

# GUIA DO ISOLAMENTO DOMICILIAR

## COMO PREPARAR SUA CASA PARA CONVIVER COM SUSPEITOS DE INFECÇÃO, OU PACIENTES INFECTADOS, POR CORONAVÍRUS



USAR **MÁSCARA** EM AMBIENTES COMPARTILHADOS, **NÃO DIVIDIR ITENS PESSOAIS** E **DESINFETAR ÁREAS COMUNS** SÃO ALGUNS DOS CUIDADOS QUE SE DEVE TER.

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 em casa pede 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.

**Quando o local não tem mais de um quarto e mais de um banheiro**, a recomendação é deixar o quarto para a pessoa suspeita e, quem não apresenta sintomas, deve dormir na sala, por exemplo.

O cômodo com o paciente isolado deve ficar todo o tempo com a **porta fechada**.

Mas é necessário manter a janela aberta para ter **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.

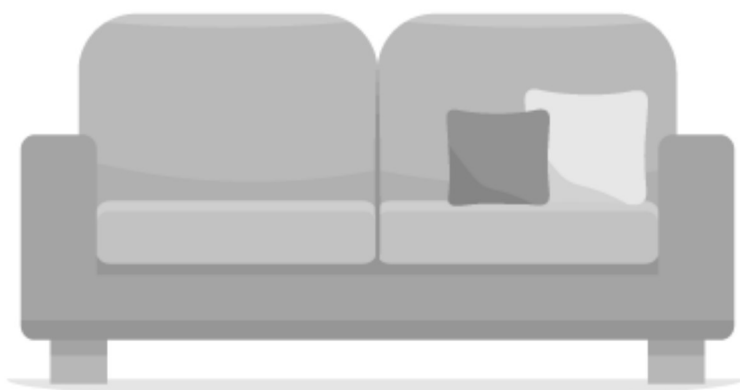


É importante manter uma **lixeira ao lado da cama, com saco plástico**, para jogar o lixo. Quando o recipiente estiver cheio, a pessoa deve fechar a sacola e só depois despejar em lixeiras comuns, seja da casa, da rua ou do prédio.

*"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, cadeira ou colchão**. A recomendação é manter **2 metros de distância da pessoa infectada ou suspeita**.



---

VEJA OS CUIDADOS PARA  
**GARANTIR O ISOLAMENTO  
DE SUSPEITOS OU INFECTADOS  
PELO CORONAVÍRUS**

---

**COZINHA**

SE CONTAMINADO,



**COZINHE SEMPRE DE MÁSCARA.**

**NÃO COMPARTILHE  
COPOS, TALHERES E PRATOS.**



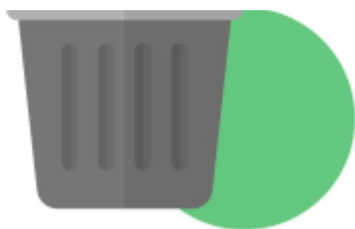
## QUARTOS

**MANTENHA JANELAS ABERTAS  
PARA A CIRCULAÇÃO DE AR E  
ENTRADA DE LUZ SOLAR.**



**A PRÓPRIA PESSOA DEVE  
TROCAR A ROUPA DE CAMA.**





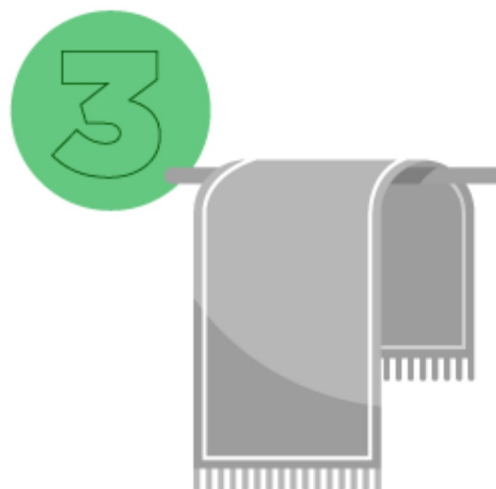
SEPARE OS **RESÍDUOS EM  
LIXEIRAS DIFERENTES.**



MANTENHA A  
**PORTA FECHADA.**

**LIMPE AS MAÇANETAS.**

---



**BANHEIRO**

**NÃO COMPARTILHE OBJETOS  
COMO TOALHAS DE ROSTO E CORPO.**



USE **SABONETE LÍQUIDO**  
PREFERENCIALMENTE.

APÓS USAR O BANHEIRO,  
**DESINFETE TODAS AS  
SUPERFÍCIES:**  
VASO SANITÁRIO, PIA,  
TORNEIRA, DESCARGA.

