Orientações da **Associação Floresta Protegida** para cuidar da saúde das comunidades **Mẽbêngôkre-Kayapó** diante do

CORONAVÍRUS

ASSOCIAÇÃO
FLORESTA PROTEGIDA
MEBENGOKRÉ/KAYAPÓ

O que é o **Coronavírus?**

É uma doença nova, tanto para os **indígenas**, quanto para os **kubẽ - não indígenas**, que se espalha muito rápido e tem sido mais perigosa para os mais **velhos** e para pessoas que já apresentam **outros problemas de saúde**, causando muitas mortes no mundo todo.

Se o Coronavírus está matando muitos não-indígenas - kubẽ, o perigo de matar indígenas pode ser ainda **maior** por terem uma condição mais vulnerável.

O **Coronavírus** é uma doença respiratória parecida com uma gripe. Quem pega o Coronavírus pode ter apenas sintomas como **febre**, **dor de garganta**, **tosse** e **dor de cabeça**. Mas em alguns casos pode haver complicações e o principal sintoma que todos precisam estar atentos é a **dificuldade para respirar**, ou a **sensação de falta de ar**.

Como pegamos essa doença?

O Coronavírus é transmitido pela **saliva** e **secreção do nariz**, mas também pelo ar quando alguém doente **tosse** ou **espirra** perto de nós.

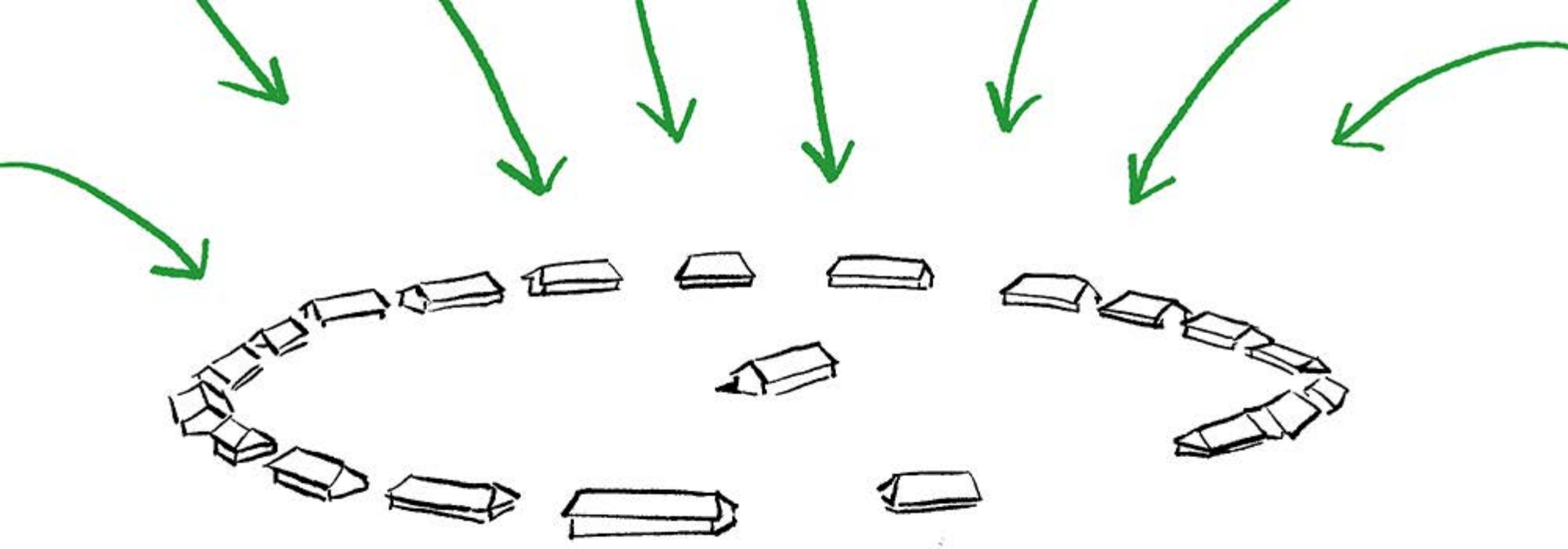
O vírus entra em nosso corpo pela **boca**, **nariz** e **olhos**, quando ficamos próximos de alguém que está com essa doença ou quando encostamos nossas **mãos** onde uma pessoa doente encostou, tossiu ou espirrou e levamos nossas mãos para a boca, nariz e olhos.

