

Orientações sobre isolamento domiciliar do paciente 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

3ª edição - 23 de Junho de 2020

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 orientado
- 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. Caso precise buscar atendimento, ligue antes para o local para avisar e informar que está com suspeita ou confirmação de COVID-19.

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 importante usar a máscara pelo maior tempo possível, trocando-a quando estiver úmida ou suja por outra que esteja limpa e seca.
- A máscara também deve ser utilizada sempre que precisar sair do quarto de isolamento. É muito importante aplicar rigorosamente a higiene respiratória (cobrir o nariz ao tossir com a parte interna do cotovelo, ou com um papel descartável e 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.
- Não tocar ou manusear a máscara durante a sua utilização.
- 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 antes de colocar no lixo. 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 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 secreções orais, respiratórias e com fezes. Se contato for necessário, utilizar máscara e higienizar as mãos antes e depois 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 algum 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

- A decisão de descontinuar o isolamento depende de cada caso.
- 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 14 dias do início dos sintomas. Caso não haja melhora do quadro após 14 dias, é importante procurar a unidade de saúde mais próxima da sua residência para que seja feita a reavaliação.

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 __/__/2020 e término em __/__/2020.

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

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

Assinatura da pessoa sintomática: _____

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