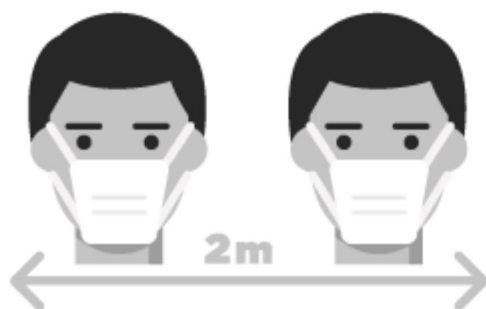


## SALA

**INSTALE OS MORADORES NA SALA  
E RESERVE O QUARTO PARA USO  
DA PESSOA CONTAGIADA, NO CASO  
DO IMÓVEL TER SÓ UM DORMITÓRIO.**



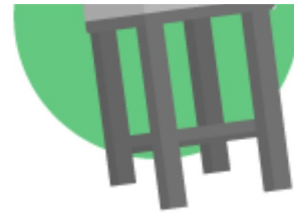
**LIMPE OS MÓVEIS  
COM ÁLCOOL 70%  
OU ÁGUA SANITÁRIA.**



**USE MÁSCARA.**

**MANTENHA PELO MENOS  
2 METROS DE DISTÂNCIA  
DA PESSOA CONTAMINADA.**





**NÃO COMPARTILHE**  
SOFÁ, CADEIRA OU COLCHÃO.

FONTE: GUIA DE ISOLAMENTO DOMICILIAR POR CAUSA DO NOVO  
CORONAVÍRUS — G1

---

SEGUNDO OS ESPECIALISTAS,  
**NÃO É NECESSÁRIO MANTER ISOLAMENTO**  
**DE ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO.**

# AMBIENTES COMPARTILHADOS

Quando estão **dividindo um 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**. **Sem esse lenço**, as pessoas precisam tossir e espirrar no **antebraço** e **lavar os braços e as mãos imediatamente**.

Nos 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 **comunicação** também



deve ser feita **por meios indiretos, como o telefone.**

“Nos casos de residentes em domicílios de **apenas um cômodo, as pessoas saudáveis devem procurar a casa de algum parente.** É quase certo que compartilhar **o ambiente vai gerar transmissão, mesmo que se tomem os cuidados** de higienização necessários”, explica a médica.

## **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. Tire a escova de dente da pessoa infectada ou com suspeita de infecção do mesmo recipiente das demais.

## **A LIMPEZA DE MÓVEIS E OBJETOS PRECISA SER FEITA DIVERSAS VEZES AO DIA E COM 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 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




LAVE AS MÃOS  
ATÉ A METADE DO PULSO,  
ESFREGANDO TAMBÉM AS  
PARTES INTERNAS DAS UNHAS.



**CUBRA BOCA E NARIZ, LEVANDO  
AO ROSTO A PARTE INTERNA  
DO COTOVELO, PARA TOSSIR  
OU ESPIRRAR.**





**USE ÁLCOOL 70% PARA  
LIMPAR AS MÃOS ANTES  
DE ENCOSTAR EM ÁREAS  
COMO OLHOS, NARIZ E BOCA.**



**USE MÁSCARA CASO  
APRESENTE SINTOMAS.**



**NÃO TOQUE NARIZ, OLHOS E BOCA  
ANTES DE LIMPAR AS MÃOS.**



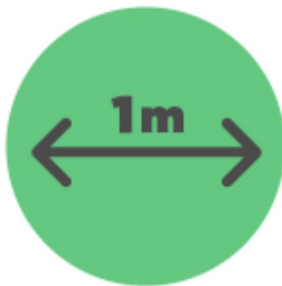
**NÃO CUMPRIMENTE PESSOAS  
COM BEIJOS NO ROSTO, APERTO  
DE MÃOS OU ABRAÇOS.**



**LIMPE COM ÁLCOOL 70%  
OBJETOS TOCADOS  
FREQUENTEMENTE.**



**EVITE MULTIDÕES.**



**MANTENHA DISTÂNCIA DE  
UM METRO DE PESSOAS  
ESPIRRANDO OU TOSSINDO.**



**UTILIZE LENÇOS DESCARTÁVEIS SE  
ESTIVER COM O NARIZ ESCORRENDO.**



**EVITE SAIR DE CASA SE  
APRESENTAR SINTOMAS DE GRIPE.**

**INFORME-SE SOBRE A PREVENÇÃO E  
COMPARTILHE INFORMAÇÕES CORRETAS.**