

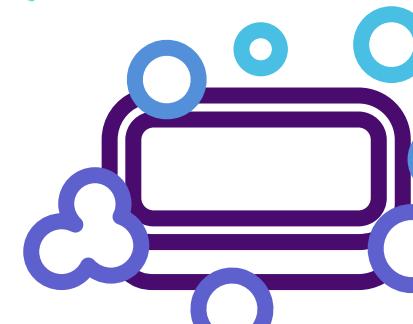
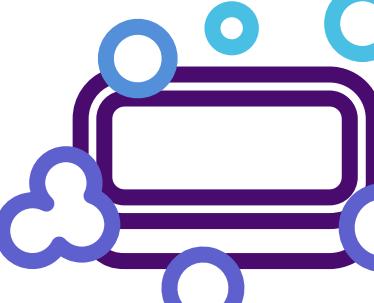
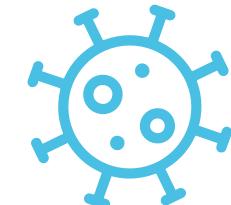
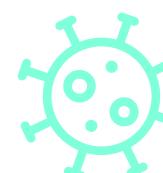
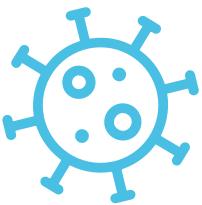
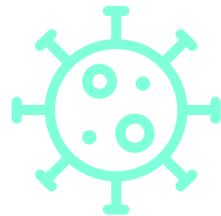
# Cuidados durante o Isolamento Domiciliar da COVID-19



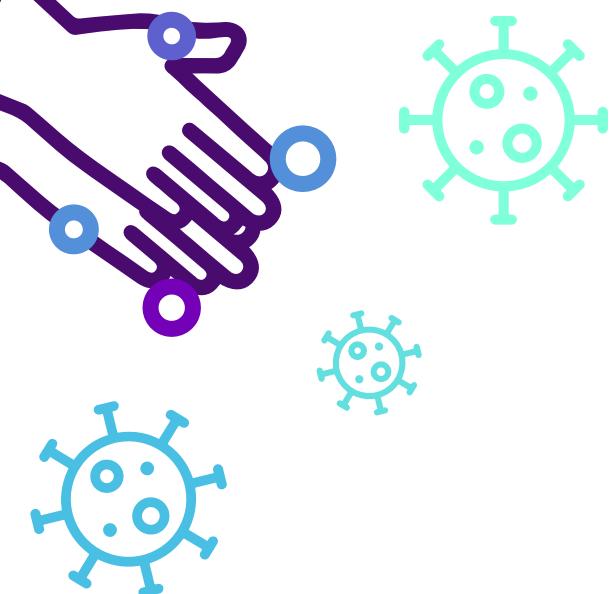
Débora Limberger e Suelen Dill

Acadêmicas de Enfermagem da UFSM/Palmeira das Missões

Bolsistas do PET Enfermagem-UFSM/PM



**Usar máscara em  
ambientes  
compartilhados.**

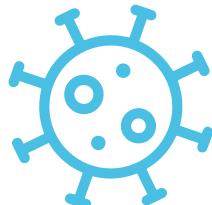
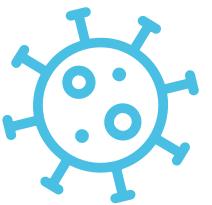


