



SAÚDE DAS MULHERES em tempos de coronavírus (COVID-19)



No Brasil, embora os homens representem a maioria dos casos graves e óbitos por COVID-19, as **mulheres são desproporcionalmente afetadas pelas consequências da pandemia de COVID-19**. Isso se dá, tanto por conta do aumento da **violência doméstica** devido ao isolamento social, como pelo fato de serem maioria entre trabalhadores informais e de saúde, estando mais expostas ao **risco de contaminação e às vulnerabilidades sociais** decorrentes da pandemia, como desemprego, violência, falta de acesso aos serviços de saúde e aumento da pobreza.

Para saber mais sobre o assunto acesse aqui: <https://science.sciencemag.org/content/371/6527/347.full>

As mulheres são a maioria da população, estão no dia a dia das nossas Unidades Básicas de Saúde, se cuidando e cuidando de filhos, famílias e amigos. Presentes na maioria das consultas e atividades coletivas, muitas profissionais de saúde também são mulheres. Tanto na linha de frente quanto em casa, estão expostas às desigualdades estruturais em todas as esferas, da saúde à economia, segurança à proteção social. Um desafio se coloca frente ao tema saúde da mulher em tempos de COVID-19: como podemos continuar presentes, mesmo que mais distantes fisicamente nos cuidados a estas mulheres?

O trabalho, a educação, o sustento das famílias, o cuidado e educação com os filhos, com os pais e familiares, os trabalhos domésticos. Jornadas triplas todos os dias. No Brasil, as mulheres gastam quatro vezes mais tempo com trabalhos não remunerados que os homens, tendo muitas vezes pouco tempo para si mesmas - um excesso de preocupação e estresse que fazem muita diferença e produzem dores emocionais e físicas. Em tempos de pandemia, alguns desafios chamam a atenção da sociedade, dos demais setores públicos e, em especial, da saúde, não é mesmo? Acesse aqui: <https://www.onumulheres.org.br/noticias/onu-mulheres-sugere-nove-acoes-que-toda-pessoa-pode-fazer-na-resposta-a-covid-19-e-eliminar-a-desigualdade-de-genero-dentro-de-casa/>




Para saber mais sobre como a COVID-19 afeta mulheres e meninas acesse: <https://interactive.unwomen.org/multimedia/explainer/covid19/en/index.html>




Sugestão para organização da atenção à saúde das mulheres:

Organize o fluxo e as atribuições de cada profissional, respeitando as especificidades do seu município e da sua UBS.

O Ministério da Saúde recomenda que as UBSs adotem medidas para que não ocorra descontinuidade do tratamento ou da investigação de condições clínicas, cuja interrupção possa repercutir negativamente na saúde da mulher.

Alguns casos clínicos que devem receber atendimento do profissional de saúde: sangramento uterino aumentado, neoplasias, infecções sexualmente transmissíveis, casos de violência, entre outras condições infecciosas específicas que podem ser diagnóstico diferencial. Saiba mais em: <https://profsaude-abrasco.fiocruz.br/publicacao/recomendacoes-consultas-ambulatoriais-saude-mulher-durante-pandemia-covid-19> 




Acesse a publicação do Instituto Nacional de Câncer (INCA) com orientações sobre detecção precoce de câncer durante a pandemia de Covid-19: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/nota-tecnica-deteccao-precoce.pdf> 


Fluxo de atendimento:



1. Acolha a mulher que chegar na UBS: escute e tente compreender as necessidades.
2. Direcione para o atendimento do(a) enfermeiro(a) os casos que não podem ser remarcados ou adiados como: pré-natal, puerpério, sangramento uterino anormal, neoplasias, IST, casos de violência, investigação de doenças ou outros, conforme protocolo municipal.
3. Encaminhe para consulta do(a) enfermeiro(a) ou médico(a), conforme protocolo municipal.

Lembre-se: realize a notificação de agravos e doenças de notificação compulsória. Saiba mais em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-264-de-17-de-fevereiro-de-2020-244043656> 

Durante o acolhimento e as consultas, a equipe deve ficar atenta à algumas alterações nas condições de saúde que podem ser mais frequentes durante a pandemia de COVID-19.

