



# 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.

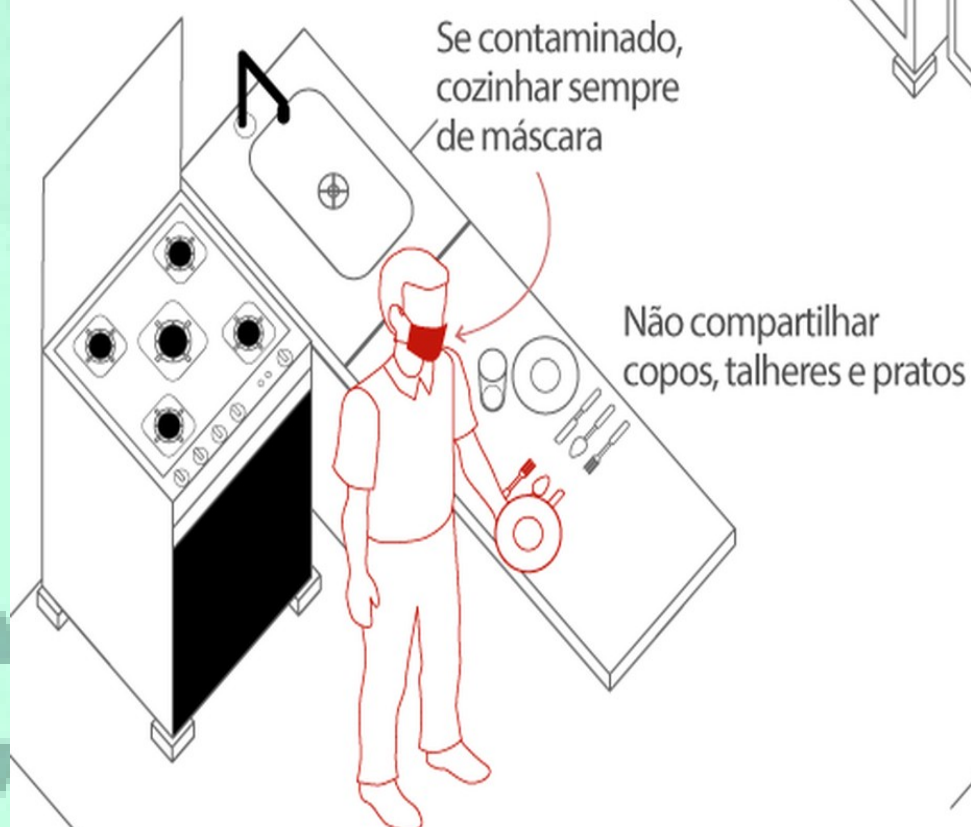
"Moradores de casas menores e com número maior de pessoas precisarão ter mais cuidados higiênicos quanto a espirro, tosse e compartilhamento de objetos", alerta Renato Grinbaum infectologista e consultor da SBI.

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



## Banheiro



Não compartilhar  
objetos como toalhas  
de corpo e rosto



Usar preferencialmente  
sabonete líquido



Após usar o  
banheiro, é preciso

Separar os resíduos em lixeiras diferentes

desinfetar todas as superfícies: vaso sanitário, pia, torneira, descarga

Manter a porta fechada

Limpar maçanetas

## Sala

Se houver apenas um quarto, manter a pessoa contagiada nele e instalar os outros moradores na sala



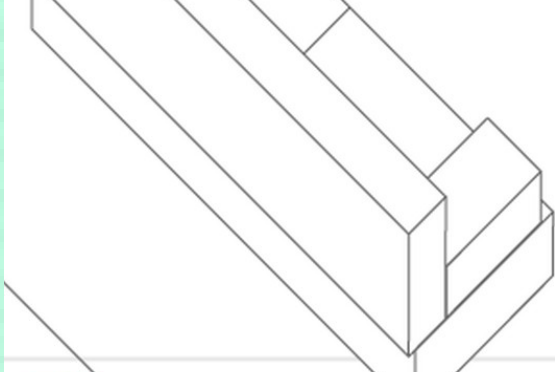
Limpar os móveis com álcool 70 ou água sanitária

Usar máscara

Manter uma distância da pessoa contaminada de pelo menos:

**2 metros**

Não



**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 dividir o 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.

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 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



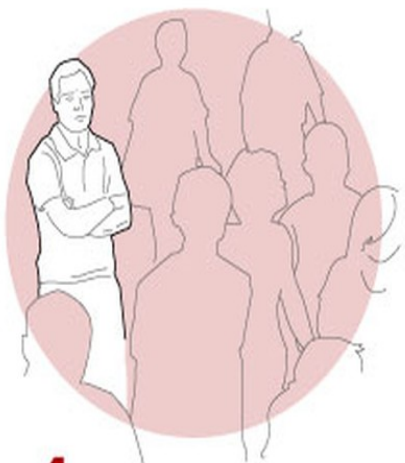
**2.**

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