**Mantenha pelo menos  
2 metros de distância  
da pessoa contaminada.**

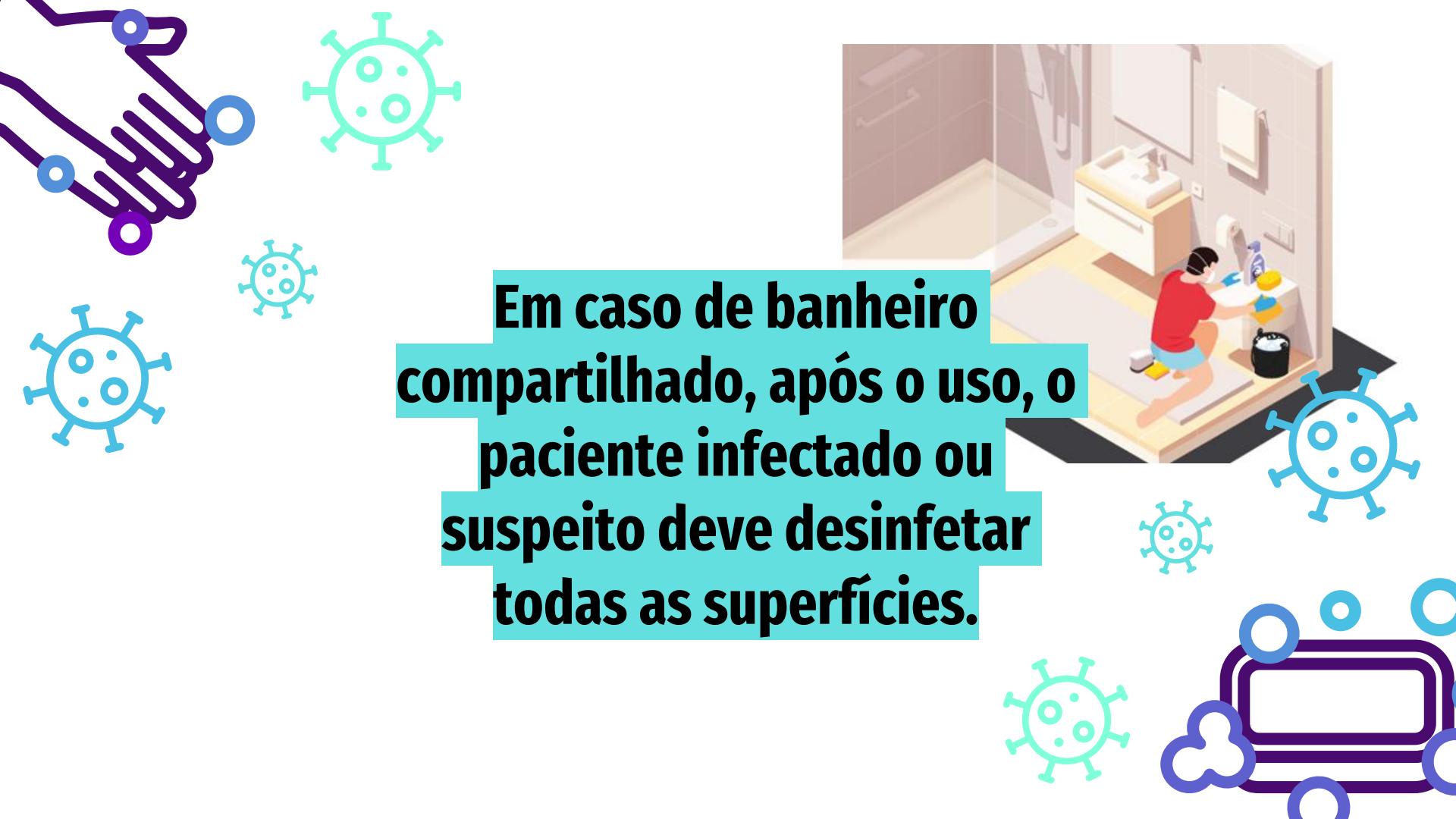




**Se for possível, destinar um quarto e um banheiro para uso exclusivo da pessoa infectada ou com suspeita de infecção.**



**Não compartilhar sofá, cadeira  
ou colchão.**

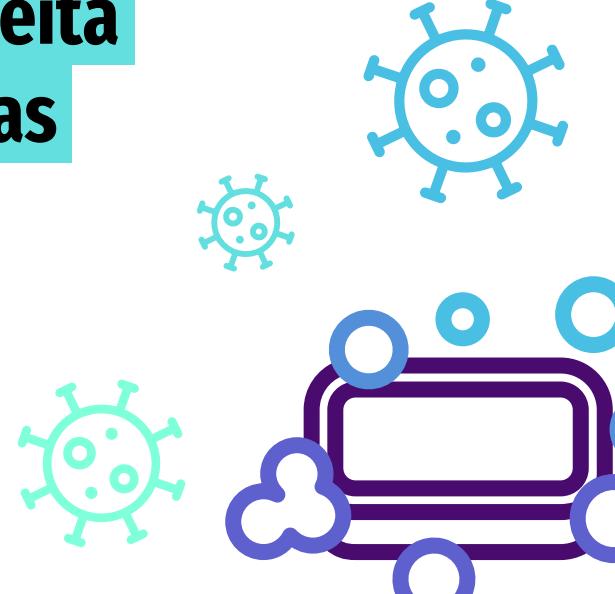


**Em caso de banheiro  
compartilhado, após o uso, o  
paciente infectado ou  
suspeito deve desinfetar  
todas as superfícies.**