1. Maior estresse emocional: em média, mulheres dedicam 10,4 horas por semana a mais que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Acesse a pesquisa do IBGE e saiba mais sobre esse tema: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/27877-em-media-mulheres-dedicam-10-4-horas-por-semana-a-mais-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>. 

Experiência exitosa sobre violência contra a mulher.

<https://www.sbmfc.org.br/wp-content/uploads/2020/12/Cartilha-viole%C3%A7%C3%A3o-contra-mulher.pdf> 

2. Identificação de mulheres mais vulneráveis ou situação de violência. Saiba mais em:

<https://www.ims.uerj.br/2020/04/25/violencia-domestica-e-covid-19-no-brasil/> 

A violência afeta uma em cada três mulheres ou meninas em todo o mundo. Durante o distanciamento social a violência contra elas vem crescendo, se tornando uma pandemia invisível.

Você encontrará, nesta cartilha elaborada pelo Ministério Público de São Paulo, o texto integral da Lei Maria da Penha e informações sobre as principais formas de violência doméstica e familiar contra as mulheres.


http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Cartilhas/vire_a_pagina.pdf 

3. A mudança na rotina e as condições de estresse podem afetar o ciclo menstrual e os hormônios.

<https://jornal.usp.br/atualidades/aumento-do-estresse-na-pandemia-pode-levar-a-alteracoes-hormonais> 

Lembre-se de acionar a rede de apoio intersetorial do seu município. Neste momento, devemos contar com o apoio de outras políticas públicas e da própria sociedade civil.


Orientações ao pré-natal e puérperas:


O Ministério da Saúde recomenda a continuidade das consultas da gestante assintomática com observação rigorosa de prevenção da infecção. As gestantes devem ser orientadas a ligar para o 136 e procurar a UBS caso apresentem sintomas gripais. Saiba mais em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/biblioteca/nota-tecnica-no-12-2020-cosmu-cgcivi-dapes-saps-ms/> 

Gestantes sofrem alterações em seus corpos que podem aumentar o risco de algumas infecções e fazem parte do grupo de risco para infecções respiratórias, devendo tomar todas as precauções sugeridas pelo Ministério da Saúde.

Com relação à vacinação contra o coronavírus nas gestantes, o Ministério da Saúde assegura não haver contraindicações para a vacinação contra a COVID-19 em gestantes, puérperas e lactantes.



Já para as gestantes do grupo prioritário (que possuam fatores de risco ou comorbidades) a vacinação é recomendada. Fique atenta e siga sempre as orientações da Secretaria de Saúde do seu município e/ou estado. <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/abril/ministerio-divulga-orientacoes-sobre-coronavirus-a-gestantes-e-lactantes> 

Nota técnica 1/2021 - DAPES/SAPS/MS - http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/NT_12021_DAPESAPS_MS.pdf 

Nota técnica COVID-19 nº 041/2021 - https://prefeitura.pbh.gov.br/sites/default/files/estrutura-de-governo/saude/2021/nota-tecnica-covid-19-n041_2021.pdf 


Aleitamento materno:

Conforme orientação da Sociedade Brasileira de Pediatria, o aleitamento materno deve ser mantido. Se a mãe apresentar caso suspeito ou tiver confirmada a COVID-19, o aleitamento materno deverá ser promovido seguindo as recomendações de uso de máscaras e lavagem das mãos (antes e após a mamada).

Saiba mais em: https://egestorab.saude.gov.br/image/?file=20200805_N_NotaTecnicaCovidCocam15_8045946382474299533.pdf 

Equidade

Vamos lembrar o conceito de equidade?

Nossa sugestão é um vídeo do canal Série SUS: <https://www.youtube.com/watch?v=PzVxQkNyqLs&t=1s> 



Algumas mulheres podem ter o acompanhamento prioritário pela sua equipe de Atenção Básica.

