

COVID 19: Quando a quarentena vai acabar?



Quando as crianças poderão voltar às aulas e visitar os avós com segurança? Quando poderemos ir aos campos para assistir futebol, correr livremente nos parques, ir ao cinema ou nos almoços da família ou nas festas com os amigos?

COVID 19: quando a quarentena vai acabar?

No dia 26 de fevereiro de 2020 foi identificado o primeiro caso do novo Coronavírus no Brasil. No dia 16 de março, menos de 1 mês depois, muitas crianças já estavam com as aulas suspensas e no dia 24 de março nenhuma criança estava frequentando escolas em São Paulo e em muitas outras cidades do mundo inteiro.

As ruas de muitas cidades em todos os cantos do mundo se esvaziaram. Comércio, bares, restaurantes, academias e todos os parques estão fechados; pessoas mascaradas andam pelas ruas em distanciamento social; outros trabalham de casa, muitos sem tirar o pijama. Mesmo assim, ainda sobram muitas tarefas domésticas para cumprir, além da supervisão das crianças, do preparo da alimentação e da faxina dos cômodos da casa, tão necessária em dias de confinamento.

Fora tudo isso que já muito- há o medo pairando no ar. Medo de adoecer, medo de perder pessoas queridas, medo de não saber se as contas serão pagas, medo de esquecer de lavar as mãos, medo de respirar em locais públicos, medo de visitar os mais idosos, medo de namorar, medo do vírus entrar em nossa casa pelas compras do mercado e medo até de ligar a TV para ver as últimas notícias contabilizando o número de mortos no dia anterior.

A todo esse medo somam-se as sensações de impotência, de insegurança e de incapacidade que são gatilhos certos para uma desconfortável sensação de ansiedade.

Crianças são esponjas do ambiente que as cerca. Ao perceberem que os adultos estão no meio de uma tempestade sem o leme do barco, instantaneamente ficam desorientadas, o que faz aumentar mais ainda a tensão familiar.

Não é exagero, não. Não está fácil para ninguém atravessar estes dias difíceis.

O mundo está de ponta cabeça e a rotina de todas as pessoas, em todos os continentes, mudou radicalmente em questão de pouquíssimo tempo.

Por isso vale a pergunta: quando esta quarentena vai acabar?

Quando as crianças poderão voltar às aulas e visitar os avós com segurança? Quando poderemos ir aos campos para assistir futebol, correr livremente nos parques, ir ao cinema ou nos almoços da família ou nas festas com os amigos?

Difícil saber. Mas podemos refletir um pouco sobre isso.

Neste momento, temos que viver e respirar um dia de cada vez.

Isso significa que é importantíssimo entender tudo o que está acontecendo para que possamos ter uma visão mais clara e por que não? mais promissora do nosso futuro.

Para isso, é preciso que se entenda algumas questões básicas. Vamos lá:

- Este vírus é mais mortal que os outros vírus que dão gripe?

NÃO. Este vírus NÃO é o mais mortal. Há vírus mais mortais do este novo Coronavírus.

- Então por qual razão muita gente está morrendo?

Aí é que está o problema. O novo Coronavírus tem uma característica assustadora: a sua incrível capacidade de espalhamento. Exatamente isso: ele se espalha muito rapidamente. Aí um número muito grande de pessoas pode adoecer *AO MESMO TEMPO*. Consequência: não há leitos de hospital para todos.

Querem ver? Vamos fazer uma conta rápida. Sabe-se que o novo Coronavírus provoca internação hospitalar em 20% dos doentes e destes, 5% precisam de UTI. Isso sabemos. A Cidade de São Paulo tem aproximadamente 12 milhões de habitantes.

Com o espalhamento rápido do vírus em questão de 1 a 2 meses, por exemplo, poderíamos ter a necessidade de 2 milhões e 400 mil leitos em hospitais e 600.000 leitos de UTI. Impossível, não é mesmo?

Por isso temos que alongar o período de contaminação que é o que chamam de achatar a curva - ficando em casa de quarentena. Quanto mais quietinhos ficarmos em casa, menos pessoas serão expostas ao vírus. Consequência: menos pessoas vão adoecer AO MESMO tempo, dando fôlego para o sistema de saúde atender todos os que precisarem.

Observem como estão sendo montados leitos de hospitais em espaços como o Pacaembu, em São Paulo, por exemplo. Onde antes havia jogos, festas, torcida, calor humano, agora há pessoas doentes com medo de perder a vida. Este vírus não veio para brincar. Muitos outros hospitais deste tipo estão sendo montados no Brasil inteiro.

Por isso, é muito importante que TODOS fiquemos em casa tomando todos os cuidados necessários.

