Edição Especial

Passo a Passo

Covid-19

tearfund

Índice

03 O impacto global da Covid-19

06 Estudo de caso
Os temores do público são acalmados

08 As perguntas que os cristãos têm feito

10 Como lidar com uma pandemia

13 Como abordar o abuso doméstico

16 O alcance das igrejas

18 Estudo de caso
Apoio psicossocial

18 Estudo de caso
Unidos

20 Compartilhamento de informações confiáveis

24 É verdade?

26 Como reduzir a propagação

28 Estudo de caso
Torneiras "tippy tap"

29 Vacinas contra a Covid-19

32 Estudo de caso
Vacinação na Etiópia

Nota dos editores

Bem-vindo/a à nossa primeira edição especial da *Passo a Passo* – um recurso digital esporádico, criado para abordar um tópico específico em maior profundidade do que em uma edição da *Passo a Passo*.

Nesta edição especial, reunimos artigos adaptados do site Tearfund Aprendizagem, edições anteriores da *Passo a Passo* e outras fontes de confiança para criar um recurso prático e atualizado sobre a Covid-19. Também incluímos várias histórias de como as igrejas e as organizações locais estão trabalhando com suas comunidades para lhes dar apoio durante a pandemia.

Esperamos que este recurso seja útil para você. Diga-nos o que achou!

Jude Collins e Luke Warrington
Coeditores

Capa: Kahigwa Agenonga, na República Democrática do Congo, lavando as mãos para ajudar a prevenir a propagação da Covid-19. Foto: Arlette Bashizi/Tearfund

O impacto global da Covid-19

Luke Warrington

A Organização Mundial da Saúde tomou conhecimento do vírus causador da Covid-19 em 31 de dezembro de 2019. Desde então, até o momento (abril de 2022), mais de 494 milhões de casos foram registrados ao redor do mundo e mais de 6 milhões de pessoas perderam a vida.

Tal como acontece com a maioria dos desafios enfrentados pelo mundo, tais como a mudança climática e os conflitos, as pessoas mais vulneráveis são as que mais sofrem. No entanto, todos nós fomos afetados pela Covid-19 de uma forma ou de outra.

- As restrições de movimento implementadas para reduzir a propagação da doença resultaram em perdas de emprego e renda. Isso causou um impacto particularmente forte no setor informal dos países de baixa

Pessoas sendo incentivadas a lavar as mãos regularmente e usar máscaras para reduzir a propagação da Covid-19 em Bangladesh. Foto: Organização parceira da Tearfund

e média renda, onde muitos dependem de salários diários.

- As crianças perderam oportunidades de brincar, socializar e aprender. Para algumas, isso resultou em atrasos no desenvolvimento, bem como em desafios emocionais e educacionais.
- Com a maior pressão sobre os serviços de saúde, muitas pessoas perderam consultas, tratamento e acesso a medicamentos para outros problemas de saúde que não a Covid-19.
- A saúde mental das pessoas foi afetada pela perda de entes queridos, pela separação da comunidade e dos familiares e por preocupações financeiras e de saúde. Além do agravamento de problemas de saúde pré-existentes, um grande número de pessoas, pela primeira vez na vida, passou por depressão, ansiedade, trauma e outros problemas de saúde mental.
- A combinação dos estresses econômico, emocional e relacionado com a saúde resultou no aumento dos índices de violência e abuso doméstico, afetando particularmente as mulheres e as crianças.
- O medo e a falta de compreensão sobre a doença levaram a teorias da

Na Colômbia, a organização parceira da Tearfund Crecer con Amor (Crescer com Amor) tem distribuído pacotes de alimentos entre as pessoas que não podem trabalhar para ganhar dinheiro devido às restrições da Covid-19. Foto: Edrai Cueto/Tearfund

conspiração, estigma e hostilidade em relação às pessoas que estão tentando ajudar a combater a doença.

- Em muitos países, uma superabundância de informações sobre a pandemia – algumas corretas e outras não – dificultou para as pessoas encontrarem orientações confiáveis quando as necessitam.

O papel das igrejas

Embora muitas igrejas tenham fechado suas portas durante os períodos de lockdown (confinamento), elas encontraram novas maneiras de oferecer assistência prática e apoio espiritual e emocional às pessoas mais afetadas pela pandemia. Em muitos locais, a internet, o rádio, os podcasts, o e-mail, as redes sociais, as mensagens de texto e as ligações telefônicas tornaram-se formas inestimáveis de manter as pessoas conectadas, apoiadas e bem informadas.

As igrejas têm um papel particularmente importante a desempenhar no compartilhamento de informações confiáveis. A Organização Mundial da Saúde reconhece que, quando os líderes religiosos compartilham informações de saúde, é mais provável que elas sejam aceitas do que se vierem de outras fontes, e pesquisas realizadas na Ásia e na África sugerem que o endosso dos líderes religiosos é vital para a aceitação das vacinas contra a Covid-19 nas comunidades.

Esperança

Os impactos da pandemia serão sentidos por muitos anos, mas também há motivos para se ter esperança. A doença estimulou sociedades e cientistas a cooperar em vez de competir, acelerando o desenvolvimento de novos sistemas e soluções médicas, inclusive das vacinas. Em muitos lugares, organizações locais, governos, igrejas e comunidades começaram a trabalhar juntos de novas maneiras para promover a melhoria do bem-estar econômico, emocional e espiritual.

Luke Warrington é coordenador de Informações de Projetos do Grupo de Captação Global de Recursos da Tearfund

Estudo de caso
Os temores do público são acalmados

Em maio de 2020, o governo da Tanzânia afirmou que o país estava livre da Covid-19 e, pouco depois, o Ministério da Saúde parou de divulgar novas informações sobre casos ou mortes. Como o resto do mundo continuava passando por ondas de infecções, anunciadas publicamente, e restrições impostas pelo governo, muitas pessoas na Tanzânia ficaram confusas e com medo.

Em resposta a isso, a Africa Inland Church Tanzania (AICT) auxiliou as lideranças das igrejas a:

- Compartilhar informações claras sobre a Covid-19 com suas igrejas locais, inclusive convidando funcionários locais da área de saúde para falar sobre os sintomas e medidas de prevenção durante os cultos nas igrejas;
- Realizar oficinas de treinamento sobre higiene e saneamento;
- Instalar estações de lavagem de mãos em suas igrejas.

A AICT distribuiu cartazes com mensagens de prevenção da Covid-19 nas igrejas, comunidades e postos de saúde locais. Também foram divulgadas informações sobre a doença em programas locais de rádio e de televisão.

