

CORONAVÍRUS

GUIA DO ISOLAMENTO DOMICILIAR: COMO PREPARAR SUA CASA PARA CONVIVER COM SUSPEITOS DE INFECÇÃO POR CORONAVÍRUS

Usar máscara em ambientes compartilhados, não dividir itens pessoais e desinfetar áreas comuns são alguns dos cuidados que se deve ter com um paciente suspeito ou infectado.



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 domiciliar requer 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.

Nos casos de domicílios que não tenham mais de um quarto e mais de um banheiro, a recomendação é deixar o quarto para a pessoa suspeita. "Se a pessoa compartilha o quarto, o ideal é que quem não apresente sintomas durma na sala, por exemplo", orienta Schiavon.

O cômodo com o paciente isolado deve ficar todo o tempo com a porta fechada. Mas é necessário manter a janela aberta para que haja uma fonte de 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.

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.

"Moradores de casas menores e com número maior de pessoas precisarão ter mais cuidados higiênicos quanto a espirro, tosse e compartilhamento de objetos", alerta Renato Grinbaum, infectologista e consultor da SBI.

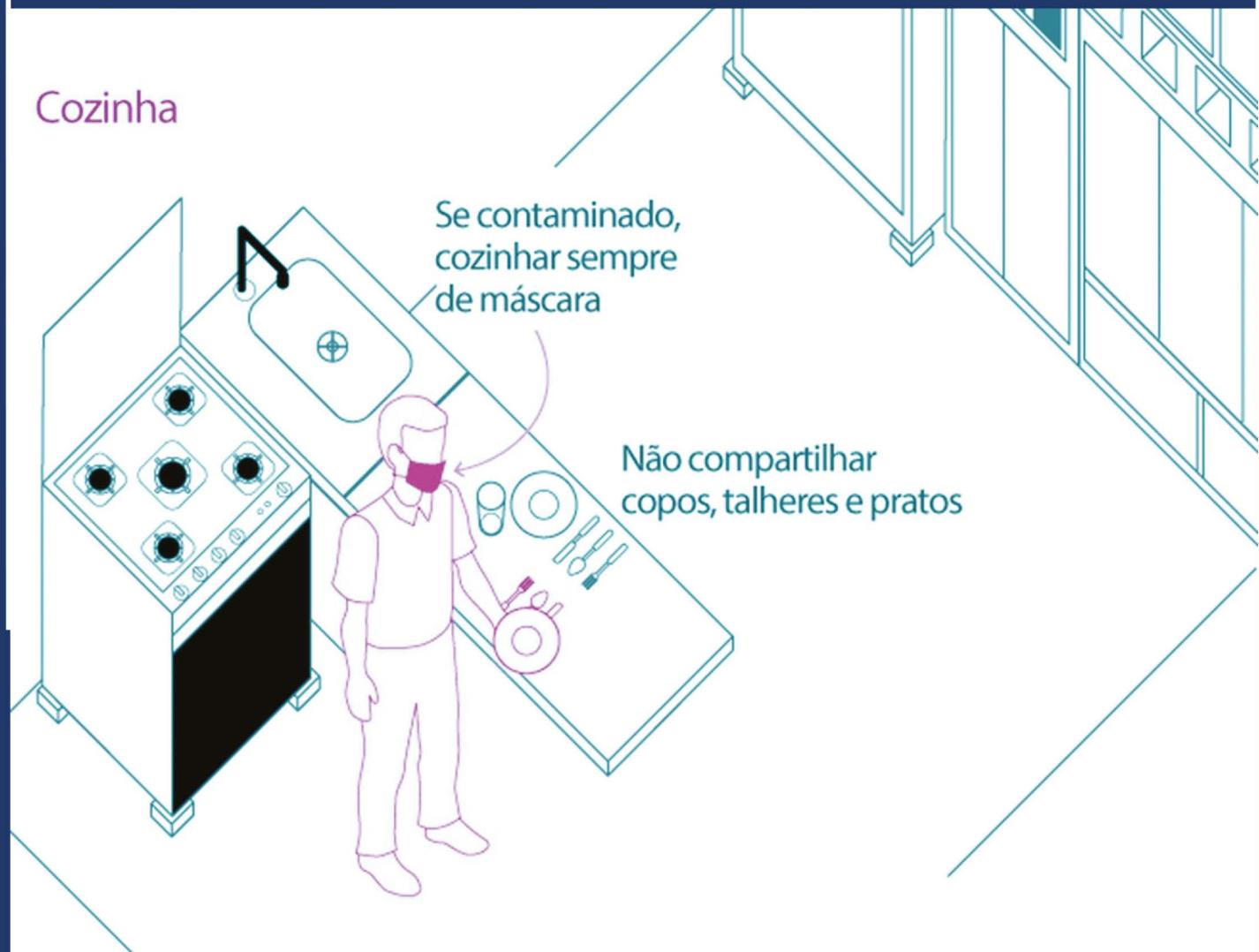


Nos casos de salas compartilhadas ou casas com apenas um cômodo, pessoas infectadas e pessoas sem a doença não podem compartilhar o mesmo sofá ou colchão. "Se for possível, a recomendação é manter 2 metros de distância da pessoa infectada ou suspeita", diz Schiavon, da SBI.

