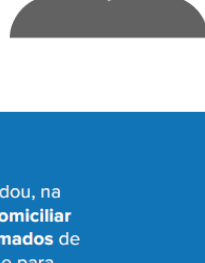


GUIA DO ISOLAMENTO DOMICILIAR:

COMO PREPARAR SUA CASA PARA CONVIVER COM SUSPEITOS DE INFECÇÃO, OU PACIENTES INFECTADOS, POR CORONAVÍRUS



USAR MÁSCARA EM AMBIENTES COMPARTILHADOS, NÃO DIVIDIR ITENS PESSOAIS E DESINFETAR ÁREAS COMUNS SÃO ALGUNS DOS CUIDADOS QUE SE DEVE TER.

O Ministério da Saúde recomendou, na quinta-feira (12), o **isolamento domiciliar para casos suspeitos ou confirmados** de infecção pelo novo coronavírus e para viajantes que cheguem ao Brasil vindos do exterior.

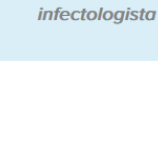
O isolamento em casa pede cuidados específicos, como a **separação de objetos pessoais, limpeza imediata de banheiros após o uso e a separação de indivíduos em cômodos diferentes da casa.**

De acordo com a médica infectologista Roberta Schiavon, integrante da Sociedade Brasileira de Infectologia (SBI), a primeira orientação é **destinar um quarto e um banheiro para uso exclusivo** da pessoa infectada ou com suspeita de infecção.

Quando o local não tem mais de um quarto e mais de um banheiro, a recomendação é deixar o quarto para a pessoa suspeita e, quem não apresenta sintomas, deve dormir na sala, por exemplo.

O cômodo com o paciente isolado deve ficar todo o tempo com a **porta fechada**. Mas é necessário manter a janela aberta para ter **ventilação e entrada de luz solar**.

A pessoa infectada ou com suspeita de infecção tem de **trocar 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.



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.

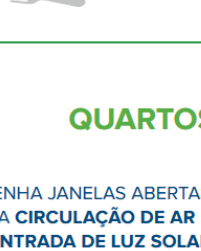
"Moradores de casas menores e com número maior de pessoas precisarão ter mais cuidados higiênicos quanto a espirro, tosse e compartilhamento de objetos",

avisa Renato Grinbaum infectologista e consultor da SBI.

Nos casos de salas compartilhadas ou casas com apenas um cômodo, pessoas infectadas e pessoas sem a doença **não podem compartilhar o mesmo sofá, cadeira ou colchão**. A recomendação é manter **2 metros de distância da pessoa infectada ou suspeita**.



VEJA OS CUIDADOS PARA GARANTIR O ISOLAMENTO DE SUSPEITOS OU INFECTADOS PELO CORONAVÍRUS

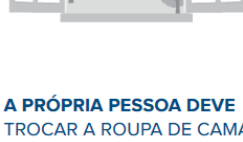


COZINHA

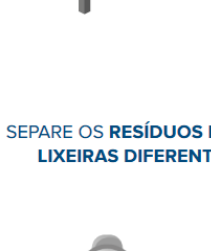
SE CONTAMINADO, **COZINHE SEMPRE DE MÁSCARA**. NÃO COMPARTILHE COPOS, TALHERES E PRATOS.

QUARTOS

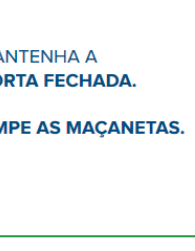
MANTENHA JANELAS ABERTAS PARA A **CIRCULAÇÃO DE AR E ENTRADA DE LUZ SOLAR**.



A **PRÓPRIA PESSOA DEVE TROCAR A ROUPA DE CAMA**.



SEPARE OS RESÍDUOS EM **LIXEIRAS DIFERENTES**.



MANTENHA A **PORTA FECHADA**.

LIMPE AS MAÇANETAS.



BANHEIRO

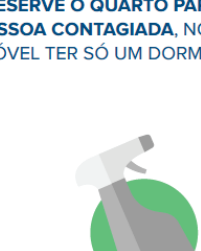
NÃO COMPARTILHE OBJETOS COMO TOALHAS DE ROSTO E CORPO.



USE **SABONETE LÍQUIDO** PREFERENCIALMENTE.

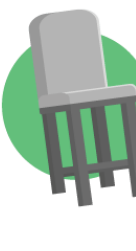
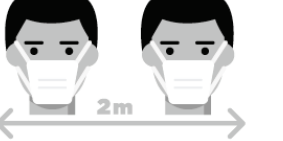


APÓS USAR O BANHEIRO, **DESINFETE TODAS AS SUPERFÍCIES**: VASO SANITÁRIO, PIA, TORNEIRA, DESCARGA.

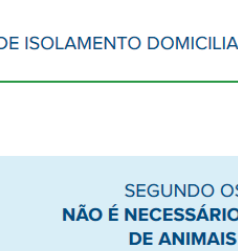


SALA

INSTALE OS MORADORES NA SALA E RESERVE O QUARTO PARA USO DA PESSOA CONTAGIADA. NO CASO DO IMÓVEL TER SÓ UM DORMITÓRIO.



