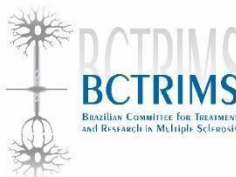


3º Comunicado BCTRIMS: Epidemia do Coronavírus (COVID-19)

INFORMAÇÕES AOS PACIENTES

Mantendo o nosso compromisso em trazer informações às pessoas que vivem com Esclerose Múltipla (EM), Neuromielite Óptica (NMO) e outras doenças desmielinizantes, apresentamos a terceira atualização com recomendações sobre a COVID-19. Algumas sugestões se mantêm iguais as abordadas previamente e podem ser acessadas em: <https://www.bctrims.org.br/noticia-dedalhes/?idNoticia=1885>.

Lembramos que o termo COVID-19 se refere à doença causada por um novo coronavírus, nomeado SARS-CoV-2. Os sintomas da COVID-19 são geralmente respiratórios e podem ser semelhantes a um resfriado comum com febre, tosse, dor no corpo e dor de garganta. A doença também pode se apresentar com diarreia, dor abdominal e diminuição do olfato e/ou paladar. **Caso tenha sintomas suspeitos de COVID-19, recomendamos que você adote o isolamento domiciliar e entre em contato com a sua equipe de saúde para orientações, não sendo recomendado suspender a sua medicação sem antes conversar com o seu médico.**



Sugerimos que você evite procurar um serviço de saúde se tiver com sintomas leves ou iniciais: use preferencialmente serviços telefônicos ou *on-line* para entrar em contato e receber orientações de como proceder do seu médico ou equipe multidisciplinar. Lembre-se, este é o período que você pode estar infectando outras pessoas ou se colocando em risco caso não esteja infectado. **Febre alta, desidratação e falta de ar são sinais de alarme e uma avaliação médica pode ser necessária.** Procure se informar antecipadamente sobre locais de atendimentos para casos suspeitos de COVID-19 com a sua equipe de saúde do SUS ou do seu convênio.

Até o momento, o risco de pacientes com EM ou NMO manifestarem formas mais graves da COVID-19 permanece incerto. Na população geral, é sabido que pessoas mais velhas e com múltiplas comorbidades, como hipertensão e obesidade, são consideradas grupo de risco. Pacientes que em decorrência da doença desmielinizante apresentem dificuldade de locomoção, deglutição ou alteração de musculatura respiratória provavelmente têm maior risco de manifestar formas graves e complicações da COVID-19, e por isso devem também estar mais atentos às medidas de prevenção. **Prevenir é a melhor solução!**

Recomendações sobre as medicações e seguimento. Ainda é incerto se as medicações utilizadas no tratamento da EM e NMO aumentam o risco formas graves da COVID-19. Estimativas de risco e recomendações para as medicações mais utilizadas estão resumidas nas tabelas 1 e 2. Como a resposta de cada paciente ao tratamento é muito variável, sugerimos que **converse com o seu médico sobre a necessidade de adaptar o seu plano de tratamento levando em consideração a gravidade da sua doença, o risco associado à sua medicação e a situação da COVID-19 na sua cidade.** Recomendamos que não interrompa o tratamento sem adequada supervisão, pois isso pode aumentar o risco de surtos e necessidade de internação hospitalar.

Reforçamos que se você tiver sintomas de surto (como visão embaçada, fraqueza, dormência ou incoordenação em alguma parte do corpo, vômitos/soluços incontroláveis etc., durando mais de 24 horas), fale com o seu médico imediatamente. **É importante lembrar que alguns surtos podem ser graves e deixar sequelas, então não deixe de comunicar a sua equipe de saúde!** Além disso, existem opções para tratar os surtos que não exigem que você fique internado(a), e o seu médico pode - mesmo à distância utilizando ferramentas de telemedicina durante a pandemia - orientar o melhor local, momento e tipo de medicação.