Reconhecendo a necessidade de ajudar as pessoas com microempreendimentos a enfrentar o impacto econômico da Covid-19, a AICT ensinou os membros de grupos de autoajuda a construir torneiras "tippy tap" (um dispositivo para lavar as mãos, sem a utilização dessas para operá-lo, em zonas rurais sem água corrente), fabricar sabão líquido, desinfetante para as mãos e máscaras. Assim, os membros desses grupos puderam ajudar a reduzir a propagação da doença, enquanto continuavam ganhando dinheiro.

Além de reduzir significativamente o impacto da Covid-19 no local, a abordagem proativa da AICT também levou à redução de doenças transmitidas pela água, tais como a diarreia, as infecções urinárias e a cólera.

> **'Os membros das igrejas locais jejuaram e oraram pela misericórdia de Deus e para que Ele protegesse a nação contra a pandemia de Covid-19. Através de orações e da adoção de medidas preventivas, a primeira onda de Covid-19 pôde ser controlada.'**
>
> **Timothy Pallangyo,** gestor de programas da AICT

A igreja na Tanzânia está desempenhando um papel fundamental na conscientização sobre a Covid-19 e na redução da propagação da doença. Foto: Mark PW Scott/Tearfund

Enterros dignos

A falta de informações, o medo e o estigma fizeram com que as pessoas na Tanzânia começassem a esconder o fato de que seus familiares haviam morrido de Covid-19 e os enterrassem à noite.

O Conselho Cristão da Tanzânia trabalhou com os líderes de igrejas para reivindicar enterros dignos. Eles enviaram uma carta de apelo ao presidente, que, em resposta, denunciou na rede nacional de televisão a prática de enterros noturnos e promoveu precauções de saúde positivas contra a doença.

O governo convidou as igrejas a colaborar com a resposta nacional à Covid-19, pediu que os cristãos da Tanzânia orassem por três dias e falou sobre como o envolvimento das igrejas estava ajudando a acalmar os temores do público.

As perguntas que os cristãos têm feito

Sheryl Haw é a ex-diretora internacional da Rede Miqueias Global. Sas Conradie é o líder de Teologia e Engajamento em Redes da Tearfund para a África. Rei Crizaldo é o coordenador de Aprendizagem de Educação Teológica da Tearfund para o Sudeste Asiático. Aqui, eles refletem sobre algumas perguntas comuns relacionadas à pandemia de Covid-19, que os cristãos têm feito.

A Covid-19 é o julgamento de Deus?

Os discípulos de Jesus tinham preocupações semelhantes em Lucas 13:1-5. As pessoas mortas por Pilatos ou esmagadas pela torre de Siloé eram pecadores piores do que outros? Isso foi um julgamento? Jesus claramente diz que não. A Covid-19 também não deve ser vista como um julgamento de Deus. Deus é luz: não há trevas nele. Ele não faz com que as coisas ruins aconteçam, mas ele trabalha em todas as situações para garantir que elas levem a coisas boas (Romanos 8:28).

> **"Deus protege e cura, mas também nos dá conhecimentos e a capacidade de inventar medicamentos e vacinas eficazes."**

Tomar a vacina mostra que a pessoa não tem fé?

Algumas pessoas acham que, em vez de tomarmos a vacina, deveríamos acreditar que Deus nos protegerá do vírus. Deus protege e cura, mas também nos dá conhecimentos e a capacidade de inventar medicamentos e vacinas eficazes. A Bíblia traz muitos exemplos de pessoas que usam medicamentos (Jeremias 8:22; Ezequiel 47:12; Lucas 10:25-37 e Apocalipse 22:2).

A Covid-19 é um sinal do fim dos tempos?

Em todas as gerações, sempre há algumas pessoas que tentam prever quando Jesus voltará. No entanto, ele advertiu seus discípulos claramente de que a data e a hora são desconhecidas (Marcos 13:32). Nosso papel é viver com prontidão para sermos encontrados fazendo o que fomos chamados a fazer. Podemos ver os eventos como a pandemia de Covid-19 como a criação gemendo e desejando a volta de Cristo (Romanos 8:22).

Os homens oram pelo fim da Covid-19 na Etiópia. Foto: Mahider Tulu/Tearfund

Como podemos ter esperança?

Chegará o dia em que Deus habitará plenamente conosco, em um céu e uma terra transformados (Apocalipse 21 e 22). Podemos deixar que essa esperança futura motive a forma como vivemos hoje, enquanto nos apegamos a Deus, nossa rocha, oramos pelo fim da Covid-19 e encontramos maneiras de abençoar nossas comunidades, servi-las e cuidar delas.

Leitura adicional

Uma perspectiva cristã sobre a Covid-19 pela Dra. Ruth Valerio e Gideon Heugh

Como lidar com uma pandemia

O medo e a ansiedade por causa de qualquer doença podem ser insuportáveis e causar fortes reações emocionais. Esse é exatamente o caso quando a doença é altamente infecciosa e tem o potencial de causar perdas significativas de vidas.

O fato de o vírus causador da Covid-19 não poder ser visto muitas vezes aumenta o medo das pessoas, principalmente porque a doença é nova e ainda não é totalmente compreendida. Além disso, as medidas implementadas para conter a propagação da doença, tais como exigir que as pessoas permaneçam em casa, podem causar dificuldades financeiras, solidão e conflitos familiares.

Com o tempo, muitas pessoas ficaram física e emocionalmente exaustas devido às múltiplas pressões relacionadas com a doença, o que pode resultar em dificuldades para dormir, falta de concentração ou a adoção de práticas não saudáveis, tais como o consumo de bebidas alcoólicas ou drogas.

Estratégias de enfrentamento

As estratégias de enfrentamento positivas podem nos ajudar a controlar nosso nível de estresse. Elas podem ser classificadas como: espirituais, físicas, emocionais e mentais.

Estratégias espirituais

Ter um senso de significado, esperança e confiança em Deus pode nos ajudar a lidar com circunstâncias difíceis. As disciplinas espirituais, como a oração, o perdão e o estudo da Bíblia, aumentam o bem-estar. Pertencer a uma igreja oferece apoio tanto espiritual quanto social.

Estratégias físicas

Manter a saúde física por meio de exercícios regulares e uma alimentação saudável é muito importante. Beber muito álcool ou usar drogas pode ajudar a aliviar o estresse no curto prazo, mas, no longo prazo, piorará a situação. A melhor maneira de desenvolver hábitos saudáveis é estabelecer metas pequenas e fáceis de alcançar, como, por exemplo, fazer uma caminhada curta todos os dias. Cada sucesso resulta em um sentimento de realização, aumentando

nossa determinação de fazer mudanças maiores na próxima vez.

Estratégias mentais

Quando já não for mais possível manter as rotinas normais, é importante criar novas rotinas. Essas podem incluir exercícios, oração e horários específicos para descansar, comer e dormir e podem ser flexíveis, mas é bom manter um senso de ritmo diário e semanal, sem tentar fazer coisas demais.

Em tempos de crise nacional ou internacional, é bom manter-nos informados, mas notícias demais podem nos sobrecarregar. Também pode haver informações falsas ou enganosas em circulação, principalmente nas redes sociais. Dependendo das circunstâncias, pode ser melhor acessar uma fonte confiável de notícias apenas uma ou duas vezes por dia.

Pertencer a uma igreja oferece apoio tanto espiritual quanto social.

Estratégias emocionais

Quando passamos por um alto nível de estresse, podemos achar que somos incapazes de controlar nossas emoções e reações. Quando isso acontecer, é muito importante parar e observar o que está ocorrendo em nossa mente e em nosso corpo. Assim, poderemos começar a nos compreendermos melhor, o que nos ajudará a fazer escolhas sábias sobre a melhor forma de responder.

As perguntas que devemos nos fazer são:

- O que estou sentindo? Raiva, tristeza, frustração, tensão no corpo ou sentimento de inutilidade?
- Essas são experiências conhecidas? Quando elas aconteceram antes?
- O que posso fazer em resposta? Orar, fazer exercícios ou conversar com alguém?

Às vezes, podemos relutar em dizer às pessoas como estamos nos sentindo, mas há algo muito poderoso em falarmos sobre um problema e sermos sinceros sobre nossas vulnerabilidades.

Quando pedir ajuda

Há muitas coisas que podemos fazer para apoiarmos a nós mesmos e uns aos outros em tempos difíceis. No entanto, pode haver situações em que é necessária ajuda profissional ou médica: por exemplo, se formos ameaçados ou abusados, se estivermos lutando contra o vício ou se nos sentirmos traumatizados demais para lidar com a situação.

A adversidade sempre nos transforma – às vezes positivamente e às vezes negativamente. O desafio é compreender de que forma mudamos, para que, então, possamos descobrir a melhor forma de seguir em frente.

Leitura adicional

- **Doenças transmissíveis – *Passo a Passo 112***
- **Saúde mental e bem-estar – *Passo a Passo 113***
- ***Psychosocial support during or post a disaster or crisis – a resource kit for churches***
- ***Covid-19: Um guia de saúde mental e atenção psicossocial (SMAP)***

Adaptado de um webinar apresentado por Mark Snelling. Leia o artigo completo em Doenças transmissíveis – Passo a Passo 112.

Mark Snelling é conselheiro e psicoterapeuta especializado em apoiar pessoas que trabalham em ambientes traumáticos ao redor do mundo.

Como abordar o abuso doméstico

Com a propagação da Covid-19 pelo mundo, os relatórios mostram que o abuso doméstico aumentou à medida que famílias e pessoas lutam para lidar com os muitos impactos físicos, econômicos, sociais e emocionais da pandemia.

O termo abuso doméstico (às vezes chamado de violência doméstica) é usado para descrever qualquer ato violento ou negligência dentro da família. Os sobreviventes de abuso doméstico podem passar por muito estresse, dificuldade para dormir, recordações do trauma, sentimentos de agressão, isolamento social, comportamento autodestrutivo, depressão e fobias.

Há muitas formas diferentes de abuso doméstico, mas o abuso de poder sobre membros indefesos da família é uma característica fundamental. Mulheres, crianças, pessoas idosas e aquelas com deficiência estão particularmente em risco.

Tipos de abuso

Abuso físico envolve o uso intencional de força física com o objetivo de causar dor, e, às vezes, resulta em morte.

El Refugio (O Refúgio): um lar para mulheres que estão fugindo da violência doméstica na Guatemala. Foto: Virginia Lattul/Tearfund

Abuso sexual refere-se a situações em que uma pessoa é forçada a participar de uma atividade sexual contra sua vontade, com ou sem violência.

Abuso emocional
Os seguintes tipos de comportamento podem causar danos de longo prazo à autoestima e ao bem-estar de uma pessoa:

- Quando a pessoa, principalmente uma criança, não recebe apoio emocional através de palavras amáveis, incentivo e interesse contínuo.
- Quando a pessoa é constantemente contrariada, criticada, ameaçada ou controlada (por exemplo, através da limitação de seu acesso a dinheiro ou da restrição de seu ir e vir), muitas vezes levando ao isolamento e à falta de autoconfiança.
- Quando há expectativas não realistas do desempenho da pessoa na escola ou no trabalho.

Ajuda aos sobreviventes

O ideal é que os casos de abuso doméstico sejam tratados por profissionais, pois uma ajuda inadequada pode criar novos problemas. No entanto, quando não há assistência profissional disponível, os amigos que estão dispostos a ouvir e oferecer apoio podem fazer uma grande diferença.

Quanto mais cedo os maus-tratos forem identificados e abordados, maiores serão as chances de prevenir problemas adicionais e poder ajudar todos as pessoas afetadas, inclusive os autores do abuso.

Como os amigos podem ajudar?

A primeira coisa importante a fazer é ouvir atentamente a pessoa sobrevivente e acreditar nela. Acompanhe-a a um órgão oficial do governo para fazer a denúncia e ajude-a a encontrar ajuda profissional. Normalmente, os sobreviventes têm medo de procurar ajuda, mas, se receberem esse apoio, eles talvez consigam ir em frente.

Nunca peça à pessoa sobrevivente que ignore ou esqueça o que aconteceu. Tampouco lhe peça que simplesmente perdoe aqueles que a maltratam, principalmente se o abuso continuar ocorrendo. Em vez disso, ela precisa sentir que acreditam nela e ser capaz de falar abertamente. Vergonha e culpa estão entre os sentimentos mais comuns vivenciados pelos sobreviventes de violência doméstica.

Nunca deixe a pessoa pensar que você a culpa pelo que aconteceu. Incentive-a a procurar ajuda e a conversar com alguém em quem ela possa confiar.

O papel das igrejas

Para prevenir o abuso doméstico, precisamos mudar as normas sociais prejudiciais – as regras não escritas que moldam os valores, as atitudes e os comportamentos das pessoas. Os grupos religiosos exercem muita influência sobre as normas sociais e práticas tradicionais. Eles também costumam prestar serviços de educação e saúde nas comunidades locais e muitas vezes podem encontrar maneiras de alcançar os sobreviventes de abuso.

Há várias coisas práticas que podem ser feitas pelas igrejas locais:

- Aprender sobre o abuso doméstico e falar sobre a questão abertamente em pregações e reuniões, enfrentando as ideias prejudiciais sobre gênero a partir de perspectivas teológicas e culturais;
- Prestar serviços, tais como aconselhamento e assistência médica, ou acompanhar os sobreviventes ao acessarem esses serviços;
- Criar espaços seguros para que as pessoas falem abertamente sobre o abuso doméstico. Os grupos de apoio para mulheres e crianças podem ser muito úteis;
- Criar fundos de emergência para prestar apoio a pessoas e famílias em crise;
- Apoiar e fortalecer as mulheres, inclusive por meio de atividades de geração de renda, para que não se sintam forçadas a conviver com autores de violência e abuso a fim de terem suas necessidades básicas atendidas;
- Mobilizar os homens para que se tornem promotores dos direitos das mulheres e das crianças;
- Defender e promover direitos junto às autoridades locais para garantir que elas também sirvam como um espaço seguro onde os sobreviventes possam encontrar compaixão, cuidados e justiça.

O abuso doméstico e outras formas de violência são evitáveis. Todos nós devemos fazer nossa parte para acabar com eles. Podemos começar iniciando conversas em casa e em nosso local de trabalho e culto. Precisamos dar o exemplo das mudanças que queremos ver e inspirar outros a fazer o mesmo.

Leitura adicional

- ***Violência sexual e de gênero – Passo a Passo 106***
- ***Journey to Healing*** (Jornada para a Cura) – materiais de treinamento para o trabalho de apoio entre pares para os sobreviventes de violência sexual
- ***Transformando masculinidades*** – manual de treinamento para Promotores de Gênero e líderes religiosos

O alcance das igrejas

As igrejas podem desempenhar um papel muito importante durante os surtos de doenças como o ebola e a Covid-19. Além de dar esperança e prestar cuidados práticos, elas podem promover mensagens de saúde claras e dar um bom exemplo. Abaixo, estão algumas dicas práticas para ajudar as igrejas e os líderes religiosos a responder bem a qualquer crise de saúde pública.

Promova mensagens corretas

Forneça mensagens claras, atualizadas e corretas sobre a doença, o tratamento e as vacinas, adequadas ao contexto e baseadas em orientações científicas (por exemplo: da Organização Mundial da Saúde).

Use formas criativas de compartilhar informações, como, por exemplo: através de reuniões da igreja e da comunidade (se permitido), dança, teatro, telefonemas, redes sociais, rádio comunitária, vídeos e cartazes.

As mensagens devem incluir orientações claras sobre como reduzir a disseminação da doença tais como lavagem das mãos, distanciamento físico e uso de máscaras.

Conteste as mensagens falsas

O medo ou a falta de compreensão podem levar ao pânico. As pessoas podem fazer falsas acusações contra os que estão com a doença, causando estigma e discriminação. Pode haver informações errôneas sendo disseminadas sobre as vacinas.

Ouça sua comunidade para descobrir se há informações incorretas em circulação e, então, manifeste-se e corrija-as. Procure acalmar o medo e promover atitudes e comportamentos positivos com amor e sem julgamentos.

Ajude os membros das igrejas a usar a Bíblia para decidir como responder à doença. A Bíblia ensina-nos que não devemos culpar os que adoecem. Pelo contrário, somos chamados a abençoar as pessoas que nos rodeiam de forma prática, emocional e espiritual (Hebreus 13:16).

Demonstre comportamentos seguros

Todos os membros das igrejas devem dar o exemplo, demonstrando comportamentos com o potencial de salvar vidas e prevenir a disseminação da doença, tais como lavar as mãos regularmente.

Cuide das igrejas locais

Os membros das igrejas podem se sentir isolados, com medo ou tristes. Alguns podem não estar bem ou podem estar em luto pela perda de entes queridos. Outros podem estar passando por dificuldades financeiras.

Se não for possível encontrar-se com eles pessoalmente, procure outras maneiras de ajudá-los a permanecer conectados para que possam se apoiar mutuamente. Isso poderia ser feito através de chamadas de vídeo, telefonemas ou grupos de redes sociais.

Cuide da comunidade

Como corpo de Cristo, somos chamados a amar a Deus e ao próximo (Marcos 12:30-31). Devemos demonstrar o estilo de vida de Jesus em tempos de crise, vivendo e falando sobre uma vida de esperança, amor e cuidado pelas pessoas ao nosso redor.

Isso pode incluir verificar como as pessoas vulneráveis e isoladas estão para garantir que tenham comida suficiente e que suas outras necessidades básicas sejam atendidas. Também podemos falar em nome dos mais vulneráveis para garantir que não sejam esquecidos pelos formuladores de políticas.

Leitura adicional

- ***Conducting faith activities remotely/virtually*** (Realização de atividades de fé de forma virtual/à distância)
- ***Doenças transmissíveis – Passo a Passo 112***
- ***Atualização semanal sobre a Covid-19***, da Organização Mundial da Saúde
- ***A seção sobre Covid-19 do site Tearfund Aprendizagem*** inclui estudos bíblicos e muitos outros recursos para igrejas e líderes de igrejas.

Ore pelo fim da doença

A igreja recebeu toda a armadura de Deus para responder ao rompimento deste mundo (Efésios 6:10-20). Jesus entende nossos medos e preocupações e pede-nos que os levemos até ele em oração (1 Pedro 5:7).

Estudo de caso
Apoio psicossocial

No Zimbábue, as restrições de movimento devido à pandemia dificultaram para que os membros das igrejas prestassem apoio prático, emocional e espiritual às pessoas na comunidade.

A Evangelical Fellowship of Zimbabwe abordou ministros do governo e pediu-lhes que dessem permissão às lideranças das igrejas para visitar as comunidades, desde que isso fosse feito de uma forma que minimizasse os riscos. Como resultado, a organização recebeu uma carta de isenção do Ministério do Interior, permitindo que as lideranças das igrejas continuassem trabalhando, uma vez que estariam prestando apoio psicossocial, considerado um serviço essencial.

Prestação de apoio prático no Zimbábue. Foto: Tearfund

Estudo de caso
Unidos

No início de 2021, a Evangelical Fellowship of Zambia (EFZ) tomou conhecimento de que havia informações falsas circulando sobre as vacinas Covid-19.

Com o apoio da Tearfund, a EFZ reuniu líderes denominacionais, uma pessoa respeitada da área de teologia e outra da área de ciências, com experiência em vacinas. Juntos, eles ajudaram os líderes a entender que os mitos comuns sobre a vacina eram falsos.

As lideranças denominacionais elaboraram juntas uma declaração sobre as vacinas contra a Covid-19 e ajudaram as igrejas locais a combater as informações errôneas. Esse posicionamento unificado permitiu que a EFZ facilitasse conversas entre as lideranças de igrejas e o Ministro da Saúde, permitindo que as igrejas influenciassem os planos de vacinação do governo contra a Covid-19.

Organizações parceiras da Tearfund na Índia compartilhando informações e orientações sobre saúde com suas comunidades para ajudar a reduzir a propagação e o impacto da Covid-19.
Foto: EFICOR

Compartilhamento de informações confiáveis

É muito importante que todos tenham acesso a informações claras e confiáveis sobre a Covid-19 e como reduzir a propagação da doença, inclusive as opções de vacinação. As pessoas também precisam saber sobre qualquer tipo de apoio econômico e social que estiver disponível.

Há várias maneiras de compartilhar essas informações, inclusive através do rádio, da televisão e de cartazes, folhetos e reuniões comunitárias.

Muitas vezes, a melhor abordagem é usar uma variedade de métodos para garantir que todos recebam as informações de que precisam.

Tenha o cuidado de considerar:

- O melhor idioma (ou idiomas) a ser usado;
- Os níveis de alfabetização (a comunicação verbal é a melhor abordagem? Ou, talvez, o uso de imagens em vez de palavras?);

Os programas de rádio produzidos localmente podem ser uma excelente maneira de compartilhar informações relevantes sobre a Covid-19. Foto: Layton Thompson/Tearfund

- As necessidades das pessoas com deficiência;
- As diferentes necessidades das crianças, das pessoas idosas, dos homens e das mulheres.

A abordagem participativa frequentemente funciona melhor em situações em que as pessoas podem fazer perguntas, discutir e compartilhar entre si as informações mais relevantes para elas.

Por exemplo, um programa de rádio dirigido por membros da comunidade pode oferecer oportunidades para as pessoas expressarem e discutirem suas preocupações ao mesmo tempo que são compartilhadas informações claras e relevantes provenientes de fontes confiáveis. Ouvir amigos e outros membros da comunidade falando no rádio pode ajudar a reduzir os sentimentos de isolamento, confusão e pânico em situações difíceis, como a pandemia de Covid-19.

Bolívia

A organização parceira da Tearfund OESER, na Bolívia, está usando podcasts (gravações de áudio com entrevistas e discussões) para compartilhar informações e estimular conversas sobre questões causadas pelas restrições da Covid-19. Os podcasts abordam temas como gravidez na adolescência, bem-estar e relacionamentos saudáveis.

Os ouvintes dizem que essa tem sido uma excelente maneira de trabalhar com as igrejas durante a pandemia e que os podcasts têm levado a muitas conversas e discussões úteis em suas igrejas e comunidades.

Etiópia

A Evangelical Churches Fellowship of Ethiopia persuadiu o governo a permitir que as lideranças das igrejas usem canais de televisão nacionais para alcançar a população através de orações, cultos e mensagens de prevenção da Covid-19, o que havia sido proibido. Portanto, esse foi um esforço conjunto histórico entre as lideranças religiosas e o governo.

Além de proporcionar conforto espiritual, o uso da televisão está permitindo que a igreja influencie a nação para que ela responda de forma positiva às regras estabelecidas pelo governo para ajudar a impedir a propagação do vírus. A presidente apoiou publicamente a resposta das lideranças religiosas à Covid-19, e as comunidades da Etiópia responderam bem ao exemplo dado por elas.

No Camboja, estão sendo usados cartazes para compartilhar informações sobre como lavar as mãos. Foto: Evangelical Fellowship of Cambodia

Malawi

A organização local Eagles está usando transmissões pelo rádio para compartilhar informações sobre a Covid-19. No início da pandemia, a organização recebeu uma ligação de um membro da comunidade alertando que as pessoas com deficiência visual não tinham acesso às informações escritas compartilhadas pelo governo, pois essas não estavam disponíveis em braile. Muitas também não podiam comparecer às reuniões do povoado, assim não estavam recebendo assistência, tais como artigos de higiene.

A Eagles entrou em contato com os funcionários do governo local, os quais admitiram não estar considerando as necessidades das pessoas com deficiência visual no planejamento de respostas à Covid-19. Desde então, a Eagles recebeu financiamento do governo para produzir folhetos em braile e está reivindicando que o governo forneça mais verbas a organizações e iniciativas distritais para prestar apoio a todos os grupos vulneráveis das comunidades rurais.

Moçambique

O Conselho Cristão de Moçambique percebeu que as pessoas que não falam a língua oficial portuguesa não estavam tendo acesso às informações sobre a Covid-19.

As principais lideranças das igrejas procuraram os funcionários do governo

e pediram que eles começassem a fornecer as informações nos idiomas locais. O governo respondeu de forma positiva e agora está promovendo uma grande campanha de prevenção e conscientização através da televisão e de estações de rádio comunitárias nos idiomas locais e na língua de sinais.

Iêmen

Mariam, no Iêmen, vive em uma casa sem banheiro e precisa viajar uma hora por dia para buscar água. Sua família desenvolveu sintomas de Covid-19, mas, na época, ela nem sabia da doença.

Em reuniões comunitárias, os funcionários da organização parceira local da Tearfund falaram sobre a Covid-19 e ensinaram a todos como diminuir a propagação da doença. Eles também forneceram kits de higiene, que incluíam filtros de água e higienizador de mãos.

"Agora entendemos a importância do distanciamento físico e do consumo de água limpa", diz Mariam. "Foi essa maravilhosa assistência que ajudou a mim e a minha família a permanecer em segurança." Mariam está formando um grupo de mães para continuar aumentando a conscientização em sua comunidade.

Você já ouviu nosso podcast?

Como desenvolver um senso de comunidade (em inglês) oferece às pessoas ao redor do mundo a oportunidade de inspirar e motivar outros, falando sobre seus projetos comunitários e suas ideias.

Se deseja participar, entre em contato!

É verdade?

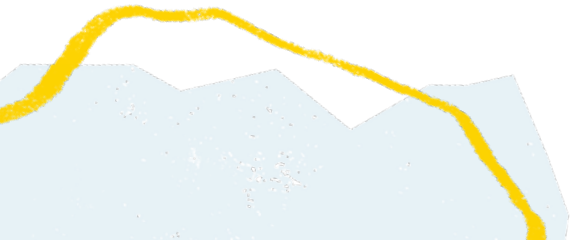
Por Jake Lloyd

O que fazemos em relação à Covid-19 e as decisões que tomamos sobre as vacinas têm o potencial de afetar a nós mesmos e a nossa comunidade em geral. Por isso, é importante que nossas escolhas estejam baseadas em informações confiáveis. No entanto, em alguns locais, as informações contraditórias estão criando confusão.

Para ajudar a decidir se as informações que você leu ou ouviu sobre a Covid-19 e as vacinas são confiáveis, faça estas seis perguntas:

1 Qual é a fonte das informações?

Se as informações vieram de um site, não presuma automaticamente que elas sejam confiáveis. Veja os dados para contato e quais são os valores e os objetivos da organização que as publicou. Se as informações tiverem sido copiadas de uma página de rede social, descubra de onde elas vieram.



2 Você leu mais do que apenas a manchete?

As manchetes costumam ser exageradas para incentivar mais pessoas a ler um artigo. É bom ler o artigo inteiro e, depois, perguntar-se se o título está de acordo.

3 Quem é o autor?

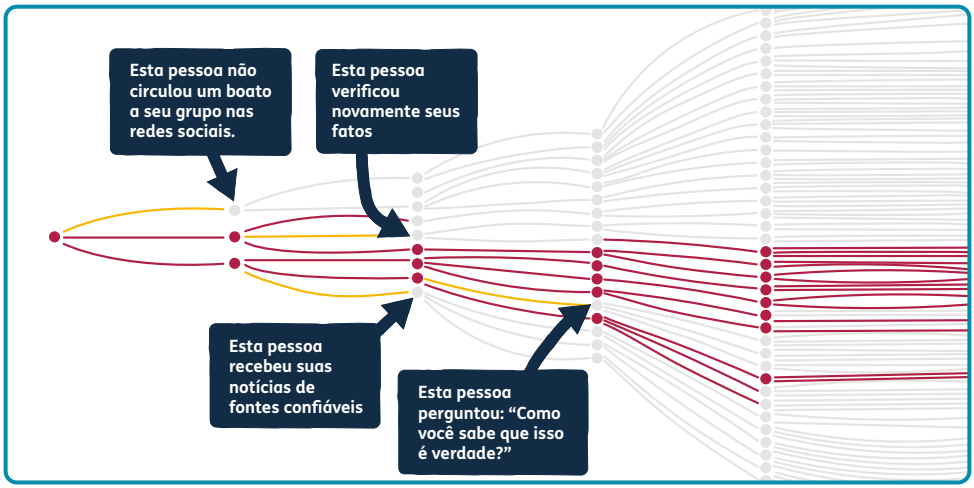
Descubra se o autor é real e de confiança. As fontes confiáveis comprovam o que dizem com evidências sólidas. Verifique várias fontes de confiança para ver se elas dizem a mesma coisa.

4 Quando foram escritas?

Há novas informações provenientes de pesquisas sendo publicadas regularmente sobre a Covid-19 e as vacinas. Uma notícia mais antiga pode estar desatualizada e não ser mais relevante.

5 Você está sendo tendencioso/a?

Pergunte-se se suas próprias opiniões não poderiam estar afetando seu julgamento. Esteja ciente de que os



Este diagrama mostra como as informações falsas podem se espalhar rapidamente de pessoa para pessoa (linhas vermelhas) e como isso pode ser interrompido (linhas amarelas). Podemos reduzir a rápida disseminação de informações falsas descobrindo se o que recebemos é verdade. Se não tivermos certeza de que uma informação seja verdadeira, não devemos transmiti-la a outros. Crédito: Adaptado de uma ilustração da Organização Mundial da Saúde

sites de redes sociais e os recursos de pesquisa na Internet filtram o que eles sugerem que vejamos com base nos tipos de postagens que acessamos no passado, portanto, eles talvez não sejam fontes equilibradas de informações.

6 Se ainda tiver dúvidas, você poderia consultar outras fontes confiáveis?

Se você conhece pessoas com conhecimentos aprofundados sobre a Covid-19 e as vacinas, pergunte-lhes o que pensam.

Adaptado de um artigo originalmente publicado em Doenças transmissíveis – Passo a Passo 112.

Jake Lloyd é o apresentador do podcast Como desenvolver um senso de comunidade (em inglês), um esforço conjunto entre a Rede Arukah e a revista Passo a Passo.

Leitura adicional

- ***Covid-19 advice for the public: Mythbusters*** (Orientações sobre a Covid-19 para o público: Caçadores de mitos), da Organização Mundial da Saúde

Como reduzir a propagação

A Covid-19 é uma nova doença causada por um coronavírus (SARS-CoV-2) que afeta os pulmões.

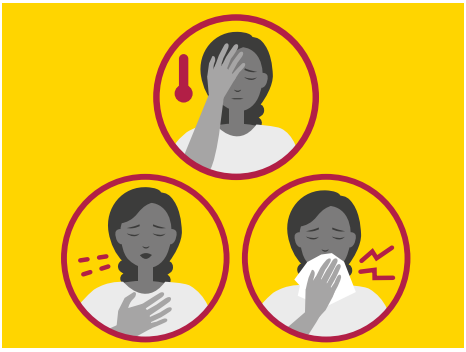
O vírus é transmitido de pessoa para pessoa em gotículas minúsculas lançadas no ar quando elas tossem, espirram e falam. As pessoas também podem se infectar tocando em objetos ou superfícies que contenham o vírus e, depois, tocando nos olhos, no nariz ou na boca. O vírus pode facilmente ser passado de uma pessoa para outra.

Quais são os sintomas?

Os sintomas mais comuns são:

- Uma nova tosse persistente;
- Febre;
- Perda de paladar ou olfato;
- Cansaço.

À medida que surgem novas variantes da doença, outros sintomas também podem se tornar mais comuns, tais como dor de garganta, nariz entupido ou diarreia.



Se você ou alguém conhecido começar a sentir dificuldade para respirar, dor no peito ou perda de fala ou movimento, procure atendimento médico imediatamente. Se possível, ligue primeiro para o seu médico, central de atendimento ou unidade de saúde, para saber qual é a clínica certa que você deve procurar.

Quem pode pegar Covid-19?