- Se alongarmos a curva ou o período de contaminação, não estaremos também alongando a nossa quarentena?

SIM. Sem dúvida. Mas alongar a quarentena é essencial para salvarmos vidas. Por isso é que as autoridades vão estudando os números e fazendo as previsões. A ideia é passarmos por isso com o maior número possível de vidas salvas.

- Então qual a previsão para começar a abrir ?

Ao que tudo indica, nestes últimos dias de abril e maio teremos um número cada vez maior de pessoas contaminadas. É o que chamamos de pico da curva . Depois, a tendência é cair devagarinho. Esperamos que lá por junho/ julho já tenhamos a perspectiva de queda de curva para nos prepararmos para a etapa da abertura.

- A abertura vai ser gradual ou de uma vez?

Muito provavelmente gradual, para que não haja outros picos de incidência.

- Quando abrir, os idosos e grupos de risco vão poder sair às ruas?

Teremos que aguardar para podermos responder esta pergunta. De qualquer forma, este vírus ficará circulando ainda um bom tempo entre nós. Por isso, acredito (minha opinião pessoal) que os idosos e grupos de risco deverão seguir com cuidados especiais durante um tempo mais

prolongado. Por exemplo: quando for liberada a saída de casa, muito possivelmente deverão usar máscaras e manter o distanciamento social até que tenhamos certeza de que a situação está bem controlada.

- Quando o número de casos começará a diminuir?

Apenas quando mais ou menos 70% da população for imune ao vírus. Isso significa que para abrir mais ou menos 8 milhões e 400 mil pessoas da cidade de São Paulo, por exemplo, já devem ter tido contato com o vírus. VEJAM BEM: isso não significa infecção com sintomas em todas estas pessoas. Ao contrário, sabe-se que a maioria das pessoas, crianças principalmente, tem a infecção assintomática, isto é, sem apresentar NENHUM sintoma.

- Então o número de casos deve ser bem maior do que o reportado diariamente?

SIM. Sem dúvida. O número de casos é bem maior pois estamos só testando os que estão doentes com sintomas mais importantes como falta de ar, por exemplo. Mais testes devem chegar e aí saberemos mais sobre o número real de pessoas que já estão imunes. Para se ter uma ideia, uma pesquisa feita em Pelotas, no Rio Grande do Sul, mostrou que devemos multiplicar por 7 o número oficial para chegarmos ao número real de pessoas acometidas.

- Quando a epidemia acaba de uma vez?

De uma vez, só acaba quando todas as pessoas estiverem imunes e assim o vírus não conseguirá mais infectar ninguém. Mas antes disso, esperamos que haja uma vacina ou um medicamento para que todos fiquemos protegidos.

- Há perspectiva para uma vacina ou um medicamento eficaz?

Claro que há. Vocês podem imaginar quantas pessoas, quantos cientistas, quantos laboratórios estão neste momento, no mundo inteiro, tentando descobrir isso? Vai chegar, sim. Temos que ter total confiança nisso.

- Até lá, o que fazer?

Ficar em casa. É o melhor que podemos fazer. Quem precisar sair, vá de máscara. Lavem as mãos com frequência ou passem o álcool gel.

- Há algo que TODOS podemos fazer para ajudar?

Há sim. TODOS podemos ajudar uns aos outros. Sempre há uma forma. Ajude um idoso a fazer compras, seja solidário com quem precisa, combata as *fakenews*, traga um pouco de alegria e leveza para quem está perto de você. Não deixe de conversar com seus amigos e principalmente com os idosos que estão se sentindo solitários. Descubra uma forma de ajudar alguém. Sempre existe. Basta você querer.

Pequenas atitudes provocam grandes diferenças.

Vamos passar por esta tempestade, sair do outro lado e retomarmos nossas vidas. Tenho certeza absoluta disto.

Espero, porém, que todo este período tormentoso que estamos atravessando juntos nos faça refletir um pouco mais sobre nossos valores mais preciosos como amor, empatia, compaixão, solidariedade ou desprendimento de valores materiais que, no fundo, são realmente os que contam. Tomem, como exemplo, a dedicação incansável de todos os profissionais de saúde que se colocam à frente dos doentes, sem medir esforços, enfrentando os próprios medos, para salvar vidas de pessoas que nunca conheceram e que talvez nunca conhecerão.

Uns temos que cuidar dos outros. A nossa única esperança e segurança está em nós mesmos.

Fique em casa.



facebook.com/DraAnaEscobarResponde



instagram.com/draanaescobar/



youtube.com/user/draanaescobar/



www.draanaescobar.com.br