Muitas pessoas que pegam o Coronavírus não apresentam nenhum sintoma ou apresentam apenas sintomas **leves**, semelhantes aos de outras gripes leves.

Mas, mesmo os que não apresentam sintomas, **transmitem** o Coronavírus para outras pessoas.

Assim, os cuidados incluídos aqui são para **todos**!

Cuidados para não pegarmos o Coronavírus e não levarmos essa doença para nossas aldeias e comunidades

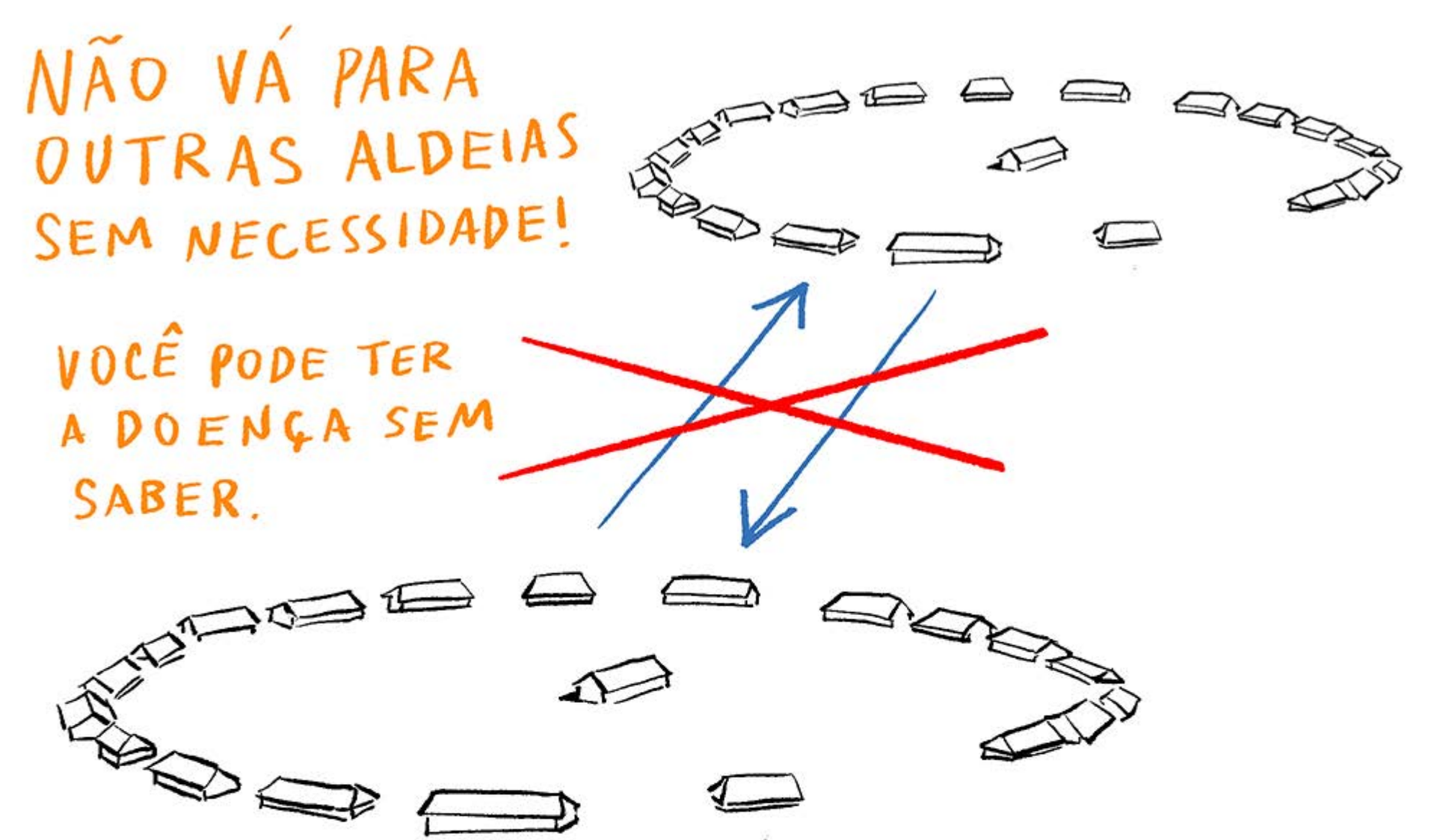


Precisamos **voltar** o mais rápido possível para nossas aldeias e não sair mais para a cidade até que a situação melhore. Também precisamos **impedir** a entrada de qualquer não-indígena em nosso território, pois eles podem trazer essa doença.

Os indígenas que estão na cidade e vão voltar para sua aldeia devem ser avaliados pelos **profissionais de saúde** para que não corram o risco de levar a doença para as comunidades.

Quanto mais rápido nós,
Mẽbêngôkre-Kayapó, ficarmos
isolados em nossas aldeias,
mais **protegidos** estaremos!

A situação nas cidades
de todo o **Brasil**, incluindo as
cidades que estão próximas de nossos
territórios, vai **piorar** bem rápido, nos
próximos **dias** e **semanas**, aumentando
muito os casos de Coronavírus.