LIMPE OS MÓVEIS COM **ÁLCOOL 70% OU ÁGUA SANITÁRIA**.



USE **MÁSCARA**. MANTENHA PELO MENOS **2 METROS DE DISTÂNCIA** DA PESSOA CONTAMINADA.



NÃO COMPARTILHE SOFÁ, CADEIRA OU COLCHÃO.

FONTE: GUIA DE ISOLAMENTO DOMICILIAR POR CAUSA DO NOVO CORONAVÍRUS — G1

SEGUNDO OS ESPECIALISTAS, **NÃO É NECESSÁRIO MANTER ISOLAMENTO DE ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO**.

AMBIENTES COMPARTILHADOS

Quando estão **dividindo um cômodo**, pessoas infectadas precisam estar com um **lenço de papel ou papel higiênico que cubra o nariz e a boca em caso de tosse e espirro**. Sem esse lenço, as pessoas precisam tossir e espirrar no antebraço e lavar os braços e as mãos imediatamente.

Nos ambientes compartilhados, a pessoa infectada **precisa estar o tempo todo com máscara**. Segundo a alergista e imunologista Patrícia Schlinkert, a recomendação é que **pessoas infectadas nunca passem o dia inteiro no mesmo cômodo em que ficam as não infectadas**. A comunicação também deve ser feita por meios indiretos, como o telefone.

"Nos casos de residentes em domicílios de apenas um cômodo, as pessoas saudáveis devem procurar a casa de algum parente. É quase certo que compartilhar o ambiente vai gerar transmissão, mesmo que se tomem os cuidados de higienização necessários", explica a médica.

COMO DIVIDIR O BANHEIRO

Quando o banheiro é compartilhado, o paciente infectado ou com suspeita de estar infectado precisa desinfetar todas as superfícies usadas por ele: vaso sanitário, interruptores, maçaneta, descarga, box e regulador de temperatura do chuveiro, por exemplo.

Objetos que antes eram compartilhados, como pasta de dente, sabonete de pia e toalha de rosto devem passar a ser individuais. Tire a escova de dente da pessoa infectada ou com suspeita de infecção do mesmo recipiente das demais.

A LIMPEZA DE MÓVEIS E OBJETOS DEVE SER FEITA DIVERSAS VEZES AO DIA E COM CUIDADOS ESPECÍFICOS:

A PESSOA QUE FOR LIMPAR A CASA **PRECISA ESTAR COM MÁSCARA, LUVAS, ÓCULOS E AVENTAL**;

TODAS AS SUPERFÍCIES DE CONTATOS CONSTANTES **DEVEM SER LIMPAS**: PIA, MAÇANETAS, MESAS, INTERRUPTORES, ASSENTOS DE SOFÁ, CADEIRAS E VASO SANITÁRIO, TORNEIRAS, ETC;

O IDEAL É NÃO VARRER OS AMBIENTES. USE PANOS ÚMIDOS, SABÃO, ÁLCOOL ACIMA DO 70% E DESINFETANTES SÃO EFICIENTES PARA A LIMPEZA;

MANTER AS LIXEIRAS COM TAMPAS FECHADAS E USAR SACO HERMETICAMENTE FECHADO;

PREVENÇÃO

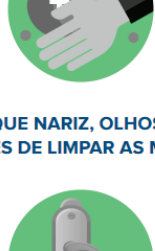
LAVAR AS MÃOS CONSTANTEMENTE É UMA DAS PRINCIPAIS FORMAS DE PREVENÇÃO



LAVE AS MÃOS ATÉ A METADE DO PULSO, ESFREGANDO TAMBÉM AS PARTES INTERNAS DAS UNHAS.



CUBRA BOCA E NARIZ, LEVANDO AO ROSTO A PARTE INTERNA DO COTOVELO, PARA TOSSIR OU ESPIRRAR.



USE **ÁLCOOL 70% PARA LIMPAR AS MÃOS ANTES DE ENCOSTAR EM ÁREAS COMO OLHOS, NARIZ E BOCA**.



USE **MÁSCARA CASO APRESENTE SINTOMAS**.



NÃO TOQUE NARIZ, OLHOS E BOCA ANTES DE LIMPAR AS MÃOS.



NÃO CUMPRIMENTE PESSOAS COM BEIJOS NO ROSTO, APERTO DE MÃOS OU ABRÇOS.



LIMPE COM **ÁLCOOL 70% OBJETOS TOCADOS FREQUENTEMENTE**.



EVITE MULTIDÕES.



MANTENHA DISTÂNCIA DE UM METRO DE PESSOAS ESPIRRANDO OU TOSSINDO.



UTILIZE LENÇOS DESCARTÁVEIS SE ESTIVER COM O NARIZ ESCORRENDO.



EVITE SAIR DE CASA SE APRESENTAR SINTOMAS DE GRIFE.



NÃO USAR VENTILADORES PARA EVITAR QUE OS COMPONENTES QUE ESTÃO NA SUPERFÍCIE SUBAM PARA O AR