



SOGIMIG
NÓS POR ELAS

Diretoria 2019-2021

Delzio Salgado Bicalho
Presidente

Ricardo Aureliano Diniz Veado
Vice-Presidente

Thelma de Figueiredo e Silva
Diretora Administrativa

Cassiano de Souza Moreira
Diretor-Adjunto

Clovis Antonio Bacha
Diretor Comercial e Financeiro

Ines Katerina Damasceno Cavallo Cruzeiro
Diretora Sociocultural

Marco Antonio Barreto de Melo
Diretor Científico

Inessa Beraldo de Andrade Bonomi
Diretora de Valorização e Defesa
Profissional

Marcio Alexandre Hipólito Rodrigues
Diretor de Relações Institucionais

Francisco Lirio Ramos Filho
Diretor de Ações Sociais

Eduardo Batista Cândido
Diretor de Ensino e Residência Médica

Gabriel Costa Osanan
Diretor de Marketing e Comunicação

Mucio Barata Diniz
Diretor de Tecnologia da Informação e
Mídias Sociais

Cláudia Lourdes Soares Laranjeira
Diretora das Vice-Presidências e Regionais

Conselho Consultivo

Alim Alves Demian

Angelica Lemos Debs Dinis

Cristiana Fonseca Beaumoud

João Pedro Junqueira Caetano.

João Tadeu Leite dos Reis

Juliana Coutinho Calcagno

Marcia Salvador Geo

Maria Paula Moraes Vasconcelos

Maria Tereza Maia Penido Rebello

Renata Murad Macedo

Conselho Consultivo Nato

Carlos Henrique Mascarenhas Silva

Agnaldo Lopes da Silva Filho

Maria Ines de Miranda Lima

Marcelo Lopes Cançado

Victor Hugo de Melo



febrasgo
Federação Brasileira das
Associações de Ginecologia e Obstetrícia

AV. JOÃO PINHEIRO, 161, SALA T09
CENTRO - BELO HORIZONTE/MG
31 3222-6599

WWW.SOGIMIG.ORG.BR

FACEBOOK.COM/SOGIMIG

INSTAGRAM.COM/SOGIMIG

Belo Horizonte, 7 de abril de 2020

Climatério, envelhecimento e infecção pelo COVID-19

Ana Lúcia Ribeiro Valadares – CRM MG 12006

O coronavírus pode deixar qualquer pessoa gravemente doente. Uma parcela da população, porém, corre risco maior de complicações e precisa tomar medidas extras para evitar ficar enferma. Pessoas acima dos 60 anos e/ou com condições médicas pré-existentes como hipertensão, diabetes, doenças cardíacas, asma e com doenças que levem à alteração da imunidade parecem ser mais vulneráveis a formas mais graves de infecção por esse vírus.

O novo tipo de coronavírus, Covid-19, causa principalmente infecção pulmonar. E essa alteração nos pulmões pode levar à sobrecarga cardíaca. Além disso, em pacientes diabéticos, existe maior risco de resposta imune deficiente à infecção viral e também à potencial infecção bacteriana secundária nos pulmões. Assim, a coexistência da infecção pelo Covid-19 e morbidades que aparecem no processo de envelhecimento levam a quadros clínicos complicados e complexos.

Em nossa população, esse contexto deve ser especialmente levado em conta. Estudo populacional brasileiro observou que, em mulheres acima de 50 anos de idade, a prevalência de multimorbidades (duas ou mais doenças) foi de 58,2%. Além disso, deve-se ressaltar que pode se manifestar um conjunto de alterações funcionais e estruturais no sistema imunológico, componente crucial do envelhecimento, como diminuição da capacidade de combater infecções.

Recomendações

- 1. Respeitar as medidas de confinamento**, que são absolutamente necessárias na luta contra o vírus. Esse isolamento poderá, potencialmente, durar mais tempo para o grupo de maior risco.
- 2. Manter cuidados comportamentais e higiênicos básicos** para evitar contaminação. Entre eles, são obrigatórios evitar contato físico, manter distância de 1,5 m em filas imprecindíveis e higienização constante das mãos.
- 3. Cancelar consultas médicas não essenciais.** Recomenda-se que, durante o período de confinamento, se cancelem as consultas, principalmente as de rotina. Pacientes com problemas que requerem acompanhamento regular podem usar sessões de telemedicina, se disponíveis. Isso geralmente poderá preencher a lacuna de manter as condições de saúde sob controle. Este será o caso de pacientes com demência, doença de Parkinson, problemas cardíacos e diabetes, entre outros.
- 4. Imunizar contra gripe e pneumonia.** Embora a vacina contra a gripe não proteja contra o Covid-19, a imunização para gripe e pneumonia bacteriana é fundamental. Pode diminuir o aparecimento dessas doenças e a consequente sobrecarga do sistema de saúde.
- 5. Manter terapia hormonal da menopausa (THM).** Ressalta-se que, pacientes em uso de terapia hormonal da menopausa, não devem interromper o

procedimento. O tratamento é frequentemente fundamental para controlar sintomas de menopausa muitas vezes difíceis. Isso é particularmente relevante na atual crise, devido ao estresse adicional que grande parte das mulheres pode estar vivenciando.