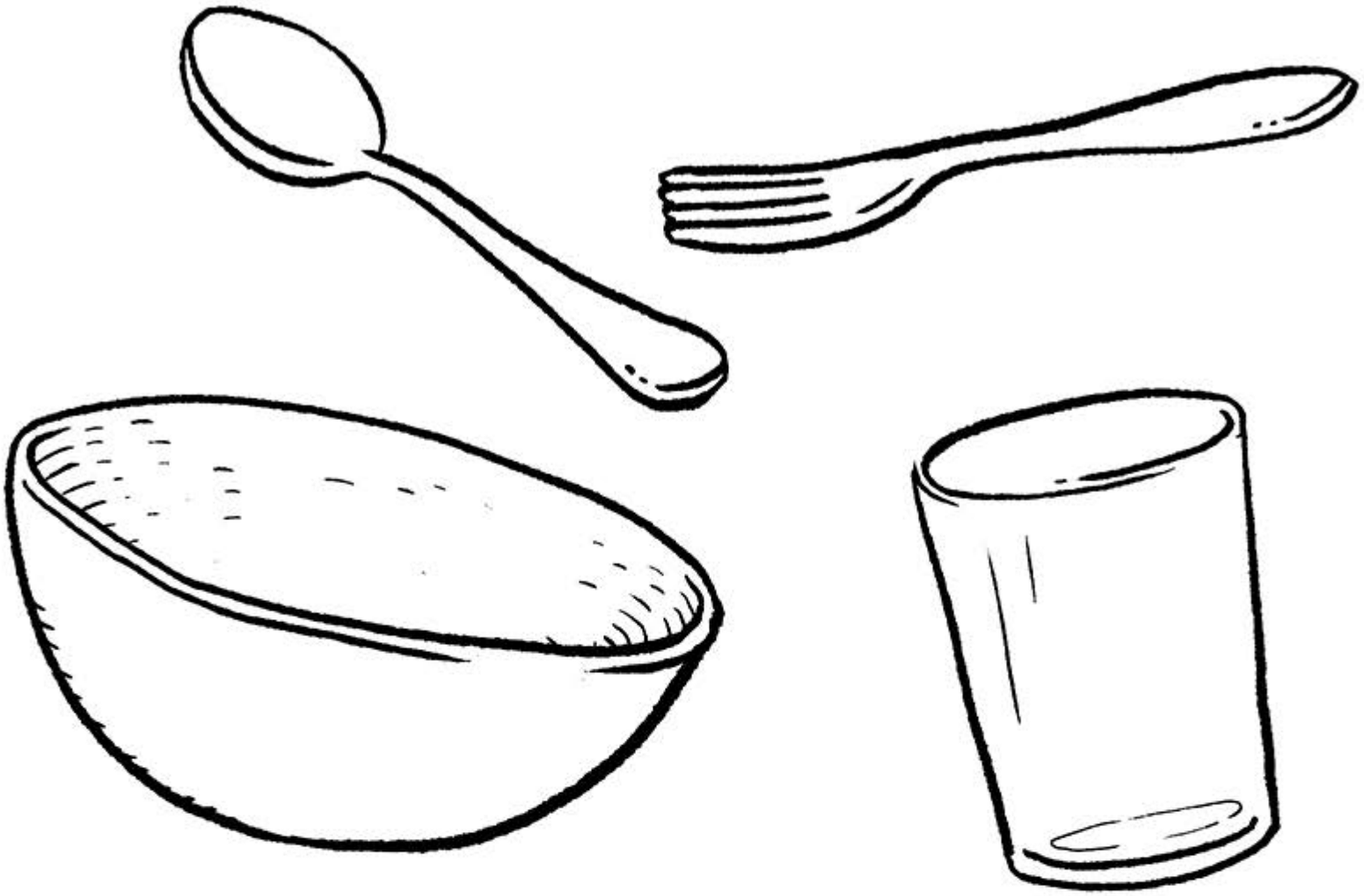


Mas somente o isolamento em nossas aldeias não é suficiente. Precisamos também evitar **visitas** a **outras aldeias** dentro do nosso território e reduzir, ao máximo, o **convívio social**, evitando **grandes reuniões**, **festas** e ficando apenas com nossas próprias **famílias**.

Maneira Certa de Lavar as Mãos

Cuidar da **limpeza** de nossas mãos pode ajudar muito a evitar que essa