

COVID-19

ISOLAMENTO DOMICILIAR E
CONTROLE DO CONTÁGIO EM FAMÍLIA




Hospital
Universitário

FMS
Fundação Municipal
de Saúde



Prefeitura de
Teresina



Informativo com recomendações sobre as medidas protetivas para evitar o contágio da Covid-19 no ambiente domiciliar

Trabalho desenvolvido pelo projeto de extensão: Oficina de Projetos (PREXC/UFPI), vinculado ao projeto “Saída responsável do isolamento social: construindo caminhos”, com trabalhos direcionados às ações de enfrentamento à Covid-19, em Teresina. Uma parceria entre UFPI, HU-UFPI, Prefeitura Municipal de Teresina e Fundação Municipal de Saúde.

Equipe Oficina de Projetos (UFPI)

Coordenação: Prof^a Sandra Selma B. Saraiva e Prof^a Nayane Áurea S. Costa.

Discentes: Larissa Ribeiro Mesquita, Lucas Mazilli Falcão, Luis Eduardo Carvalho e Marcos Antônio Martins.

Arte e produção

Texto e organização: Sandra Selma B. Saraiva e
Nayane Áurea S. Costa

Capa e Ilustrações: Larissa Ribeiro Mesquita

Ilustrações Computadorizadas: Lucas Mazilli Falcão

Diagramação e modelagem: Luis Eduardo Carvalho

Imagens tridimensionais: Marcos Antônio Martins



APRESENTAÇÃO

Em situação de pandemia, como nesta causada pelo novo coronavírus, são importantes alguns cuidados para o **controle do contágio** da doença, a Covid-19 (COVID significa **CO**rona **VI**rus **D**isease - Doença do Coronavírus).

Este informativo tem como objetivo **orientar as pessoas** sobre os cuidados necessários com o ambiente domiciliar para o controle do contágio da Covid-19, de forma ilustrada.



Tá bom, mas vamos começar pelo começo... O que tem logo na entrada?



área de transição

No acesso à residência, a área externa deverá ser considerada contaminada e a área interna deverá ser considerada vulnerável.

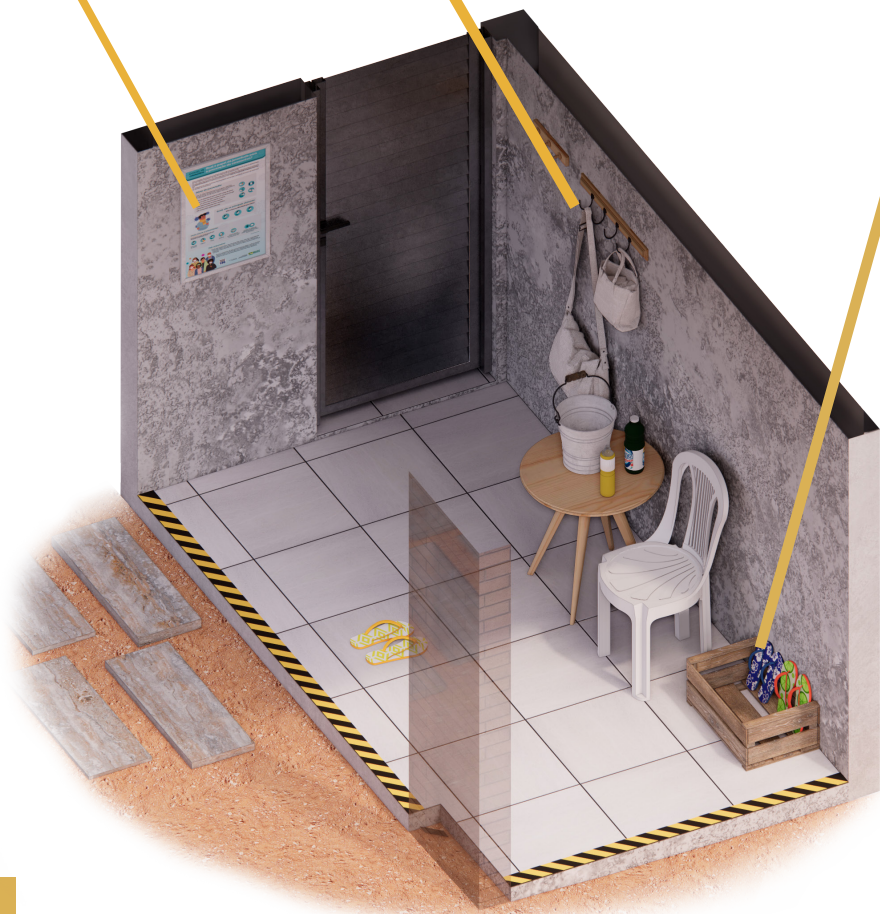
Deve-se escolher **uma única porta de serviço**, para a circulação dos que chegam da rua, e estabelecer uma **área de transição** na entrada, do lado de dentro ou do lado de fora da casa.