6. **Não interromper empiricamente, em meio à pandemia de Covid-19, os inibidores da enzima de conversão da angiotensina (ECA)** (Ex: captopril, enalapril, lisinopril, benazepril), **e os bloqueadores dos receptores da angiotensina (BRA)** (ex: losartana, candesartana, eprosartana, iversatana, telmisartan e valsartana. Há especulações de que pacientes com Covid-19 recebendo inibidores da enzima de conversão da angiotensina (ECA) ou bloqueadores dos receptores da angiotensina (BRA) possam ter risco aumentado de resultados adversos. A enzima conversora de angiotensina 2 (ECA2) é um receptor do vírus que causa o Covid-19 e os inibidores do sistema renina-angiotensina-aldosterona podem aumentar os níveis de ECA2. Embora pacientes com doença cardiovascular, hipertensão e diabetes infectados com SARS-CoV-2 possam ter um curso clínico mais grave, não há evidências para apoiar uma associação de infecção mais grave com a continuação de inibidores da ECA ou BRA, ou diminuição da gravidade do Covid-19 após a interrupção desses agentes. A interrupção de inibidores da ECA ou BRA em alguns pacientes pode agravar a doença cardiovascular ou renal e levar a um aumento da mortalidade. Assim, pacientes que recebem inibidores da ECA ou BRA devem continuar se tratando.
7. **Reforçar condutas na asma.** A asma não parece ser um fator de risco importante para a aquisição de Covid-19. No entanto, a asma mal controlada pode levar a um curso mais complicado da doença para aquelas com Covid-19. No tratamento, a inalação de medicamentos pode melhorar a eficácia. Pode ser feita através de espaçadores caseiros (feitos com garrafas PET, copos de isopor, sacos plásticos zip-up) para administração de terapia broncodilatadora.
8. **Manter vida saudável.** Embora o distanciamento social possa afetar as rotinas de vida, deve-se enfatizar a importância de manter bons hábitos, incluindo sono suficiente, alimentação saudável e exercícios. Sem dúvida, o exercício físico pode ser benéfico no combate aos efeitos do coronavírus. Pode ajudar a aumentar as funções imunológicas do corpo, diminuir a inflamação e ter benefícios mentais e emocionais. Existem vários programas de atividade física na internet que podem ser feitos dentro de casa como yoga, alongamentos e dança. A bicicleta e corrida estacionária também são uma opção. No entanto, os limites de cada pessoa têm de ser respeitados. A alimentação deve ser rica em frutas, verduras e carnes brancas. Evitar frituras e doces.
9. **Reforçar rotinas.** Estas são fundamentais. Os hobbies de absorção mental, como artesanato, jardinagem e/ou leitura, são uma estratégia, consagrada pelo tempo, para lidar com o auto-isolamento. Afinal, de acordo com a psicologia da sobrevivência, executar ações gerenciáveis e dirigidas com um objetivo é crucial na crise.
10. **Conectar-se com amigos e entes queridos** por meio de bate-papo por vídeo, telefonemas, mensagens de texto e/ou e-mail. Isso ajuda a sentir a força das conexões mesmo de longe.
11. **Procurar somente fontes de informações médicas confiáveis** evitando, assim, desgastes com falsas notícias.

Fontes:

Liu K, Chen Y, Lin R, Han K Clinical features of COVID-19 in elderly patients: A comparison with young and middle-aged patients. J Infect. 2020 Mar 27. pii: S0163-4453(20)30116-X. doi: 10.1016/j.jinf.2020.03.005

<https://www.nationalgeographic.co.uk/science-and-technology/2020/03/these-underlying-conditions-make-coronavirus-more-severe-and-theyre>

de S Santos Machado V, Valadares AL, Costa-Paiva LH et al. Aging, obesity, and multimorbidity in women 50 years or older: a population-based study. Menopause. 2013 Aug;20(8):818-24. doi: 10.1097/GME.0b013e31827fd8

Sadighi Akha AA. Aging and the immune system: An overview. J Immunol Methods. 2018 Dec;463:21-26. doi: 10.1016/j.jim.2018.08.005. Epub 2018 Aug



SOGIMIG

NÓS POR ELAS

Qiao Y, Shin JI, Chen TK, et al. Association Between Renin-Angiotensin System Blockade Discontinuation and All-Cause Mortality Among Persons With Low Estimated Glomerular Filtration Rate. JAMA Intern Med 2020.

Schor D, Rizzo JÂ, Medeiros D et al. Home-made spacer as an auxiliary device in administration of beclomethasone via pressurized metered dose inhaler for asthma control. A randomized controlled pragmatic trial. Respir Med. 2017 May;126:52-58. doi: 10.1016/j.rmed.2017.03.017.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions>

<https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid>