

## Guia de Orientações ao Paciente Encaminhado ao Isolamento Domiciliar

O Ministério da saúde recomendou, o isolamento domiciliar para casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus.

A orientação é feita a pacientes que desenvolvem casos leves da doença, ou que não apresentem fatores de riscos como hipertensão, cardiopatia, pneumopatia, idade acima de 60 anos e após ser avaliado pela equipe de saúde não houver necessidade de internação hospitalar, o paciente deve permanecer em casa enquanto estiver com sintomas da doença, em **ISOLAMENTO DOMICILIAR**.

### Cuidados Importantes no Domicílio:

- Ficar em quarto com janelas abertas e ventilado, de preferência individualizado, enquanto permanecerem os sintomas, ou pelo menos 7 dias após o início dos sintomas;
- A pessoa infectada ou com suspeita de infecção deve trocar se possível a própria roupa de cama. Se houver secreções na roupa de cama, ela deve embalar em um saco plástico antes de levar à máquina de lavar ou ao tanque;
- Também é importante manter uma lixeira ao lado da cama, com saco plástico, para jogar o lixo. Quando o recipiente estiver cheio, a pessoa deve fechar a sacola e só depois despejar em lixeiras comuns, seja da casa, da rua ou do prédio;
- Caso seja possível, deixar um banheiro reservado para a pessoa em isolamento;
- Quando o banheiro é compartilhado, é preciso limpar todas as superfícies: vaso sanitário, interruptores, maçaneta, descarga, box e regulador de temperatura do chuveiro, após o uso.
- Se possível manter o paciente em quarto individual e ventilado. Caso não seja possível tentar manter uma distância de pelo menos 2 metros da pessoa doente.
- Não receber visitas;
- Limitar a circulação do paciente e verificar se ambientes compartilhados (ex: cozinha, banheiro) são ventilados (“se tiver” manter as janelas abertas);
- O cuidador e a pessoa infectada devem usar máscaras bem ajustada ao rosto quando estiverem no mesmo espaço e/ou durante cuidados com a pessoa doente.
- As máscaras não devem ser tocadas ou manuseadas durante o uso. Se a máscara ficar molhada ou suja com secreções, deve ser trocada imediatamente;
- Descartar a máscara se ela for descartável imediatamente após o uso e realizar a higiene das mãos com água e sabonete ou produto alcoólico após a remoção da máscara;
- Em caso de máscaras de tecido estas devem ser lavadas separadamente de outras roupas e também de forma individual e pessoal não misturar as máscaras do doente a outras máscaras. Estas devem ser lavadas com água e sabão neutro, em seguida deixar de molho em solução com água sanitária por 30 minutos, diluir 2 colheres de água sanitária para 1 litro de água. Em seguida passar ferro quente. Recomenda-se guardar em recipiente fechado.

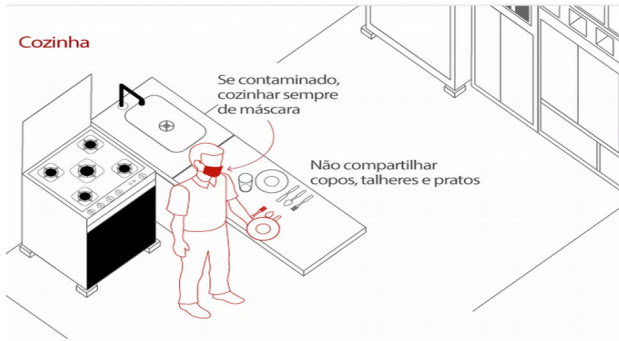
- Realizar com frequência a higiene das mãos com água e sabonete, utilizar, preferencialmente toalhas de papel descartáveis para secar as mãos. Caso toalhas de papel não estejam disponíveis, usar toalhas de pano e trocar quando ficarem molhadas.
- Todos devem cobrir a boca e o nariz durante tosse e espirros, usando máscara cirúrgica, lenços de papel ou cotovelo flexionado, seguido sempre de higiene das mãos;
- Descartar os materiais usados para cobrir a boca e o nariz imediatamente após o uso;
- Evitar o contato direto com secreções corporais, principalmente os orais;
- Luvas, máscaras e outros resíduos gerados pelo paciente ou durante os cuidados com o paciente devem ser colocadas em lixeira com saco de lixo no quarto da pessoa doente antes do descarte com outros resíduos domésticos;
- Evitar o compartilhamento de escovas de dente, talheres, pratos, bebidas, toalhas ou roupas de cama;
- Talheres e pratos devem ser limpos com água e sabão ou detergente comum após o uso e podem ser reutilizados e individualizados para o paciente;
- Não compartilhar celulares, tabletes, teclado de computador, notebook, controles remotos em geral;

### Limpeza da Casa

- A limpeza de alguns móveis e objetos deverá ser realizada diversas vezes ao dia e seguindo cuidados específicos;
- A pessoa que for limpar a casa deve usar máscara, luva, óculos e avental se possível;
- Todas as superfícies de contatos frequentes devem ser limpas: pia, maçanetas, mesas, interruptores, assentos de sofá, cadeiras e vaso sanitário, torneiras, etc;
- Sabão, álcool acima de 70 e desinfetantes são eficientes para a limpeza;
- Manter as lixeiras com tampas fechadas e usar sacos fechados;
- As roupas e acessórios de cama e banho do infectado sempre precisam ser lavadas após o uso e secas em local arejado.

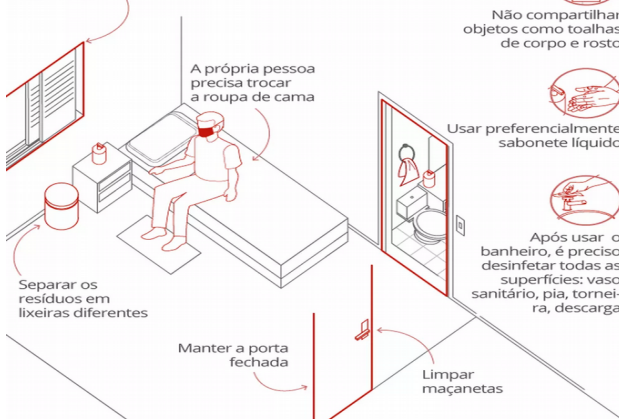
## Guia do isolamento domiciliar

Veja cuidados necessários para garantir o isolamento de suspeitos ou infectados por coronavírus



### Quarto de isolamento

Manter janelas abertas para circulação de ar e entrada de luz solar



### Banheiro

Não compartilhar objetos como toalhas de corpo e rosto



Usar preferencialmente sabonete líquido

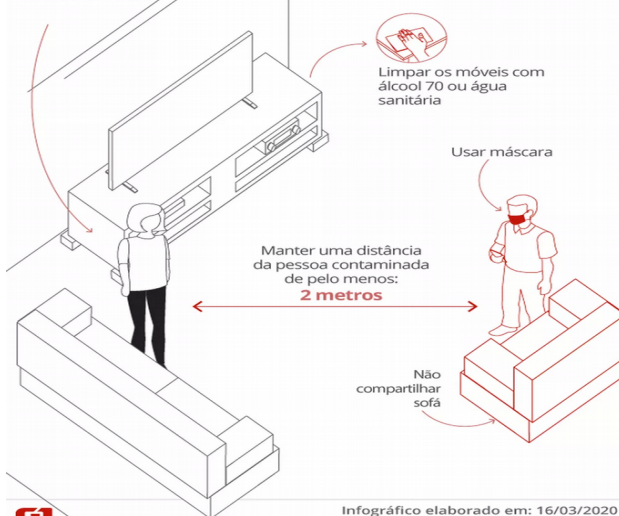


Após usar o banheiro, é preciso desinfetar todas as superfícies: vaso sanitário, pia, torneira, descarga



### Sala

Se houver apenas um quarto, manter a pessoa contagiada nele e instalar os outros moradores na sala



Infográfico elaborado em: 16/03/2020

## Prevenção

Lavar as mãos constantemente é uma das principais formas de prevenção



**1.** Lavar as mãos até a metade do pulso, esfregando também as partes internas das unhas



**2.** Usar álcool 70 para limpar as mãos antes de encostar em áreas como olhos, nariz e boca



**3.** Tossir ou espirrar levando o rosto à parte interna do cotovelo



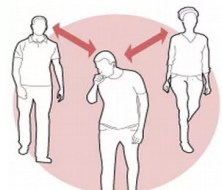
**4.** Evitar multidões



**5.** Usar máscara caso apresente sintomas



**6.** Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de limpar as mãos



**7.** Manter a distância de um metro de pessoas espirrando ou tossindo



**8.** Limpar com álcool objetos tocados frequentemente



**9.** Evitar cumprimentar com beijos no rosto, apertando as mãos ou abraçando



**10.** Evitar sair de casa, caso apresente algum sintoma da gripe



**11.** Utilizar lenço descartável quando estiver com nariz escorrendo



**12.** Se informar sobre os métodos de prevenção e passar informações corretas

Fonte: OMS, Ho Yeh Li, da Faculdade de Medicina da USP, e Rosana Richtmann, do Instituto Emílio Ribas

Infográfico elaborado em: 29/02/2020