Qualquer um pode pegar Covid-19 – jovem ou idoso – inclusive pessoas em boa forma e saudáveis. Para a maioria, os sintomas são leves. Algumas pessoas não apresentam sintoma algum e podem nem saber que estão infectadas com o vírus. Assim, qualquer um pode transmitir o vírus a outros.

A Covid-19 afeta algumas pessoas mais do que outras. A doença pode ser mais grave para:

- Pessoas com comorbidades (doenças já existentes), por exemplo: diabetes, doenças respiratórias ou câncer;
- Pessoas idosas;
- Pessoas com um sistema imunológico fraco.

Como posso reduzir a propagação da Covid-19?

- Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos ou use um gel desinfetante à base de álcool.
- Tape a boca e o nariz com um lenço de papel ou braço dobrado ao tossir ou espirrar.
- Evite tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos se elas não estiverem lavadas.
- Use uma máscara quando for difícil evitar o contato próximo com outras pessoas.
- Mantenha os cômodos bem ventilados.
- Limpe as superfícies regularmente.
- Ao cuidar de pessoas doentes com Covid-19, lave as mãos regularmente e procure reduzir ao máximo o contato direto.

O que devo fazer se eu pegar Covid-19?

A maioria das pessoas recupera-se bem da Covid-19 sem necessidade de tratamento médico. Mesmo que tenha tomado a vacina, você ainda pode contrair a doença, mas os sintomas provavelmente serão mais leves.

Se tiver sintomas:

- Fique em casa e evite o contato com outras pessoas na medida do possível.
- Beba bastante água.
- Descanse.
- Se tiver febre, use uma toalha úmida para se refrescar e, se possível, tome paracetamol.
- Peça a outras pessoas que lhe tragam comida e água para não precisar sair de casa.

Leitura adicional

- Sintomas da Covid-19, descritos pelos Centros de Controle e Prevenção de Doenças
- Orientações sobre a Covid-19 da Organização Mundial da Saúde
- Orientações sobre a Covid-19 dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças da África

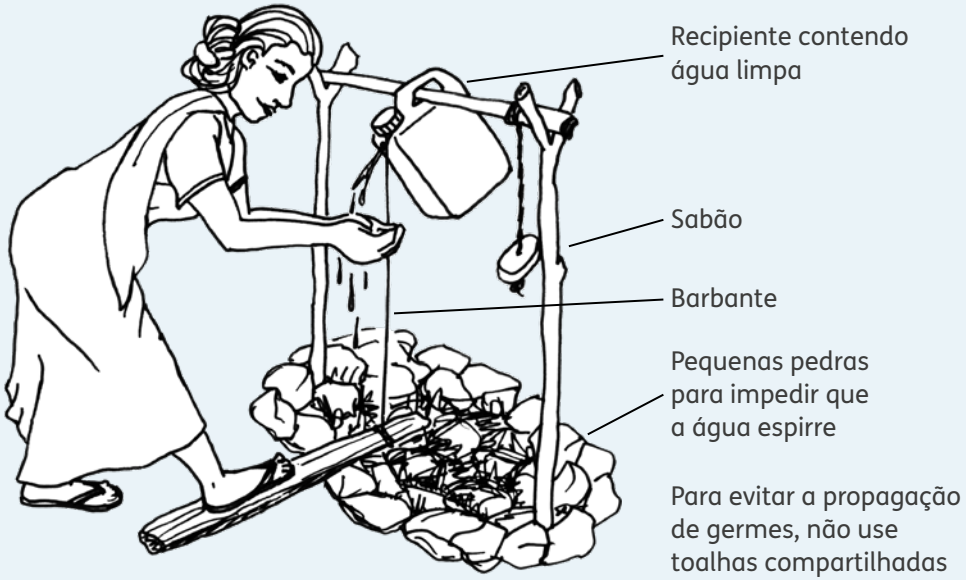
Estudo de caso
Torneiras “tippy tap”

No Haiti, a Tearfund está promovendo a importância de lavar as mãos através de ajuda para que as famílias instalem torneiras ao lado de suas casas. Marc Antoine, que lidera o trabalho da Tearfund no Haiti, diz: “As torneiras ‘tippy tap’ são muito úteis para as comunidades rurais, pois a infraestrutura de água, saneamento e higiene é muito precária nessas áreas. As torneiras servem como um lembrete físico para lavar as mãos constantemente, o que pode ser esquecido, especialmente em casa e nas comunidades sem água corrente”.

As torneiras “tippy tap” são baratas, fáceis de instalar e podem ser feitas com materiais locais. Você só precisa de várias estacas, barbante, sabão e um recipiente para a água. O dispositivo é operado de forma simples, com um pedal, o que reduz significativamente a chance de propagação de doenças, pois o usuário toca somente em uma barra de sabão pendurada por um barbante.

Leitura adicional

- A torneira **“tippy tap”**, um artigo publicado em *Água, saneamento e higiene – Passo a Passo 30*



Vacinas contra a Covid-19

O desenvolvimento de vacinas é um grande avanço na luta global contra a Covid-19. As pesquisas mostraram que as vacinas são muito eficazes na prevenção de doenças graves, hospitalização e morte por doenças.

Como funcionam as vacinas?

As vacinas ensinam o sistema imunológico do organismo a reconhecer e bloquear com segurança o vírus causador da Covid-19, sem causar doenças.

Quando a pessoa é vacinada, seu sistema imunológico aumenta sua capacidade de:

- Reconhecer o vírus invasor;
- Produzir anticorpos (proteínas produzidas pelo organismo para combater doenças);
- Lembrar-se da doença e de como combatê-la.

Se a pessoa for exposta ao vírus no futuro, seu sistema imunológico poderá destruí-lo rapidamente antes que ela fique doente.

As vacinas contra a Covid-19 ensinam o sistema imunológico do organismo a reconhecer e bloquear com segurança o vírus causador da doença. Foto: Shutterstock

Em vez de tratarem uma doença depois de ela começar, as vacinas ajudam a evitar que a pessoa fique doente. Se ela adoecer depois de ter sido vacinada, seus sintomas provavelmente serão mais leves.

As vacinas são seguras?

Para ser aprovada e introduzida em um programa nacional de vacinação, uma vacina precisa mostrar comprovadamente que é segura e eficaz em uma ampla população.

Quando um grupo de cientistas desenvolve uma vacina experimental, são necessários vários estágios de testes. Os cientistas avaliam cuidadosamente a segurança da vacina, inclusive os efeitos colaterais, a forma como a vacina afeta as respostas imunes naturais do organismo e o número de doses necessárias para oferecer proteção suficiente contra o vírus.