Para facilitar esse monitoramento, tente fazer uma lista das famílias e domicílios que apresentam ou possam vir a apresentar algumas condições de vulnerabilidades:

- » Gestantes;
- » Situação de violência (ou potencial);
- » Situação socioeconômica fragilizada: autônomas (principalmente as informais) ou mulheres que perderam o emprego recentemente;
- » Mulheres que vivem em situação de rua;
- » Mulheres das populações e comunidades tradicionais (povos indígenas, as quilombolas, as comunidades tradicionais de matriz africana ou de terreiro, as extrativistas, as ribeirinhos, as caboclos, as pescadoras artesanais, as pomeranas, entre outras).

- » Grupos que possuem condições clínicas de risco para COVID-19;
- » Outras situações conforme especificidades de cada território.

Que tal planejar ações de prevenção e promoção da saúde voltadas para as mulheres?



Para planejar ações de prevenção e promoção da saúde voltadas para as mulheres é importante:

- » Pensar quem são as mulheres que estão sob os cuidados dos profissionais de saúde em nosso território?
- » Quais são suas condições individuais e coletivas?
- » Não se esqueça das com deficiência, das indígenas, quilombolas, as que vivem na zona rural, as que não sabem ler, dentre outras especificidades do seu município e, em especial, de cada UBS.
- » A partir daí podemos diversificar as formas de contatos e continuar nossas conversas para educação em saúde da mulher mesmo em tempos de pandemia da COVID-19.



Muitos dos desafios exigem múltiplas soluções e esforços conjuntos. Não existem soluções mágicas, mas trabalho compartilhado.



Importante: elencar os temas que podem ser abordados, de acordo com a demanda da mulher.

Que tal utilizar ferramentas como:

- » Redes sociais para divulgação das orientações e ações referentes ao tema para as mulheres que têm acesso a internet;
- » WhatsApp para criar grupos;
- » Páginas oficiais de Facebook e ou blog da UBS;
- » Vídeos orientativos para divulgação nas redes sociais e compartilhamento nos grupos de WhatsApp.

Não podemos esquecer das mulheres que não possuem acesso à internet! Podemos criar parcerias com a rádio comunitária para ajudar na divulgação das orientações, realizar ligações ou ainda colocar orientações em estabelecimentos do território como: mercadinhos, padaria, entre outros.






Importante: orientações e ações que podem ser reforçadas mesmo durante a pandemia!




Alimentação saudável

Clique para saber mais 




Saúde mental e o autocuidado

Clique para saber mais 





Atividade física


Clique para saber mais 





Saúde sexual e reprodutiva


Clique para saber mais 


ORGANIZAÇÕES DAS NAÇÕES UNIDAS. Diretora da OPAS alerta que danos causados pela COVID-19 afetam desproporcionalmente mulheres, 2021. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/110626-diretora-da-opas-alerta-que-danos-causados-pela-covid-19-afetam-desproporcionalmente> 


Brasil, Protocolo de manejo clínico do coronavírus COVID-19 na atenção primária à saúde, 2020. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1095920/20200504-protocolomanejo-ver09.pdf> 

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS). COVID-19: Ministério da Saúde publica novas recomendações para cuidados à saúde das mulheres. 2020. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/8056> 

FIOCRUZ. Biblioteca virtual em saúde: 10 cuidados primordiais para a saúde da mulher. Rio de Janeiro: Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/promocao-da-saude/54007-10-cuidados-primordiais-para-a-saude-da-mulher-2> 

Boletim CoVIDA. Pandemia de COVID-19. Saúde e Direitos Sexuais e Reprodutivos no Cenário da Covid-19. Edição 7. <https://covid19br.org/main-site-covid19/wp-content/uploads/2020/06/Boletim-CoVida-7-1.pdf> 

BRASIL. Nota técnica nº 1/2021 - DAPES/SAPS/MS - REcomendações referentes à administração de vacinas covid-19 em gestantes, puérperas e lactantes. 2021. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/NT_12021_DAPESSAPS_MS.pdf 

TAKAHASHI, Takehiro; IWASAKI, Akiko. Sex differences in immune responses. Science, [S.L.], v. 371, n. 6527, p. 347-348, 21 jan. 2021. American Association for the Advancement of Science (AAAS). <http://dx.doi.org/10.1126/science.abe7199> 

Ilustrações: Freepik.com



**#ESPALHEPREVENCAO
#SAUDECOLETIVA**