



Orientações sobre cuidados do paciente com COVID-19 e de seus contactantes

(Imprimir duas vias - uma será entregue para o paciente e a outra deverá ficar retida na Unidade até o término da pandemia)

5ª edição - 25 de março de 2021

1 - Comportamento

- Permanecer em casa em quarto individual e bem ventilado. Se não for possível, outros moradores da casa devem permanecer a um metro de distância (distância de um braço esticado de um adulto) da pessoa em isolamento. Encontrar uma lixeira com tampa para uso individual.
- Ao circular em locais comuns da casa, manter janelas e portas abertas.
- Definir um ajudante se necessário, de preferência sem doenças crônicas (Pressão alta, diabetes, etc)
- Não receber visitantes em hipótese alguma durante o período de isolamento.
- A pessoa em isolamento deve sair de casa somente em casos de emergência e sempre usando máscara. Preferencialmente, não utilizar ônibus ou lotação. Se tiver falta de ar, considerar chamar uma ambulância (SAMU 192); já em casos mais brandos, utilizar um transporte em veículo particular (com janelas abertas) se possível.

2 - Utilização de máscaras

- Se for disponível um cômodo para isolamento, não é necessário o uso da máscara enquanto estiver sozinho dentro dele. Não tendo um cômodo disponível para tal, é recomendado o uso de máscaras quando outras pessoas estiverem no mesmo cômodo.
- Tomar cuidados ao espirrar e tossir - cobrir o nariz e boca, utilizando a parte interna do cotovelo ou um papel descartável, quando for tossir ou espirrar. Lavar as mãos com água e sabão/detergente ou aplicar álcool gel após.
- Cuidadores/familiares devem usar máscara sempre que estiverem no mesmo ambiente do paciente.
- Para retirar a máscara, deve-se retirar sem tocar na parte da frente, retirando-a por trás. Após sua retirada, colocar em um saco plástico se for colocar no lixo ou colocar imediatamente em um bacia ou balde de molho. Após, fazer lavagem adequada das mãos com água e sabão/detergente ou álcool gel.

3 Medidas de Higiene

- A higiene das mãos pode ser feita com álcool em gel se não estiverem com sujeira perceptível - caso estejam, deve ser feita com água e sabão ou detergente. Sempre nos seguintes momentos:
 - Antes e após contato com outra pessoa, antes e após preparação de alimentos, antes e



após a utilização do banheiro, após espirrar, tossir ou coçar o nariz ou olhos e sempre que as mãos parecerem sujas ou tiver sido feito o uso de álcool gel por várias vezes.

- A pessoa em isolamento deve ter toalha para banho e rosto que não seja utilizada por outras pessoas e que devem ser trocadas e lavadas sempre que estiverem muito molhadas. As toalhas devem ser lavadas ou deixadas de molho e guardadas separadas das outras roupas e toalhas de outras pessoas, sempre que possível. Se possível, secar as mãos com toalhas de papel.
- O ajudante deve evitar contato com qualquer tipo de secreção da pessoa em isolamento. Se contato for necessário, utilizar máscara e higienizar as mãos antes e depois de colocar e retirar a luva e a máscara. Superfícies utilizadas com alta frequência (como criados-mudos, mesas, escrivaninhas etc..) devem ser limpas com álcool 70% ou com outro desinfetante diariamente.
- Lenços de bolso de tecido não devem ser utilizados.

4 - Cuidado com itens pessoais

- Roupas de cama, toalhas, copos e talheres devem ser de uso exclusivo da pessoa em isolamento. Após lavados, esses itens podem ser reutilizados. A roupa de quem estiver em isolamento (assim como roupa de cama e toalhas) não deve ser misturada com a das outras pessoas da casa e deve ser colocada em saco plástico até a lavagem em separado, que deve acontecer assim que possível.
- Evitar contato direto da pele com os materiais contaminados (fraldas, toalhas por exemplo). Pode-se utilizar luvas para o seu manuseio. Se forem luvas de limpeza, devem ser lavadas após uso.

5 - Descontinuidade do Isolamento

- Se os exames descartarem que se trata de uma infecção pelo coronavírus, o isolamento deve terminar assim que os sintomas gripais forem resolvidos.
- Se os exames confirmarem a infecção pelo coronavírus, o isolamento deve terminar após pelo menos 10 dias do início dos sintomas e desde que a pessoa esteja assintomática nas últimas 24 horas. Caso não haja melhora do quadro após este período, é importante procurar a unidade de saúde mais próxima da sua residência para que seja feita a reavaliação.

6 - Testagem de contactantes domiciliares

- Todos os contactantes domiciliares de pessoas com casos confirmados (por exame PCR ou TR Ag) devem ser avaliados. Para essas pessoas, será solicitado exame de PCR, que deve ser realizado entre 2-8 dias depois do início dos sintomas ou da data da coleta do exame da pessoa do domicílio confirmado para COVID-19. Entre em contato com a equipe de saúde para realizar a avaliação dos contatos domiciliares e encaminhar a testagem necessária (telefones das US - ver em '[Lista de postos de saúde - A a Z](#)').

Caso o contactante domiciliar esteja assintomático e já esteja vacinado com esquema completo de imunização a pelo menos 15 dias ou já tenha tido exame positivo para COVID (PCR ou TR antígeno) nos últimos 90 dias, não é necessário realizar nova coleta.



**TERMO DE DECLARAÇÃO PARA AFASTAMENTO DAS ATIVIDADES LABORAIS E
ISOLAMENTO DOMICILIAR**

Eu, _____, RG nº _____, CPF nº _____, residente e domiciliado na (rua/número) _____ Bairro _____, na cidade/ Estado _____/_____, declaro que fui devidamente informado(a) pelo profissional _____, número do conselho profissional _____, sobre a necessidade de isolamento e da importância das medidas acima, bem como do isolamento necessário para as pessoas que residem no mesmo endereço ou dos trabalhadores domésticos que exercem atividades no âmbito residencial, com início em ___/___/2021 e término em ___/___/2021.

Nome das pessoas que residem no mesmo endereço que deverão cumprir medida de isolamento domiciliar e vínculo familiar:

Nome	Vínculo:	Nome	Vínculo:
1.		5.	
2.		6.	
3.		7.	
4.		8.	

Assinatura da pessoa sintomática: _____

Data: ___/___/___ Hora: ____: ____