Cada estágio testa a vacina experimental com um número maior de voluntários, até que milhares de pessoas tenham tomado a vacina em vários grupos diferentes (idade, etnia, estado de saúde atual etc.).

O monitoramento da vacina continua após ela ter sido aprovada para ser usada. Isso permite que os cientistas acompanhem o seu impacto em diferentes variantes da doença e sua segurança no longo prazo.

Centenas de pessoas decidiram se vacinar contra a Covid-19 durante um evento na Etiópia. Foto: Mahider Tulu/Tearfund

Nenhuma das vacinas contra a Covid-19 aprovadas pela Organização Mundial da Saúde contém células animais ou humanas. Milhões de doses dessas vacinas já foram administradas com segurança por todo o mundo.

Quais são as pessoas que mais precisam ser vacinadas?

A Organização Mundial da Saúde recomenda que, em locais onde o suprimento de vacinas é limitado, as pessoas com maior probabilidade de adoecer gravemente caso contraiam a Covid-19 devem ser vacinadas primeiro.

Essas incluem:

- Pessoas idosas;
- Pessoas com problemas de saúde preexistentes;
- Pessoas com maior probabilidade de serem expostas ao vírus (como profissionais de saúde);
- Mulheres grávidas.

Quantas doses são necessárias?

O número de doses necessárias depende da vacina utilizada. Normalmente, duas ou três doses são suficientes para oferecer proteção contra a Covid-19 por um período significativo de tempo.

Há algum efeito colateral?

Assim como com qualquer vacina, algumas pessoas têm efeitos colaterais que variam de leves a moderados após serem vacinadas contra a Covid-19. Esse é um sinal normal de que o organismo está desenvolvendo proteção contra o vírus.

Alguns efeitos colaterais são: febre leve, cansaço, dor de cabeça, dores musculares, calafrios, diarreia ou dor e vermelhidão no local da injeção. Eles geralmente passam após um ou dois dias e podem ser controlados com repouso, bebendo-se bastante líquido não alcoólico e, se necessário, com medicamentos para aliviar a dor ou a febre.

Também é possível ter efeitos colaterais mais graves ou duradouros, mas esses são extremamente raros.

Leitura adicional

- Covid-19: Vacinas e vacinação

Estudo de caso

Vacinação na Etiópia

Por Mahider Tulu

Devido à confiança nela depositada pela comunidade, a Ethiopian Kale Heywet Church lançou uma campanha com a Tearfund em dezembro de 2021 para promover a conscientização sobre as vacinas contra a Covid-19. Cerca de 2 mil pessoas participaram do evento, o qual durou três dias.

Funcionários do governo dirigiram-se às multidões e houve tempo para homenagear e lembrar daqueles que perderam a vida durante a pandemia. Houve a participação de músicos locais, foram servidos lanches e o evento teve boa cobertura da mídia.

Discussões em grupo

Depois de ouvir as apresentações científicas, práticas e teológicas, foi pedido aos participantes que discutissem em grupos suas opiniões sobre as vacinas contra a Covid-19. Em seguida, os representantes de cada grupo foram convidados a expressar suas preocupações e fazer perguntas. Também foi pedida sua opinião sobre os motivos que poderiam levar as pessoas a optar por não serem vacinadas e o que poderia ser feito para ajudá-las a superar essas barreiras.

Como resultado dessas discussões, centenas de pessoas aproveitaram a oportunidade para se vacinarem durante o evento.

Campanha liderada pelos participantes

Realizar uma campanha liderada pelos participantes, com a inclusão de oração, orientações claras, tempo para discussão e a oportunidade para que as pessoas se vacinassem, mostrou ser um grande sucesso.

> **“Eu costumava ter medo. Hoje meus filhos incentivaram-me para que viesse e eu finalmente vim. Agora que tomei a vacina, gostaria de dizer aos meus vizinhos e à minha comunidade que não há nada a temer”.**
>
> **Participante do evento**

Mahider Tulu é a coordenadora de Gênero e Inclusão Digital da Tearfund na Etiópia

Você assina a revista *Passo a Passo*?

Se não assina, cadastre-se aqui para receber a *Passo a Passo* pelo correio ou e-mail três vezes por ano – gratuitamente!

A *Passo a Passo* é uma revista impressa e digital, que aborda uma variedade de tópicos diferentes, para pessoas que trabalham com sua comunidade local a fim de promoverem mudanças positivas.

Foto: Nick Beasley/Tearfund

Covid-19 – *Edição Especial da Passo a Passo*

Editada por Jude Collins e Luke Warrington

Editoras línguas estrangeiras
Alexia Haywood, Carolina Kuzaks-Cardenas, Helen Machin

Tradução I. Deane-Williams, K. Fernandes, P. Gañez, M. Machado, J. Martinez da Cruz, M. Sariego, S. Tharp

Design www.wingfinger.co.uk

Qualquer parte desta publicação pode ser copiada, reproduzida ou adaptada por pessoas físicas como parte de seu próprio trabalho ou para fins de treinamento, desde que as partes reproduzidas não sejam distribuídas com fins lucrativos e que seja dado crédito à Tearfund. Todas as fotos devem ser creditadas à Tearfund. Para outros tipos de uso dos materiais, inclusive a reprodução de imagens em outros contextos, deve-se obter a permissão da Tearfund.

As opiniões e os pontos de vista expressos nas cartas e artigos não refletem necessariamente os pontos de vista da Editora ou da Tearfund. As informações técnicas fornecidas em *Edições Especiais da Passo a Passo* são verificadas o mais meticulosamente possível, porém não podemos aceitar a responsabilidade caso haja algum problema.

A Tearfund é uma instituição beneficente determinada a ver o fim da pobreza extrema e da injustiça. Mobilizamos comunidades e igrejas ao redor do mundo para ajudar a garantir que todos tenham a oportunidade de alcançar o potencial que lhe foi dado por Deus.

© Tearfund 2022

“A adversidade sempre nos transforma – às vezes positivamente e às vezes negativamente. O desafio é compreender de que forma mudamos, para que, então, possamos descobrir a melhor forma de seguir em frente.”

Mark Snelling, conselheiro e psicoterapeuta

learn.tearfund.org
Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, Reino Unido
+44 (0)20 3906 3906 publications@tearfund.org

Companhia limitada por garantia, registrada na Inglaterra sob o nº 994339. Instituição Beneficente nº 265464 (Inglaterra e País de Gales) Instituição Beneficente nº SC037624 (Escócia).
J515-P (0822)

tearfund