

ORIENTAÇÕES PARA ACS, ACE e AVS NO TERRITÓRIO-DOMICÍLIO OU TERRITÓRIO-MORADIA EM CASOS DE QUARENTENA E SUSPEITOS POR COVID 19

Sugestões de Grácia Gondim e Mariana L. Nogueira

ESCLARECIMENTOS INICIAIS

É importante diferenciar o que é **QUARENTENA** e **ISOLAMENTO SOCIAL**. São medidas que fazem parte do plano de prevenção do novo coronavírus (CoVid-19), e são aplicadas de formas distintas.

QUARENTENA, é a restrição de circulação para diminuir a velocidade de transmissão do vírus (SARS-CoV2). A medida é um ato administrativo, estabelecido tanto pelo Ministério da Saúde quanto por Secretarias de Saúde dos estados e municípios. **O tempo da quarentena** é determinado por essas autoridades sanitárias, e ela pode ser adotada pelo prazo de até 40 dias e se estender pelo tempo que for necessário.

ISOLAMENTO SOCIAL, é a restrição de circulação de qualquer pessoa que possa vir a se contaminar e das pessoas que apresentem sinais e sintomas da COVID-19. Merecem especial atenção os cuidados com o isolamento de pessoas com doenças como hipertensão, diabetes, problemas respiratórios crônicos, e idosos. O isolamento é feito por um prazo de 14 dias – tempo que o vírus leva para se manifestar no corpo

ATENÇÃO: ao fazer visita domiciliar, fique atento à organização do espaço da moradia:

1. Quantos cômodos tem.
2. Quantas pessoas (faixa etária, morbidade) moram ali.
3. Quais as condições do saneamento (água, esgoto e lixo) da moradia.

Essas primeiras observações podem ajudar a propor algumas medidas de prevenção e de redução de danos decorrentes dos riscos de exposição ao vírus SARS-CoV 2.

RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Sobre entregas de encomendas a pessoas que se dirijam ao domicílio

Não receber ninguém no domicílio além das pessoas que moram ali.

Entregas só da porta para fora, e depois tudo deve ser higienizado com água e sabão, ou álcool a 70%, ou água sanitária diluída em água, para cada litro de água, 02 colheres de sopa de água sanitária.

Sobre os produtos para a limpeza dos cômodos: algumas substâncias podem ser usadas para desinfetar. Água sanitária é uma opção que costuma ser mais barata, só lembre que ela mancha tecidos e não é para ser usada nas mãos. Água oxigenada também é uma possibilidade, mas costuma ser bem mais cara. Os desinfetantes comuns também matam o vírus.

Sobre a existência de pessoa com CoVid-19 na casa

Se existir alguém na casa com sinais e sintomas de Covid-19, o ideal seria levar idosos, diabéticos, hipertensos e pessoas com problemas pulmonares crônicos para ficar em quarentena em casas de parentes ou amigos onde não haja ninguém doente.

Sobre cuidados com a casa quando houver pessoa(s) com quadro suspeito de COVID ou confirmado.

Quando possível, mantenha a(s) pessoa(s) doente(s) separada(s) dos outros moradores da casa. A pessoa doente não precisa usar máscara quando estiver no seu espaço específico. É importante que ela cubra a boca e o nariz com o cotovelo ou com papel higiênico sempre que tossir ou espirrar e que use máscara para andar por outros espaços da casa.

Não é preciso separar talheres e pratos da pessoa doente se lavá-los logo após o uso. Durante o uso ou enquanto não lavar, nunca compartilhar esses objetos com ninguém.

Se tiver um banheiro que possa ser específico para a pessoa doente, ajuda a diminuir a chance de contaminação.

ALGUMAS SITUAÇÕES A SEREM OBSERVADAS E O QUE FAZER EM RELAÇÃO AO DOMICÍLIO DE:

01 CÔMODO – organizar o espaço onde pessoas em maior risco ou vulneráveis (idosos e/ou pessoas com doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, lúpus, outras) fiquem afastadas dos mais jovens (prováveis portadores assintomáticos do vírus) pelo menos a 1 metro de distância.

Recomendações Específicas:

Podem ser improvisadas barreiras físicas intradomiciliares que, embora não sejam condições ideais, podem diminuir os contatos entre pessoas de maior e menor risco, tais como:

- Divisórias móveis:
 - a. Tipo cortina, com lençol ou lona ou plástico transparente preso com fio de estender roupa ou com ganchos no teto, que separe o cômodo em dois espaços distintos. A divisória de tecido deve ser lavada diariamente. O ideal é que tenha dois lençóis para substituição e lavagem de um deles todos os dias. As divisórias de lona ou plástico também podem ser limpas com álcool a 70%.
 - b. Um guarda roupa e/ou armário separando o espaço em dois. Deve ser higienizado todo dia, com uma mistura de água, sabão e água sanitária (02 colheres de sopa para 1 litro de água). Não é bom usar álcool a 70% porque mancha a madeira.
- Manter as pessoas mais vulneráveis ou suspeitas ou em quarentena no espaço mais distante da porta de entrada.
- Na divisão do cômodo, colocar um balde com água e sabão para higienizar as mãos ao entrar e sair no lado de pessoas mais vulneráveis, e outro recipiente (balde ou latão de 10 ou 20 litros) para receber a água usada.

