



Tem um caso suspeito
ou confirmado de COVID-19
dentro de casa?

**Saiba como proteger
a sua família.**

**14 DIAS A PARTIR
DA DATA DE INÍCIO
DOS SINTOMAS**

Esse é o tempo que o doente precisa ficar isolado das outras pessoas, mesmo que os sintomas melhorem. Os casos mais graves podem transmitir o vírus por um tempo maior.

**QUANDO PROCURAR
UM MÉDICO?**

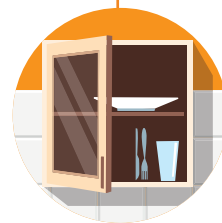
O doente com diagnóstico confirmado ou suspeito de COVID-19 deve retornar para avaliação médica se sentir piora dos sintomas ou falta de ar, sempre com uso de máscara e cuidados de higiene no trajeto. Se for possível, deve evitar o transporte público.

PREPARE A CASA



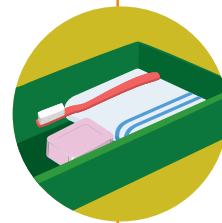
Separe um quarto (ou uma área da casa) para o familiar doente ficar em isolamento. Retirar do local o excesso de móveis e objetos, manter as portas fechadas e as janelas abertas o maior tempo possível para ventilação e entrada da luz solar.

Separe pratos, copos e talheres para uso exclusivo do familiar doente. Guarde-os em local separado para não confundir. Lave-os separadamente dos utensílios usados por outros moradores.



O familiar doente não deverá compartilhar o local de dormir com outras pessoas. Cama, sofá e cadeira também não devem ser compartilhados.

Separe creme dental, escova de dente, pente e sabonete para uso exclusivo do familiar doente.



Separe roupas, lençóis, cobertores, travesseiros e toalhas exclusivos para o familiar doente. Após o uso, coloque-os em sacos plásticos até a lavagem. Lave-os separadamente das roupas dos outros moradores.

O familiar doente deve fazer as refeições isolado dos demais moradores. É importante beber bastante líquido (água, suco e chá) e, de preferência, comer alimentos naturais, leves e saudáveis.



LIMPEZA E HIGIENE



O local de isolamento deve ser higienizado diariamente, de preferência pelo próprio doente, ou alguém que ajude com as devidas medidas de proteção. Higienize as superfícies e objetos, como maçanetas, torneiras, interruptores e celular com álcool 70% ou desinfetante.

Lave as mãos diversas vezes ao dia, especialmente antes de comer, cozinhar e após ir ao banheiro. Lave sempre com água e sabão ou use álcool em gel 70%. Essa rotina deve ser de todos os moradores da casa.



Separe uma lixeira com saco plástico (sem furos) para descartar todo lixo gerado pelo familiar doente (alimento, bebida, lenços, luvas, máscaras, etc.). Use máscara e luvas descartáveis na hora de retirar o lixo, que deve ser muito bem fechado, e lave as mãos logo após mexer no lixo.

CUIDADOS QUE O FAMILIAR DOENTE DEVE TER COM OS OUTROS MORADORES



Permanecer o máximo de tempo que puder com a máscara para diminuir a disseminação do vírus no ambiente.

Quando o banheiro for compartilhado, levar o seu próprio material de higiene pessoal e organizar para ser a última pessoa a tomar banho. Após o uso, retirar seus pertences e desinfetar todas as superfícies.



Comunicar-se com outros moradores à distância ou por meio do telefone celular. Permanecer na área de isolamento e evitar andar pela casa, mas, se for necessário, sempre utilizar máscara.

Caso o familiar doente precise de ajuda, escolha uma única pessoa na casa para exercer a função de cuidador, de preferência quem está em boas condições de saúde.



Evitar cozinhar. Mas caso não tenha outra alternativa, usar máscara de proteção cobrindo boca e nariz o tempo todo.

E se a casa for pequena? Se compartilhar o mesmo ambiente com outros moradores, todos devem fazer o uso da máscara, manter a distância de 1,5 m e intensificar os cuidados com a higiene.



Proteger moradores do grupo de risco. O ideal é que, durante o período de isolamento, a pessoa do grupo de risco fique hospedada em outra casa, se isso for possível.

E se a pessoa doente estiver amamentando? Pode continuar a amamentar, porém sempre com o uso da máscara e rigorosa higiene e desinfecção das mãos, objetos e superfícies.



E se o familiar doente for criança? As orientações de cuidados são as mesmas, porém podem ser mais difíceis de cumprir. O ideal é que seja escolhida uma pessoa para ficar em contato mais direto sempre com uso de máscara e higiene frequente das mãos, objetos e superfícies.

