendações para equipe sobre EPI para procedimentos médicos específicos – S. Vasoo (Singapura)

- **Cabelos arrumados e presos para não cobrir a face, uso de touca se necessário; equipe deve usar máscara cirúrgica. EPI não é necessário se não houver contato direto com paciente (trabalho administrativo, escritório, depósitos), a não ser em reuniões. Uso prolongado de EPI: limpar óculos de proteção e protetor facial quando reutilizáveis, remover N95 após término do serviço clínico.**
- **Prover recomendações para diferentes serviços: equipe médica, administrativa, segurança, necrotério.**