

# Cuidados Domiciliários do COVID-19 para Pacientes e seus Familiares

Se você ou alguém da sua família testou positivo para COVID-19 e possa ser tratado em casa, leia este guia para manter você e sua família em segurança - e para evitar espalhar a infecção para outras pessoas na sua casa e na sua comunidade.

## Para Pacientes com COVID19

Siga as seguintes instruções:

1. **Fique em casa**, saia somente para obter assistência médica.



2. **Ligue antes** de visitar o seu médico.



3. **Mantenha distância de outras pessoas e animais em sua casa.** Procure ficar em um quarto separado longe de outras pessoas e se possível usar um banheiro separado.



4. **Use uma máscara (se possível) quando estiver perto de outras pessoas.**



5. **Cubra a boca e o nariz com um lenço de papel quando for tossir ou espirrar.**



6. **Lave as mãos frequentemente com água e sabão (ou com um desinfetante à base de álcool).**



7. **Não compartilhe itens domésticos**, como pratos, copos, xícaras, utensílios de cozinha, toalhas ou roupas de cama.



8. **Limpe todas as superfícies** de alto contato todos os dias, tais como balcões, maçanetas, vasos sanitários, telefones e criados. Use desinfetante spray ou toalhas umedecidas (*wipes*) para uso doméstico.



9. **Não prepare ou sirva comida para outras pessoas.**



Faça monitoramento dos seguintes sintomas:

- aumento da dificuldade respiratória
- confusão recente ou
- aumento na fraqueza

Se você tiver esses ou outros sintomas novos ou agravantes, ligue para o consultório do seu médico.

Se você tiver uma emergência médica e precisar ligar para o 911, notifique o EMS (serviços de emergência) que você possui o COVID19. Isso permitirá que eles tomem as devidas precauções para garantir a segurança de todos.

# Para Familiares e Profissionais Domiciliares

Se você estiver em contato próximo ou estiver cuidando de um membro da família com COVID-19, siga estas recomendações:

## Monitore os seus sintomas

1. Monitore atentamente a sua saúde. Ligue para o seu clínico geral imediatamente se você desenvolver sintomas sugestivos de COVID-19 (febre, tosse, falta de ar)
2. Certifique-se de que você entendeu e possa ajudar o paciente a seguir as instruções do médico e as necessidades básicas de casa (compra de mantimentos e receitas médicas).
3. Monitore os sintomas do paciente. Se o paciente estiver ficando doente, ligue para o médico e explique que o paciente tem COVID-19 confirmado em laboratório. Se o paciente tiver uma emergência médica e você precisar ligar para o 911, notifique os serviços de emergência que o paciente tem COVID-19.

## Mantenha Distância

1. Os membros da família devem ficar separados do paciente o máximo possível, usando quarto e banheiro separados, se disponível.
2. Por favor, não permita visitas em sua casa, a não ser que tenham uma necessidade essencial.
3. Outros membros da família (não o paciente) devem cuidar de animais de estimação.
4. Mantenha um bom fluxo de ar nos espaços compartilhados da casa (por exemplo, ar condicionado ou janelas abertas).

## Pratique Boa Higienização

1. Faça higienização das mãos com frequência. Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos (de preferência) ou use um desinfetante para as mãos à base de álcool que contenha 60 a 95% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até que fiquem secas.
2. Evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos sujas.
3. Você e o paciente devem usar máscara facial se estiver na mesma sala.
4. Use uma máscara facial e luvas descartáveis ao tocar ou entrar em contato com o sangue, fezes ou fluidos corporais do paciente.
5. Jogue fora máscaras faciais e luvas descartáveis depois de usá-las. Não re-utilize.
6. Ao remover o equipamento de proteção individual, primeiro remova e descarte as luvas. Em seguida, lave imediatamente as mãos com água e sabão ou com desinfetante para as mãos à base de álcool.
7. Coloque todas as luvas descartáveis, máscaras faciais e outros itens contaminados em um recipiente forrado antes de descartá-los no lixo doméstico. Lave suas mãos com água e sabão ou com desinfetante à base de álcool imediatamente após manusear esses itens.
8. Evite compartilhar itens domésticos com o paciente, como copos, utensílios, toalhas, roupas e roupas de cama. Depois que o paciente usar esses itens, lave-os cuidadosamente.
9. Remova e lave imediatamente roupas ou roupas de cama com sangue, fezes ou fluidos corporais.
10. Limpe todas as superfícies de alto contato todos os dias, como balcões, maçanetas, vasos sanitários, telefones e criados, usando desinfetante spray ou toalhas umedecidas (*wipes*) para uso doméstico.

Se você mora com alguém da família com Covid19, você também estará em quarentena. Ligue para o Conselho de Saúde local para obter orientação. Procure o Conselho de Saúde da sua cidade na Internet ou ligue para a sua cidade para obter um número de telefone. Se você trabalha na área da saúde, também deve ligar para o Departamento de Saúde Ocupacional do seu empregador.

**Orientações adicionais para você e sua família sobre prevenção da possível disseminação do COVID-19 podem ser encontradas no site do CDC: [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)**