Todas as entradas e saídas da residência para a rua deverão ser feitas pela única **porta de serviço**. Na **área de transição**, na entrada da casa, deverão ser colocados alguns móveis que facilitarão as **medidas de proteção** que deverão ser adotadas.

pegar aquela cartilha e colocar na parede, pra todo mundo lembrar o que tem que fazer

aqui a gente bota um cabideiro pra segurar a bolsa, tendeu? e aí uma mesa com álcool em gel... ou se tu não tiver, bota água e sabão

uma cadeira pra sentar e tirar os sapatos, depois já coloca tudo na caixa ao lado



Mas o que é essa tal “área de transição?”

No acesso à residência, a **área de transição** deverá ser demarcada (preferencialmente com uma fita adesiva no chão, em cor contrastante com o piso) e o mobiliário de apoio para higienização dentro da área de transição.

A **área de transição** delimita o espaço entre a **área suja** e a **área limpa** da casa e nela devem ficar todos os objetos possivelmente contaminados no momento da chegada, até que sejam limpos.



E o que eu vou botar lá?



Lista de materiais

- pano de chão umedecido com água sanitária diluída em água na proporção correta¹**
- banco ou cadeira**
- caixa para sapatos**
- porta bolsas**
- porta-chaves**
- mesinha ou banco com material de higienização (álcool gel e álcool líquido 70%, papel toalha ou papel higiênico)**
- se não houver álcool, use uma bacia com água e sabão**

¹ A diluição correta é de 1 medida de água sanitária para 3 medidas de água potável. A solução deve ser mantida em recipiente não transparente para não perder suas propriedades quando exposta à luz. A solução deve ser descartada a cada 24h.

Tendi... aí eu estou chegando em casa, o que eu devo fazer?



No momento da chegada em casa, a limpeza e desinfecção dos objetos deve ser feita dentro da **área de transição**, antes de passarem para a **área limpa** da casa.

- 1** Limpe os sapatos no pano umedecido da entrada;
- 2** Pendure a bolsa e as chaves no local indicado;
- 3** Sente-se, retire os sapatos e coloque-os dentro da caixa;
- 4** Limpe as mãos com o álcool gel ou água e sabão;
- 5** Limpe celular, chaves e quaisquer outros objetos trazidos da rua com álcool 70% usando o papel toalha ou papel higiênico;
- 6** Se possível, retire a roupa ou parte dela e coloque-as em saco separado para serem lavadas ou;
- 7** Guarde-a sempre no mesmo lugar e só volte a vesti-las quando for sair novamente, nunca as use em casa;
- 8** Se dirija à pia mais próxima e lave as mãos com sabão.



Me diz uma coisa... e se lá em casa já tiver alguém infectado ou com suspeita de infecção?

