

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.

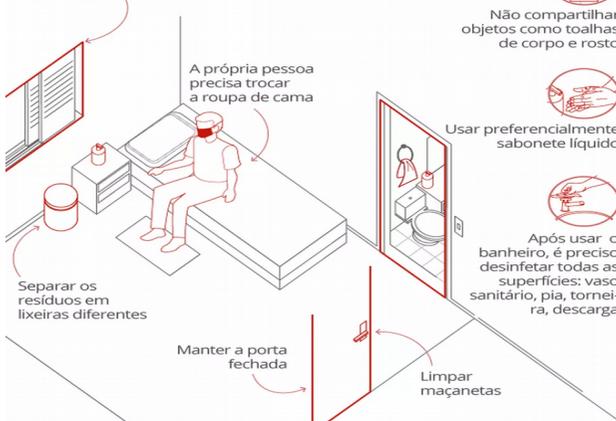
Guia do isolamento domiciliar

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

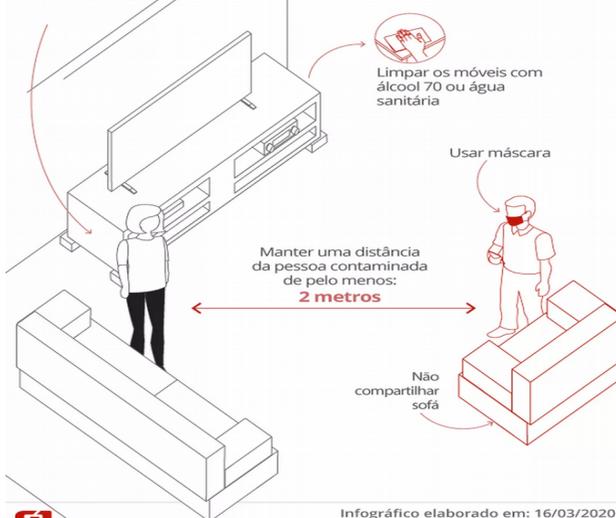
Não compartilhar objetos como toalhas de corpo e rosto

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



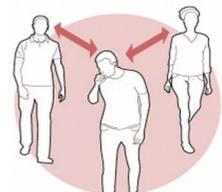
4. Evitar multidões



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

