

OS 20 MANDAMENTOS DE TIAGO MARQUES

1

Parem de internar pneumonias floculadas (vejam as imagens... leiam os artigos dos chineses...) nos vossos serviços, se não estão aptos a receber SARS. É assim que depois fecham.

2

Atenção que eles podem e devem ficar **juntos** se estão confirmados. **Não podem, em circunstância alguma ficar juntos dos outros** que não têm (ainda).

3

Não confiem numa única PCR negativa se a imagem é sugestiva. Isolem o doente até prova em contrário.

4

Não internem doentes se não for absolutamente imprescindível. Pensem como vão explicar-lhes que, acidentalmente, há um doente com SARS ao lado deles.

5

Se foram expostos e têm febre e tosse, não vão trabalhar. Atenção que a PCR pode ter falsos negativos. Tentem manter, pelo menos, os espaços que partilhamos limpos.

6

Tentem não fazer imunossupressores, que não são imprescindíveis. Se são, tentem descalá-los se puderem. Se não, resguardem o doente.

7

Na mucosa oral há montes de receptores da ECA2 (aka SARS-receptor). **Se não param de levar dedos, canetas, etc., à boca, parem agora.** Se nos infectarmos todos, não conseguiremos ajudar.

8

Expliquem aos vossos doentes que isto não é uma gripe sazonal. Se quiserem falar de gripe, comparem com a asiática (A/Singapura/1957). Se não têm ideia do que foi, perguntem aos vossos pais / avós (eles lembram-se!). **Sem alarmismos por favor.**

9

Não açambarquem máscaras / álcool / etc., (especialmente as primeiras).

10

Não aceitem ver um doente altamente suspeito sem material de protecção. Mais uma vez, se nos infectarmos todos não conseguiremos ajudar.

OS 20 MANDAMENTOS DE TIAGO MARQUES

11

Se apanharem apesar das precauções, lembrem-se sempre de 2003 em que se dizia que SARS a maioria das vezes não é ARDS. **Não venham trabalhar se estiverem doentes (febre e / ou tosse)**. Serão um risco para toda a gente.

12

Se estão assintomáticos, provavelmente é seguro virem. Mas com medidas de higiene **please**.

13

Agora não é hora de sindicalismos, mas não aceitem trabalhar várias noites seguidas. Vão cometer erros. Mais tarde ninguém agradece. Se apanharem e tiverem azar de ter um ARDS, ninguém vos agradece.

14

Não deixem que os reformados se exponham a isto. Em 2003, as taxas de pneumonia grave acima dos 65 anos foram brutais.

15

Se ninguém vos explicar, tirem ilações de 2003. **Informem-se.** Tenham um plano quando aparecer o primeiro.

16

Se trabalham num serviço onde há SARS, todo o cuidado é pouco. Lavem as mãos. Muitas vezes. Não deixem os doentes chegar à exaustão respiratória (depois já não é possível resgatá-los). Mudem de roupa quando chegarem a casa e tomem banho depois.

17

Se entubarem/broncoscoparem, fizerem zaragatoas → **proteção máxima**.

18

Lavem as mãos depois de retirar os EPI.

19

Nunca, mas nunca, levem as mãos à cara dentro da zona crítica (e fora dela sabe Deus).

20

Não se recusem a ver os doentes. Se todos fugirem, não fica ninguém para ajudar (um dia pode entrar um familiar vosso com um SARS, lembrem-se disso). **Mas exijam o mínimo de segurança.**