doença se espalhe! Molhe suas mãos e esfregue a barra de sabão até fazer bastante espuma. Esfregue as palmas uma na outra, entrelace os dedos para lavar cada um deles, esfregue as unhas nas palmas das mãos, esfregue a parte de trás das mãos, enxágue com bastante água e deixe suas mãos secarem naturalmente **sem encostar em nada**

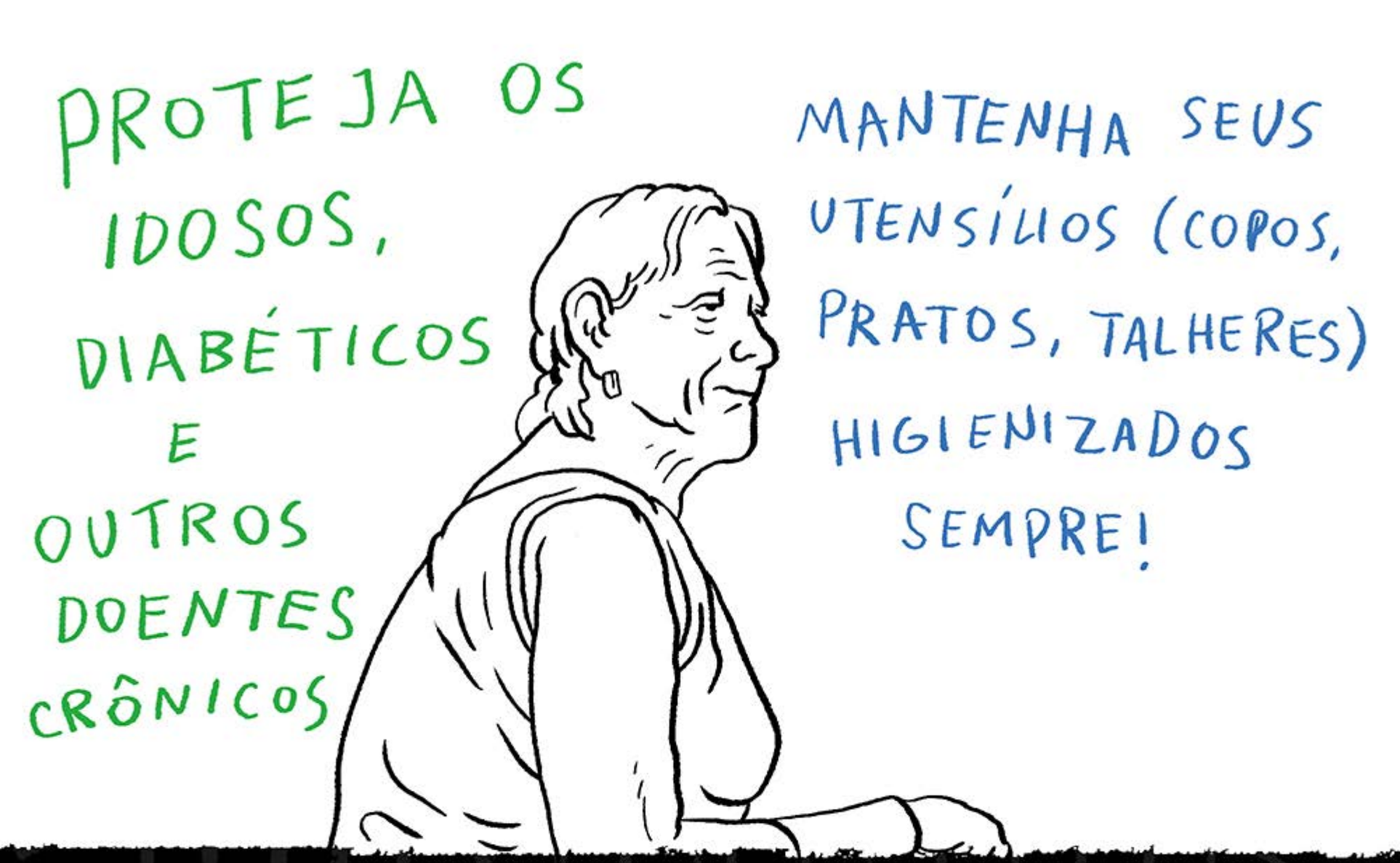
Evite sempre colocar as mãos sujas na boca, nariz e olhos!



