

## ORIENTAÇÕES PARA ISOLAMENTO DOMICILIAR EM CASOS DE INFECÇÕES RESPIRATÓRIAS



**Recomendações** para ajudar a impedir a propagação do **novo coronavírus**:



- Ao ir para casa, durante todo o percurso, lembre-se de **manter a máscara cirúrgica** cobrindo nariz, boca e queixo.



- **Permaneça em casa**, de preferência restrito a um quarto e com o mínimo contato com outras pessoas, em especial com idosos. Não receba visitas. Não divida a cama, sofá, etc. Escolha um quarto bem ventilado e fique a maior parte do tempo nesse quarto, saindo apenas em casos excepcionais. Manter membros da família em cômodos separados. Se for necessário sair do quarto, ANTES, coloque a máscara mantendo sempre distância mínima de 2 metros de outras pessoas.



- Somente saia de casa por extrema necessidade e sempre usando máscara cirúrgica. **Não frequente, em hipótese alguma, locais com aglomerações** como shopping, igreja ...



- **Lave as mãos frequentemente** com água e sabão por pelo menos 40 segundos. Se não houver água e sabão, usar álcool. Evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.



- **Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e nariz com um lenço** descartável (ex: papel higiênico, toalha de papel, guardanapo, lenço de papel) e jogue no lixo. Se não tiver lenço, cubra com o cotovelo. Nunca use as mãos. Coloque uma lixeira com saco de lixo/sacola para jogar fora os lenços de papel e outros resíduos gerados pela pessoa em isolamento no quarto da mesma. Não misture esse resíduo com outros da casa. Retire o lixo do quarto diretamente para ser descartado. Lave as mãos após tossir ou espirrar ou manusear o saco de lixo.



- **Use máscara cirúrgica descartável sempre que estiver em contato com outras pessoas que divida a casa.** Troque a máscara sempre que úmida ou suja.



- **Não dividir** talheres, copos, alimentos, chimarrão, toalhas, pasta de dente, roupa de cama e banho com outras pessoas. Ao trocar ou lavar itens utilizados pela pessoa em isolamento, lave-os separadamente com sabão e água corrente.



- **Colocar a roupa contaminada em uma bolsa de roupa ou saco plástico separada das roupas dos outros integrantes da casa.** Não agitar a roupa contaminada. Evitar contato da pele com a roupa e demais materiais contaminados. Lavar as roupas, roupas de cama e banho da pessoa em isolamento domiciliar utilizando água e sabão em pó, podendo ser lavadas na máquina de uso doméstico comum, e após, bem secadas.



- **Limpar e desinfetar diariamente as superfícies tocadas com maior frequência** e também toda área ocupada pela pessoa em isolamento domiciliar (exemplo, mesa de cabeceira, quadros de cama e demais móveis do quarto). Os produtos ideais para a realização da limpeza são sabão ou detergente doméstico e para desinfecção utilizar água sanitária;



- **Lavar frequentemente o banheiro da casa com água sanitária.** A pessoa que for limpar o ambiente contaminado precisa usar luva de borracha grossa e máscara se possível. Não usar vassoura, somente pano úmido. Trocar de roupa após o final da limpeza.



- **Limpar e desinfetar com álcool objetos e superfícies tocados com frequência**, como brinquedos, maçanetas, interruptores, celulares, controles remoto e corrimão de escada.



- **Resgarde-se e esteja atento ao resultado de exame.**



- **Indivíduos próximos que manifestem sintomas** deverão procurar imediatamente o serviço de saúde utilizando máscara cirúrgica e informar na admissão que teve contato com paciente de caso suspeito ou confirmado.

Secretaria  
da Saúde



Se piora dos sintomas ou qualquer dúvida, antes de se dirigir a um serviço de saúde ligue para:  
**3481-5165 ou 3417-1360/ 98911- 9892**  
e procure preferencialmente os serviços de Pronto Atendimento.