

O CORONAVÍRUS NA MINHA CASA

O que fazer? 10 cuidados para conviver com a pessoa com Covid-19 em casa

1

Devem ser evitados abraços, beijos e apertos de mão (dentro e fora de casa). Evitar também contato com secreções, em especial as respiratórias e as fezes da pessoa com Covid-19.



2

Limitar o número de cuidadores para a pessoa com Covid-19. Após contato com doente, sempre lavar as mãos com água e sabão (detergente ou sabonete). Intensificar a frequência de lavagem de mãos.



3

Não compartilhar objetos de uso pessoal (como talheres, copos e pratos) e sempre lavá-los logo após uso. Os outros objetos que o doente teve contato também devem ser desinfetados, como mesa e banheiro. Você pode usar água sanitária 0,1%* ou álcool 70%.



4

A pessoa com Covid-19 deve ficar isolada em um cômodo arejado e evitar a circulação pela casa.



5

O lixo da pessoa doente deve ser retirado com cuidado, em sacos fechados e descartados após 72 horas. As roupas devem ser lavadas com sabão, se possível com água quente (entre 60° e 90°C). Tomar cuidado para não se contaminar ao realizar a lavagem (se possível, use luva e avental).



6

Se a casa não possuir um cômodo exclusivo para a pessoa com Covid-19 ficar, considerar levar pessoas idosas e outras pessoas do grupo de risco para casa de amigos ou parentes saudáveis.



7

As pessoas com sinais respiratórios devem usar máscaras. Caso não tenha acesso ou não consiga usar, intensificar as condutas de higiene e etiqueta respiratória.



8

Cuidadores também devem usar máscaras quando estiverem no mesmo ambiente do doente. As máscaras só devem ser tocadas pelas tiras laterais; se tocar em outro local durante o uso, lavar as mãos.



9

A pessoa com Covid-19 geralmente desenvolve sintomas leves, mas em caso de falta de ar procurar o serviço de saúde. Usar o telefone de contato disponível na sua região para esclarecer dúvidas.



10

Caso haja alguma pessoa com Covid-19 em casa, todos os moradores devem ficar em casa em quarentena. Informe no trabalho de que você irá se ausentar devido a Covid-19. Lembre-se: a sua quarentena e a de sua família protegerá outras pessoas.

*Geralmente a água sanitária comprada no mercado tem cerca de 2% de hipoclorito. Para prepará-la a 0,1%, dilua uma colher de sopa (10mL) de água sanitária em um copo americano (até completar 200 mL) com água.