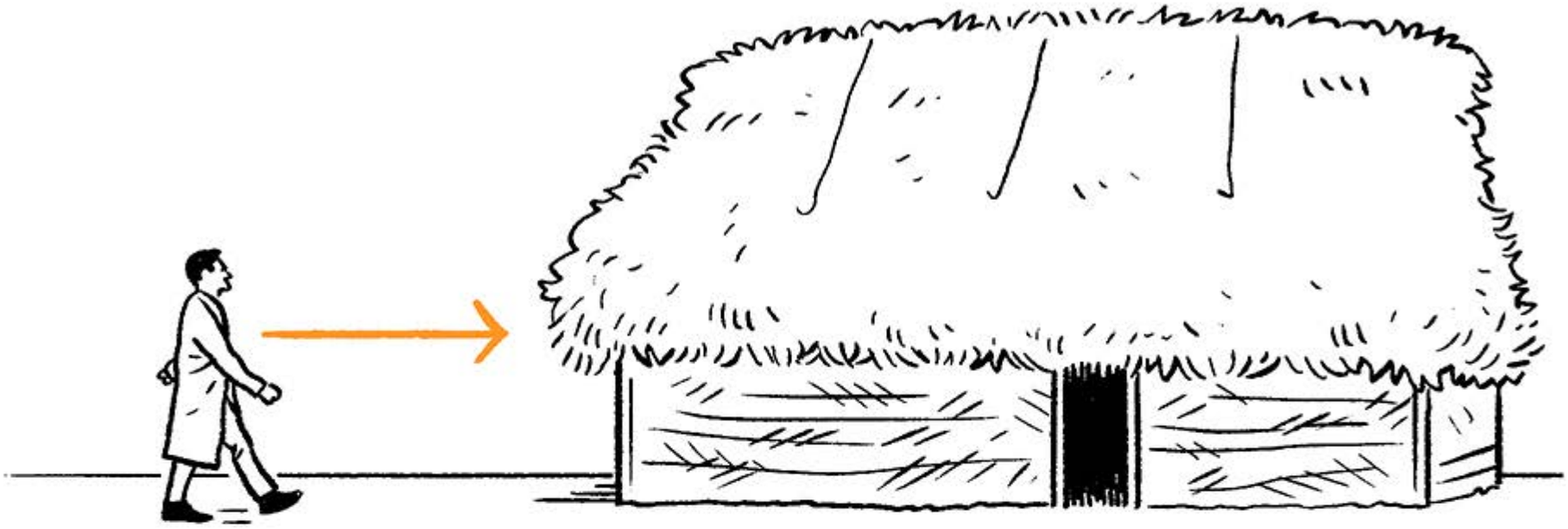
Todos os objetos que tem
contato com nossa boca, como copos,
cuias, colheres, garfos e pratos, não devem
ser compartilhados com outras pessoas
antes de serem bem lavados
com água e sabão.