02 CÔMODOS (sala e 01 quarto) – colocar os vulneráveis (de maior risco) ou em quarentena no quarto e o restante da família (adultos jovens, adolescentes e crianças) na sala. Se houver pessoas em quarentena, priorizar o quarto para ela. Proceder com o restante da família da mesma forma que foi sugerido no item 1, se houver vulneráveis.

Seguir as recomendações gerais e as específicas relacionadas ao USO DA ÁGUA E DO BANHEIRO E À COLETA DE LIXO feitas para moradia com 01 CÔMODO.

03 CÔMODOS (sala, 02 quartos) – reservar um dos quartos para os mais vulneráveis e o outro, se houver, para alguém em quarentena. Os demais membros da família ficam na sala.

Seguir as recomendações gerais e as específicas relacionadas ao USO DA ÁGUA E DO BANHEIRO E À COLETA DE LIXO feitas para moradia com 01 CÔMODO.

USO DA ÁGUA:

- Lavar portas e janelas, piso e paredes internas com água, sabão e água sanitária diluída, pelo menos uma vez por semana.
- Dispor na entrada da casa um balde com água e sabão em barra para higiene das mãos de quaisquer pessoas que entrar ou sair do domicílio e um outro recipiente (balde, bacia ou latão de 10 ou 20 litros) para receber a água usada da lavagem das mãos.
- Improvisar uma tubulação com mangueira de jardim, saindo de um ponto de água da casa até a entrada, com controle de abrir e fechar, de modo que possa ficar disponível nesse local, junto com sabão para higiene das mãos, e um recipiente (balde ou latão de 10 ou 20 litros) para receber a água usada.

MUITA ATENÇÃO

Os baldes utilizados para a lavagem das mãos, colocados na entrada do domicílio ou na entrada de espaços onde haja pessoas mais vulneráveis ou em quarentena 'isoladas', devem ser higienizados antes com água e sabão e estarem dispostos da seguinte maneira:

- 01 balde com água (10 ou 20 litros) e um copo com alça, ou um recipiente com capacidade de 200 a 300 ml para pegar a água e jogar nas mãos.
- Uma bacia ou lata vazia para receber a água usada, que comporte um volume semelhante ao do balde usado para guardar a água limpa (10 ou 20 litros).
- Sabão em barra.
- Não esquecer de tapar o balde com água limpa, para evitar que o aedes se reproduza.

COMO DESCARTAR A AGUÁ USADA NA LAVAGEM DAS MÃOS:

- Quando o depósito de 10 ou 20 litros utilizado para receber a água usada na lavagem das mãos estiver cheio, coloque um copo de 200ml de água sanitária para 20 litros e de 100ml para 10 litros, ou mesmo sabão em pó. Aguarde 15 minutos e jogue, com cuidado, no vaso sanitário ou no ralo do banheiro, ou na vala de drenagem da rua.

USO DO BANHEIRO:

01 banheiro

- Sempre que alguém for usar o banheiro, deve higienizar as mãos com água e sabão, antes e depois do uso. Se enxugar as mãos com toalha de tecido, deve reservar 01 para pessoa que estiver doente (Covid-19), 01 para os vulneráveis e 01 para os demais moradores do domicílio. As toalhas de tecido devem ser lavadas todo dia. O ideal é usar toalha ou papel descartáveis. Nesse caso, deve haver um recipiente para coleta desses papéis.
- Quando a pessoa em quarentena usar o banheiro, deve proceder da mesma forma que qualquer pessoa, mas depois todo o banheiro (parede, piso e louça) devem ser higienizados com água, sabão e água sanitária.

02 banheiros

- Reservar 01 banheiro para a pessoa com Covid-19, em quarentena, e 01 banheiro para os demais moradores da casa. **Quanto à secagem das mãos, deve -se proceder da mesma forma que sugerido no caso de ter apenas um banheiro.**



COLETA DE LIXO:

- Separar o lixo entre orgânico e reciclável e dispor em local o mais afastado do grupo de maior risco, se possível colocar na frente da casa em alguma forma de depósito – caixa de papelão, balde, bombona ou latão de tinta, outras.
- O lixo do quarto e do banheiro da pessoa doente deve ser retirado em sacos fechados, normalmente, junto com o lixo da casa.
- Quando for necessário entrar em contato com secreções corporais da pessoa doente, é importante utilizar máscara, avental e luvas.
- Após o contato, é importante lavar as mãos com água e sabão imediatamente.

OBSERVAÇÃO: Uma alternativa de higiene é o uso da Cal hidratada na parte externa e interna do domicílio. A **Cal** (chamada **cal viva**, **cal virgem** ou óxido de cálcio), é substância de fórmula química (CaO). Quando hidratada, serve para higienizar paredes e tetos de domicílios.

ATENÇÃO: Comprar a Cal em lojas de material de construção. Ter cuidado ao aplicar, usar luvas, pois é substância abrasiva, pode queimar.