

# 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.

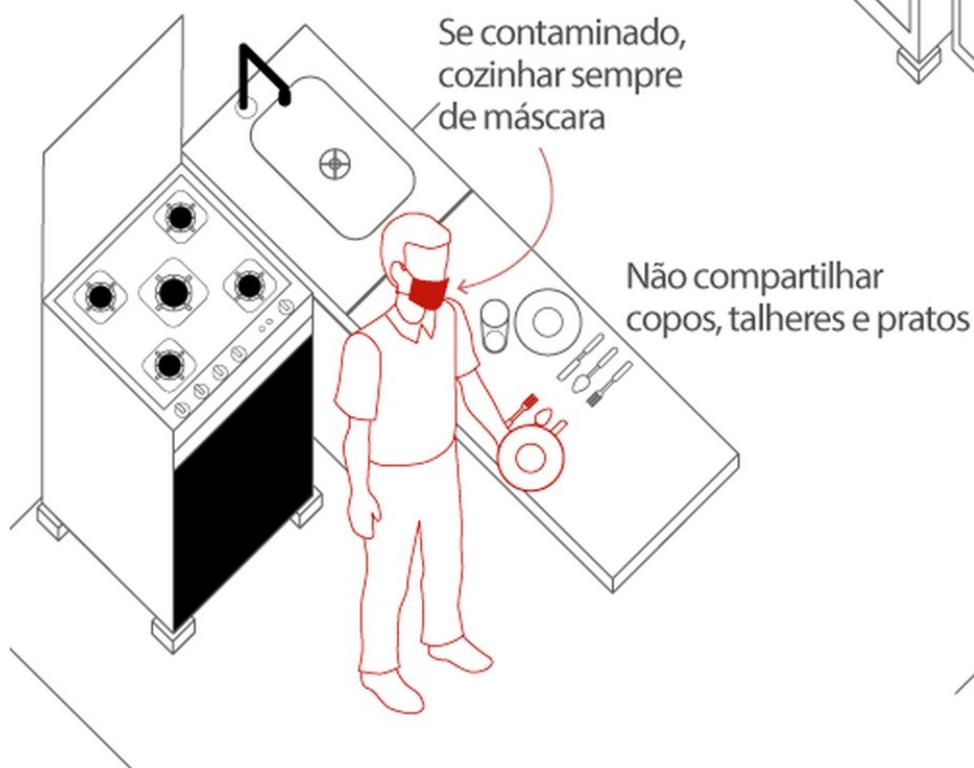
O **isolamento domiciliar** requer cuidados específicos, como a **separação de objetos pessoais, limpeza imediata de banheiros** após o uso e a **separação de indivíduos em cômodos diferentes** da casa.

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



## Cozinha

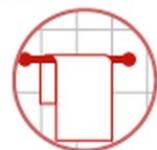


## Quarto de isolamento

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

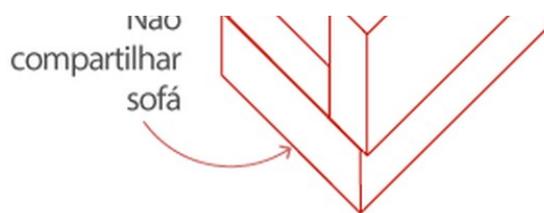
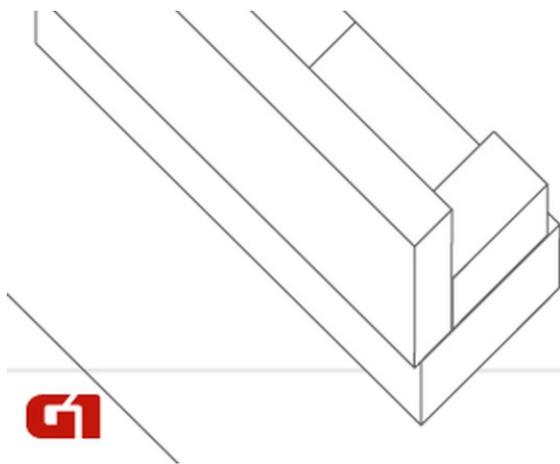


Limpar os móveis com álcool 70 ou água sanitária

Usar máscara

Manter uma distância da pessoa contaminada de pelo menos:  
**2 metros**





Infográfico elaborado em: 16/03/2020

Guia de isolamento domiciliar por causa do novo coronavírus —  
Foto: Arte/G1

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 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.

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
32  
33  
34  
35  
36  
37  
38  
39  
40  
41  
42  
43  
44  
45  
46  
47  
48  
49  
50

## 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



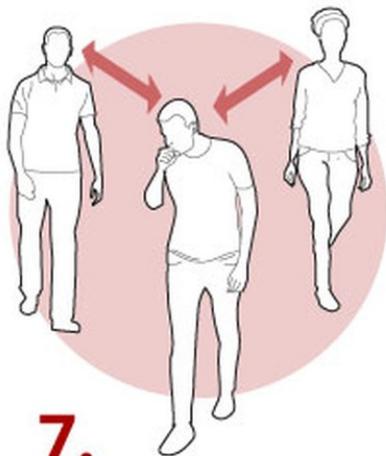
**5.**

Usar máscara caso apresente sintomas



**6.**

Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de limpar as mãos



**7.**

Manter a distância de um metro de pessoas espirrando ou tossindo



**8.**

Limpar com álcool objetos tocados frequentemente



**9.**

Evitar cumprimentar com beijos no rosto, apertando as mãos ou abraçando



**10.**

Evitar sair de casa, caso apresente algum sintoma da gripe



**11.**

Utilizar lenço descartável quando estiver com nariz escorrendo



**12.**

Se informar sobre os métodos de prevenção e passar informações corretas

Fonte: OMS, Ho Yeh Li, da Faculdade de Medicina da USP, e Rosana Richtmann, do Instituto Emílio Ribas



Infográfico elaborado em: 29/02/2020

Dicas de prevenção contra o coronavírus — Foto: Arte/G1

Como lavar as mãos do jeito certo com água e sabão