Caso tenha vontade de **tossir** ou **espirrar**, tente fazer isso em local aberto. Tussa ou espirre para o lado e para baixo, protegendo com seu **cotovelo**, evitando tossir na direção de outras pessoas.

Não cuspa no chão em locais onde outras pessoas circulam, pois elas, especialmente as crianças, poderão entrar em contato com sua saliva e também ficar doentes.

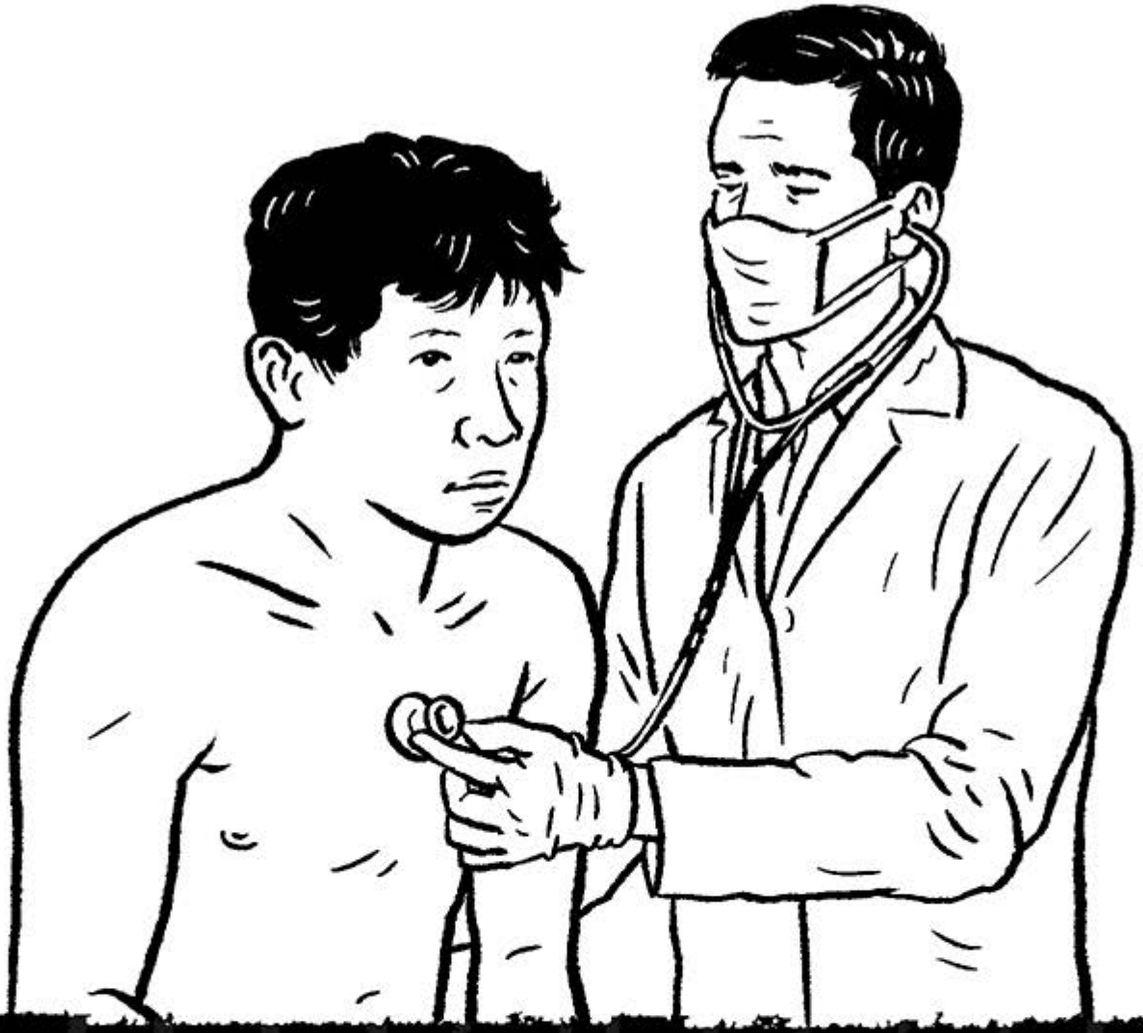


Idosos e pessoas com outros problemas de saúde como **diabetes** e **hipertensão** correm mais risco se contraírem o Coronavírus. Assim, precisamos ter ainda mais cuidado com eles! Para quem está com **gripe**, fique em sua casa e siga todas as recomendações desta cartilha.



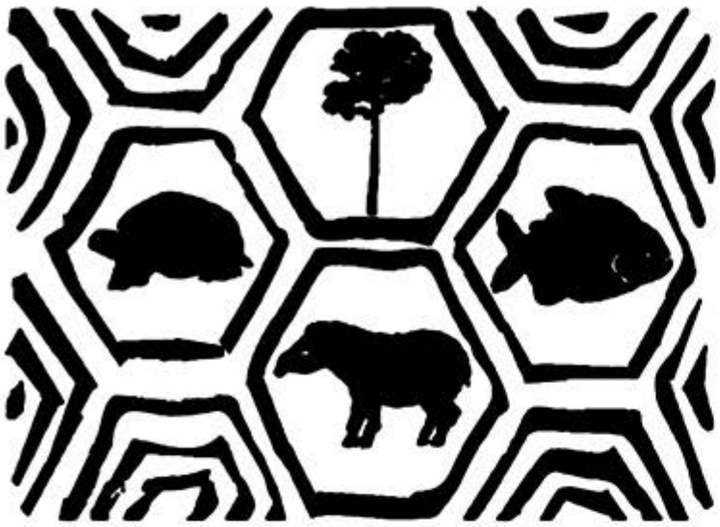
Se você suspeitar que está com o Coronavírus, **não** vá até o posto de saúde da aldeia.

Fique em **casa** e peça para algum **parente** chamar o **agente de saúde** para uma avaliação.



Se tiver **dificuldade para respirar** é muito importante que o agente de saúde seja avisado imediatamente, pois esse é um sinal **grave** e pode ser necessário a rápida remoção para um hospital.

Os casos mais **leves** poderão ser tratados em casa, sem necessidade de remoção para a cidade.



ASSOCIAÇÃO

FLORESTA PROTEGIDA

MEBENGOKRÉ/KAYAPÓ

O escritório da **AFP** ficará **fechado** e todas as atividades de campo estão **suspensas** até que a situação se normalize. Entretanto, a equipe da AFP estará trabalhando de suas casas e manterá contato via **rádio** com as comunidades para repassar informações e atualizar as comunidades sobre a situação da pandemia.

Por favor, compartilhe esta mensagem com todos os seus parentes!

Vamos juntos cuidar da saúde de nossas comunidades!!

A elaboração desta cartilha teve como referência o material educativo **“Recados Importantes sobre o Coronavírus para os Povos Indígenas”** produzido pelo Projeto Xingu, iniciativa de extensão universitária do Departamento de Medicina Preventiva da Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo (EPM/UNIFESP).

Produção:
Associação Floresta Protegida

Pesquisa e texto:
Carolina Sobreiro e Adriano Jerozolimski

Projeto Gráfico, Arte e Editoração:
Felipe Sobreiro

Revisão técnica:
Douglas Rodrigues, médico sanitarista e especialista em saúde indígena da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)

Ana Lúcia Pontes, médica, pesquisadora da Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca/ Fiocruz, GT Saúde Indigena da Abrasco.