Nas situações onde houver moradores com **suspeita de infecção** pela **Covid-19** ou já com diagnóstico positivo de contaminação, deverão ser tomadas todas as **medidas de proteção** anteriores e mais as seguintes:

A primeira orientação é destinar um quarto e um banheiro para uso exclusivo da **pessoa infectada** ou com **suspeita de infecção**.

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.

Será criada uma nova **área de transição** na entrada do cômodo, com mobiliário semelhante ao usado na sala e os mesmos procedimentos de limpeza na entrada e na saída do quarto.

Bacana, e o que mais?

Usar máscara em ambientes compartilhados, não dividir itens pessoais e desinfetar áreas comuns, são alguns dos cuidados que se deve ter sempre.

A **peessoa infectada** ou com **suspeita de infecção** tem de trocar a própria roupa de cama e recolher o próprio lixo, embalar e levar para o local de descarte. As roupas pessoais e de cama devem ser lavadas separadas dos outros moradores da casa.

Todos os materiais dentro da área isolada do paciente devem ser considerados contaminados.



Tô anotando tudo, mas vem cá: lá em casa só tem um banheiro... como a gente faz?

Quando o banheiro é compartilhado, a **pessoa infectada** ou **suspeita de infecção** deve desinfetar todas as superfícies antes de deixar o banheiro: torneiras, vaso sanitário, descarga, box, interruptores e maçanetas, com álcool 70% ou em solução de água sanitária diluída em água potável.

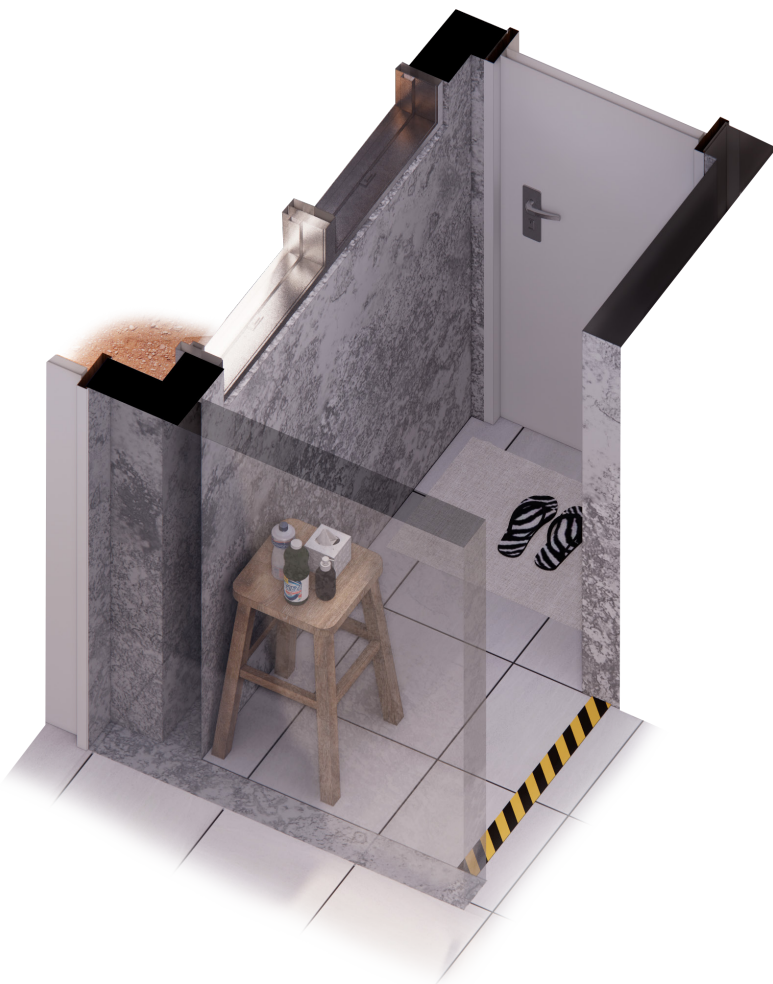


então é assim que a entrada do vai banheiro ficar, né...



