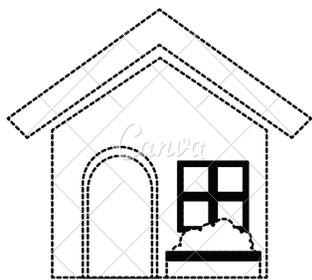


GUIA SOBRE ISOLAMENTO DOMICILIAR



**COMO PREPARAR A CASA
QUE VOCÊ MORA
QUANDO ALGUÉM
ESTIVER COM SUSPEITA
OU COM CORONAVÍRUS**



**DISQUE COVID-19
0800 770 1160
PARA ORIENTAÇÕES E DÚVIDAS**

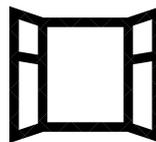
CÔMODO DE ISOLAMENTO PARA A PESSOA COM SUSPEITA OU QUE JÁ TEM O CORONAVÍRUS.



Esta pessoa deve estar separada das outras pessoas da casa; Se a casa tem mais de um banheiro, deixe um banheiro só para ela. Sempre que possível, um comodo isolado deve ser desta pessoa.



Oriente esta pessoa que a porta deste comodo deve estar sempre fechada, mas com a janela aberta para entrar ar fresco e luz do sol.



Os cuidados de arrumação e limpeza do quarto tem que ser de responsabilidade desta pessoa.



A roupa pra lavar tem que ficar e um saco plástico para ir ao tanque ou máquina de lavar.

Mantenha um cestinho de lixo com saco plástico neste cômodo. Quando o cestinho estiver cheio, feche o saco e só depois despeje em lixeiras comuns.



Esta pessoa pode ficar no cômodo isolado sem a máscara de proteção, mas na hora que for para outro local, é obrigatório colocar a máscara.



Lenços de papel devem ficar no cômodo para serem usados na hora de espirrar cobrindo o nariz e a boca. Ou espirre cobrindo a boca e o nariz com o cotovelo dobrado.

ISOLAMENTO DOMICILIAR AMBIENTES COMPARTILHADOS



Sempre coloque a máscara em alguém com suspeita ou que já tem o coronavírus que estiver no mesmo cômodo.



Com lenço de papel cubra o nariz e a boca ao tossir ou espirrar.

Se não tiver lenço de papel, ao tossir ou espirrar leve o rosto na ao cotovelo e lave os braços e as mãos imediatamente.



Mantenha uma distância de pelo menos 2 metros entre as pessoas na casa.

NÃO compartilhe sofá ou colchão.



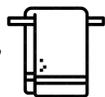
NÃO compartilhe utensílios de cozinha (garfo, faca, pratos, copos)



COMO DIVIDIR O BANHEIRO



Pasta de dente, sabonete e toalhas devem ser de uso individual.



As toalhas devem ficar em local isolado, arejado e expostas ao sol.



A escova de dente deve ser retirada do mesmo recipiente dos demais membros da casa.

A pessoa com suspeita ou com coronavírus deve limpar todas as superfícies usadas por ele: vaso sanitário, interruptores, maçaneta, descarga, box e regulador de temperatura do chuveiro etc..



Recomenda-se que a pessoa infectada tome banho por último e limpe o banheiro em seguida.

Sabão, álcool 70% e desinfetantes são eficientes para a limpeza.



COMO LIMPAR A CASA



• Ao limpar a casa use máscara, luva, óculos e avental.

• Cômodos e banheiros devem ser limpos todos os dias e suas superfícies desinfetadas com álcool 70%, desinfetante ou água sanitária.



• Quando não for possível a limpeza completa desinfete os locais que são mais tocados (mesa, maçanetas, celulares, interruptores)

• Para evitar que o coronavírus passe de uma pessoa para outra, a roupa de quem é suspeito ou tem, deve ser lavada com cuidado e após uso, sempre que possível.



• Panos e avental utilizados na limpeza devem ser lavados e desinfetados com água sanitária.

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

- Todas as pessoas da casa têm que higienizar as mãos.
- Evite tocar as mãos, o nariz, a boca ou os olhos.
- Procure estar sempre com as mãos limpas.

PASSO A PASSO DA LAVAGEM DE MÃOS.



Se você for utilizar água e sabão, a lavagem deve durar aproximadamente **1 minuto**.

Se você for utilizar o álcool gel, a lavagem deve durar aproximadamente **20 segundos**.



Não esqueça de higienizar entre os dedos e o dorso das mãos!

ATENÇÃO!!!!

Se um morador da casa estiver com coronavírus, todos os moradores ficam também em isolamento por 14 dias.

Caso outro familiar da casa também inicie os sintomas leves, ele deve reiniciar o isolamento de 14 dias.

Se apresentarem sintomas graves como dificuldade para respirar, todos devem procurar orientação médica.

MÁSCARA DE PROTEÇÃO

Pessoas sem suspeita e sem Coronavírus, não é necessário utilizar a máscara de proteção.

Quando alguém estiver doente, o ideal é que ele fique isolado em um cômodo e sem máscara. Ao sair do cômodo ele deve utilizar a máscara o tempo todo.

Moradores que forem entrar no cômodo isolado devem utilizar a máscara o tempo todo.

Em casas de apenas 1 cômodo, a pessoa com suspeita e com coronavírus deve ficar de máscara o todo o tempo para proteger os outros moradores da casa.

COMO USAR A MÁSCARA DE PROTEÇÃO

- A máscara deve cobrir o nariz e a boca e você só deve encostar nas alças tanto para prender quanto para retirar a máscara.
- Durante o uso não coloque a mão na máscara.
- Troque a máscara sempre que ela estiver úmida ou a cada 2 horas.
- Descarte as máscaras após o uso, elas não podem ser reutilizadas.
- A máscara cirúrgica comum é indicada para ser utilizadas em casa.



Sites para maiores informações

<https://coronavirus.saude.gov.br/>

<https://www.saopaulo.sp.gov.br/>

<https://www.ribeiraopreto.sp.gov.br/portal/>