Tabela 1. EM e risco de COVID-19: recomendações sobre as medicações

<p>Betainterferonas (Avonex®, Betaferon®, Rebif®)</p> <p>Acetato de glatirâmer (Copaxone®)</p> <p>Teriflunomida (Aubagio®)</p>	<p>Baixo risco. Seguro iniciar e manter o tratamento com esses fármacos durante a pandemia.</p> <p>Exames de sangue de controle podem ser coletados com intervalos mais flexíveis e checados pela sua equipe por via remota (telemedicina). Converse com o seu médico.</p>
<p>Fumarato de dimetila (Tecfidera®)</p>	<p>Baixo a moderado risco. Recomendamos manter o tratamento. Início de tratamento deve ser individualizado.</p> <p>Exames de sangue devem ser coletados para controle do número de linfócitos. Intervalos mais flexíveis e checagem remota (telemedicina) podem ser adotados. Converse com o seu médico.</p>
<p>Fingolimode (Gilenya®)</p>	<p>Moderado risco. Sugerimos manter o tratamento e não suspender sem supervisão pelo risco de atividade de doença (rebote). Início de tratamento deve ser cuidadosamente individualizado.</p> <p>Exames de sangue devem ser coletados para controle do número de linfócitos. Intervalos mais flexíveis e checagem remota (telemedicina) podem ser adotados. Converse com o seu médico.</p>

<p>Natalizumabe (Tysabri®)</p>	<p>Baixo risco. Recomendamos manter o tratamento e não suspender sem supervisão pelo risco de atividade de doença (rebote).</p> <p>Pode ser a escolha do seu médico se a sua doença for muito ativa.</p> <p>Recomendamos que exames para rastreamento do vírus JC não sejam adiados. Converse com o seu médico.</p>
<p>Ocrelizumabe (Ocrevus®)</p> <p>Rituximabe (Mabthera®)</p>	<p>Moderado risco. Recomendamos manter o tratamento.</p> <p>Início de tratamento deve ser cuidadosamente individualizado, podendo ser a escolha do seu médico se sua doença for muito ativa.</p> <p>Exames de sangue devem ser coletados de acordo com a recomendação do seu médico.</p>
<p>Alentuzumabe (Lemtrada®)</p> <p>Cladribina (Mavenclad®)</p>	<p>Alto risco. Uma abordagem individualizada e cuidadosa deve ser considerada ao iniciar estes tratamentos durante a pandemia.</p> <p>Se sua doença é muito ativa e for indicado o uso ou ainda se você já faz uso dessas medicações, seu médico deve adotar estratégias para minimizar o risco com base nos seus exames de sangue (número de linfócitos).</p>

Tabela 2. NMO e risco de COVID-19: recomendações sobre as medicações

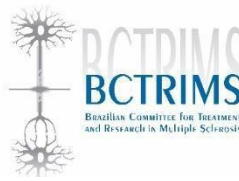
<p>Rituximabe (Mabthera®)</p>	<p>Moderado risco. Recomendamos, se possível, iniciar e manter o tratamento com essa medicação a cada 6 meses.</p> <p>Exames de sangue devem ser coletados de acordo com a recomendação do seu médico.</p>
<p>Azatioprina (Imuran®, Imussuprex®, etc)</p> <p>Micofenolato de Mofetila (CellCept®, etc)</p> <p>Metotrexato (Tecnomet®, etc)</p>	<p>Moderado risco. Recomendamos manter o tratamento e como terapias alternativas para início.</p> <p>Exames de sangue podem ser realizados em um intervalo mais flexível (a cada 6 meses para se você está estável há pelo menos um ano em uso dessas medicações). Checagem remota (telemedicina) pode ser adotada. Converse com o seu médico.</p> <p>Se você faz uso de micofenolato, converse com seu médico se você precisa adotar medidas extras para minimizar o risco de infecções graves.</p>

Estratégias de prevenção. A situação da pandemia é dinâmica e as realidades são diferentes entre as diversas regiões do Brasil e entre capital e interior dos estados, por exemplo. **Atente-se às informações divulgadas em fontes confiáveis, como da secretaria de saúde ou da sua equipe assistente, pois cada cidade apresenta uma taxa de transmissão e**

risco de contágio que varia conforme o momento epidemiológico.