Ah, minino, é aquela mesma mistura de antes?

Sim. Mas lembrando: a diluição correta é de 1 medida de água sanitária para 3 medidas de água potável. A solução deve ser mantida em recipiente não transparente para não perder suas propriedades quando exposta à luz. A solução deve ser descartada a cada 24h.



Objetos que antes eram compartilhados como creme dental, sabonetes e toalhas, devem passar a ser individuais. Todos os objetos da **pessoa infectada** ou **suspeita de infecção** devem ser guardados separados dos demais.

Será criada **área de transição** na entrada do banheiro com mobiliário de apoio para o material de limpeza das superfícies e das pessoas.

Então, nesse caso, a gente vai ter quantas dessas áreas dentro de casa?

A quantidade de áreas de transição varia conforme a quantidade de cômodos e de pessoas na casa. Para essa cartilha, usamos uma casa popular, conforme a apresentada na página ao lado.

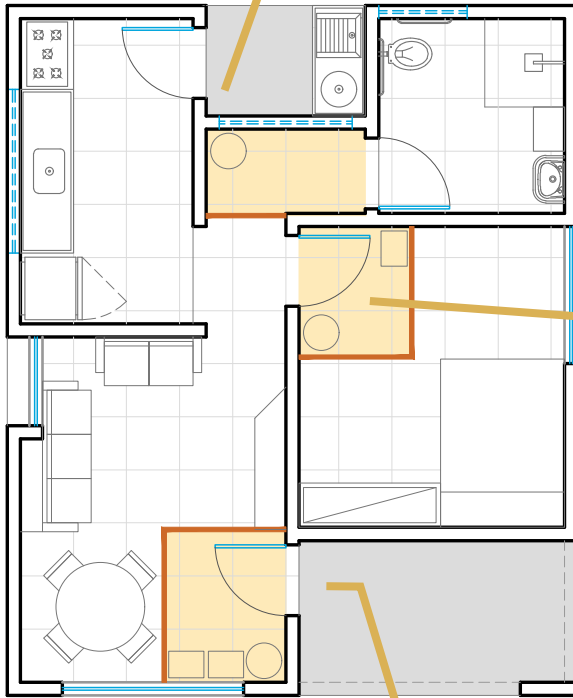
As partes em laranja marcam onde ficam as áreas de transição dentro da residência. Sempre importante lembrar a recomendação de usar uma única entrada para o acesso de todas as pessoas à casa, exceto quando se fizer necessário usar a pia da área de serviço, por exemplo.

Ah bom... tô vendo aqui que elas nem pegam tanto espaço, né? Tem uma medida, tipo assim, exata para seguir?

O tamanho do espaço para cada área pode variar conforme o mobiliário disponível, mas é importante que tudo caiba dentro da faixa delimitada pela fita adesiva, incluindo os bancos, mesas, caixas e cabideiros, por exemplo.

a área de serviço pode ser usada como acesso secundário, se necessário

área de transição no quarto da pessoa infectada ou suspeita de infecção por covid



porta de acesso

Peraí! Lá em casa tá sem álcool em gel! O que eu faço?

Caso não possua álcool para a desinfecção no momento que chegar em casa, substitua-o por uma bacia ou balde de água colocado sobre o banco e sabão para uma primeira lavagem das mãos, e em seguida descarte a água utilizada.



Outra sugestão é, se houver uma segunda porta de acesso à residência, e próximo a ela houver uma pia, lavanderia ou torneira para promover a lavagem das mãos antes de entrar na residência, use-a como porta de serviço para a entrada em casa, sempre que chegar da rua.

Rapaz, aproveita que já tá aqui e me explica como é que eu misturo essa água...