Guia do isolamento domiciliar

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

Cozinha



Quarto de isolamento

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



A própria pessoa precisa trocar a roupa de cama

Separar os resíduos em lixeiras diferentes

Manter a porta fechada

Limpar maçanetas

Banheiro



Não compartilhar objetos como toalhas de corpo e rosto



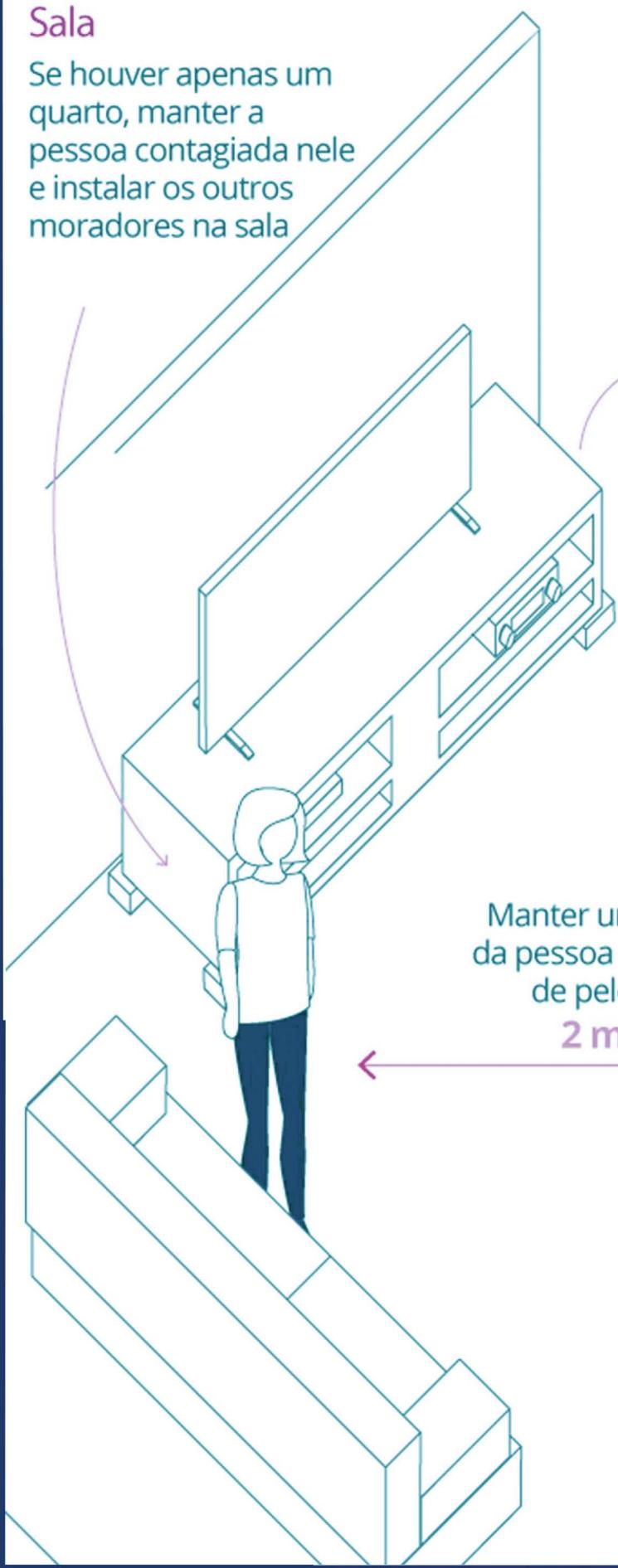
Usar preferencialmente sabonete líquido



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



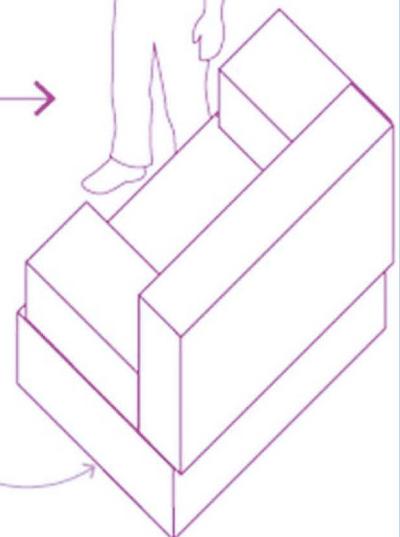
Limpar os móveis com álcool 70 ou água sanitária

Usar máscara



Manter uma distância da pessoa contaminada de pelo menos:
2 metros

Não
compartilhar
sofá



Segundo os especialistas, não é necessário manter isolamento de animais de estimação. “Os animais pegam outro tipo de coronavírus, inclusive prevenido pelas vacinas V8 e V10, recomendada para cães”, explicou Schiavon.

Ambientes compartilhados

Quando estão dividindo 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. Se as pessoas não tiverem esse lenço, precisam tossir e espirrar no antebraço e lavar os braços e as mãos imediatamente.