Reforçamos algumas estratégias que devem ser adotadas na sua rotina:

- **Lave as mãos** com água e sabão com frequência - faça isso por pelo menos 20 segundos. Use álcool gel se água e sabão não estiverem disponíveis. Evite tocar nos olhos, nariz ou boca.
- Ao sair de casa, **use máscara** e lave as mãos assim que chegar. **Evite aglomerações** e tente ficar a pelo menos 2 metros de qualquer pessoa com quem você não mora ou convive diariamente.
- Para aqueles que não podem exercer seu trabalho à distância ou que precisarem sair de casa por qualquer motivo, é recomendado **evitar o uso do transporte público nos horários de pico.**
- Cuidar da saúde física e mental é fundamental. Caso na sua região a prática de atividade física esteja liberada, **prefira sempre praticar esportes ao ar livre e em horários mais vazios**, como início da manhã. Caso decida voltar para academia, tenha bastante atenção às medidas de proteção: prefira horários menos concorridos, salas com ar circulante e lembre-se sempre de higienizar as mãos e de usar máscara.



- Nas cidades com abertura de parques, restaurantes e comércio, lembre-se que ainda há risco de contaminação. **Evite ambientes fechados, prefira locais ao ar livre e em horários mais vazios.**
- Algumas cidades já retornaram o atendimento médico presencial. Lembre-se de respeitar o horário agendado. **Evite sentar-se muito próximo a outra pessoa na sala de espera, vá de máscara e higienize as mãos com frequência.** Se necessário, leve no máximo um acompanhante.
- Talvez seu médico solicite novos exames de sangue, a **coleta domiciliar é uma boa forma de evitar exposição**, quando for possível.

Se você tem outros fatores de risco, como idade acima de 60 anos, hipertensão, obesidade, ou se seu médico considera o seu tratamento de alto risco, ou ainda se a situação da COVID-19 na sua cidade é considerada crítica, **estratégias extras de distanciamento** são recomendadas:

- **Fique em casa o máximo possível.** Procure limitar as saídas aos motivos essenciais como alimentação, saúde ou trabalho (se você não puder trabalhar de casa).

- **Evite receber visitas**, a menos que estejam prestando cuidados essenciais. A medida do possível, é possível ampliar o contato social utilizando o conceito de **“bolhas sociais”**: escolha encontrar um mesmo grupo pequeno de amigos e/ou familiares que tenha práticas de cuidado e prevenção adequadas.
- Se precisar sair, **evite locais fechados, como shoppings, dê preferência a locais ao ar livre**, como praia ou parque, e tente ficar a 2 metros de distância de outras pessoas o tempo todo.

Vacinação. Diversas pesquisas científicas estão em andamento para o desenvolvimento de uma vacina contra a COVID-19, mas é possível que ainda demore meses ou anos para estar amplamente disponível, por isso não podemos fornecer nenhuma recomendação específica nesse momento.

Lembramos que as vacinas de gripe (influenza) e pneumococo são seguras e estão indicadas para todos os pacientes. Consulte sua equipe interdisciplinar de cuidado no caso de dúvidas.

Ressaltamos que as sugestões acima **não substituem o parecer do seu médico**, que já conhece você e a sua doença! Se alguma informação que você julga importante não foi abordada, por favor, nos envie sugestões por e-mail (secretariabctrims@gmail.com).



(Material adaptado para pessoas com deficiência visual)

31 de julho de 2020.

**Comitê Brasileiro de Tratamento e Pesquisa em Esclerose Múltipla e
Doenças Neuroimunológicas (BCTRIMS) & BCTRIMS Youth League**

Presidente: *Dr. Jefferson Becker*

Participaram da elaboração deste documento: *Dra. Milena Pitombeira,
Dra. Nathane Braga, Dra. Ana Beatriz Ayroza, Dr. Rafael Paternò, Dr.
Giordani Passos, Dra. Samira Apóstolos, Dr. Alfredo Damasceno, Dr.
Marco Lana-Peixoto, Dr. Dagoberto Callegaro, Dr. Jefferson Becker*