1 Diluição de Água Sanitária para uso em superfícies e pisos:

- Encha um copo descartável de 250 ml de água sanitária.
- Coloque em uma garrafa de plástico de 1 litro (de preferência uma que não seja transparente) e acrescente água potável para completar a mistura - 1 parte de água sanitária para 3 partes de água.
- Não deve ser exposto ao sol ou ao calor, pois pode perder seu potencial de desinfecção.
- Recomenda-se a utilização imediata depois de pronta.
- A solução **não deve ser misturada com outros produtos**, pois a água sanitária reage violentamente com outras substâncias químicas.
- A aplicação da solução sobre superfícies metálicas pode levar à oxidação.

2 Diluição de Água Sanitária para uso nas mãos:

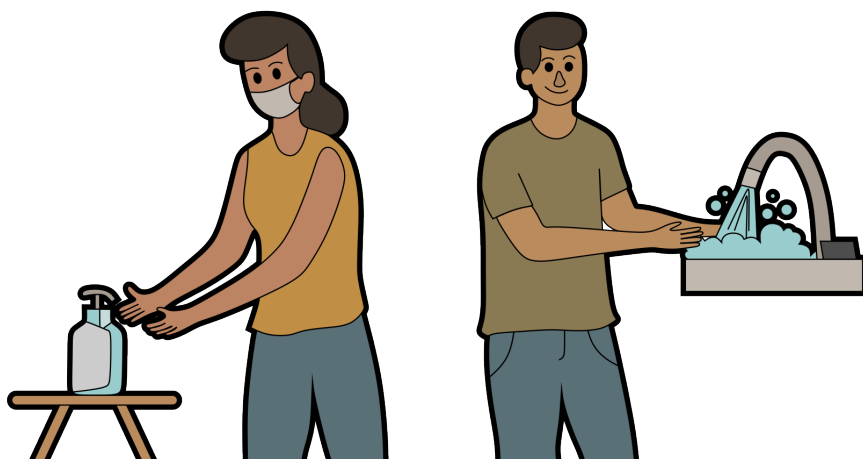
- Use 25 ml de água sanitária (o equivalente um copinho descartável para café)
- Adicione em uma garrafa de plástico de 1 litro (de preferência uma que não seja transparente) e acrescente água potável para completar a mistura até encher a garrafa. Agite para misturar bem.
- Não deve ser exposto ao sol ou ao calor, pois pode perder seu potencial de desinfecção.
- Esta solução, por ser oxidante, só é recomendada quando não se tem disponível o álcool 70% ou água e sabão.



Tudo certo, valeu! E tem outras recomendações pra todo mundo seguir?

- Evite levar as mãos à boca, nariz, olhos e cabelos antes de serem lavadas.
- Procure manter todas as janelas da casa abertas.
- Tenha pelo menos duas máscaras e mantenha-as sempre lavadas. Guarde-as em um saco limpo para estar sempre à disposição.
- Faça a desinfecção dos interruptores e maçanetas da casa todos os dias.
- Mantenha afastamento mínimo de 1 m (um metro) das pessoas da família que estiverem infectadas ou com suspeita de infecção.
- Não compartilhe objetos pessoais.
- Lave sempre as mãos!

Ah, valeu mesmo viu!! Vou já lavar as mãos e explicar pro pessoal lá de casa.



Referências consultadas

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS - ABNT. NBR 9050/2015: Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. Rio de Janeiro, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolos e orientações sobre o isolamento domiciliar. Disponível em: <https://saude.rs.gov.br/upload/arquivos/202002/12090034-coronavirus-isolamento-domiciliar-1.pdf>. Acesso em: 12 de maio de 2020.

PARANÁ. Governo do Estado do Paraná. Guia do Isolamento Domiciliar / Coronavírus. Disponível em: <http://www.coronavirus.pr.gov.br/Campanha/Pagina/GUIA-DO-ISOLAMENTO-DOMICILIAR>. Acesso em: 3 de maio de 2020.

REIS, Fábio. Orientação sobre uso de água sanitária no combate ao coronavírus, 2020. Disponível em: <https://pfarma.com.br/coronavirus/5355-agua-sanitaria.html>. Acesso em: 18 de maio de 2020.