Nesses 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 minha sugestão, nos casos de residentes em domicílios de apenas um cômodo, é que as pessoas saudáveis procurem a casa de algum parente. É quase certo que compartilhar o ambiente vai gerar transmissão, mesmo que se tomem os cuidados de higienização necessários, porque isso não impede a transmissão, apenas diminui a possibilidade”, explica a médica.

Ela também orienta que a comunicação seja feita por meios indiretos, como o telefone.

Como dividiro 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. Também é necessário tirar a escova de dente da pessoa infectada ou com suspeita de infecção do mesmo recipiente das demais.



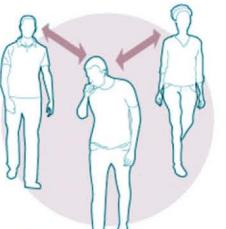
Limpeza da casa

A limpeza de alguns móveis e objetos precisará ser feita diversas vezes ao dia e seguindo cuidados específicos:

- a pessoa que for limpar a casa precisa estar com máscara, luva, 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;
- sabão, álcool acima de 70 e desinfetantes são eficientes para a limpeza;
- manter as lixeiras com tampas fechadas e usar saco hermeticamente fechado;
- as roupas e acessórios de cama e banho do infectado sempre precisam ser lavadas após o uso e secas em local arejado.

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
- **8.**
Limpar com álcool
- **9.**
Evitar cumprimentar
- **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