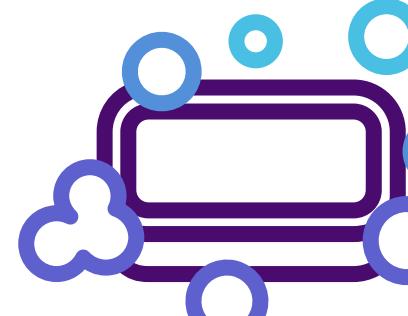
**Tire a escova de dente da  
pessoa infectada ou suspeita  
do mesmo recipiente das  
demais.**



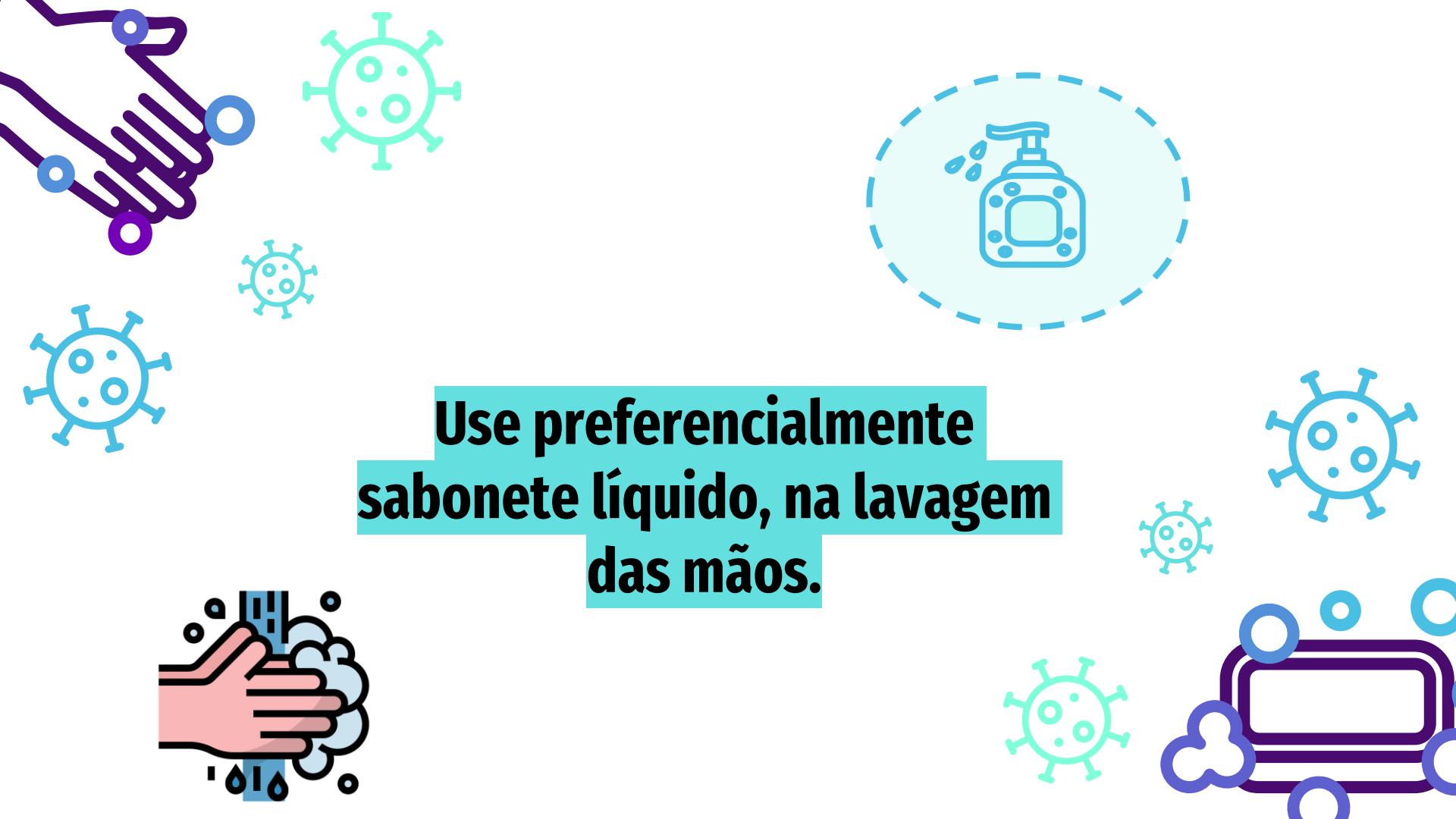


**Não compartilhe objetos como  
toalhas de rosto e corpo.**



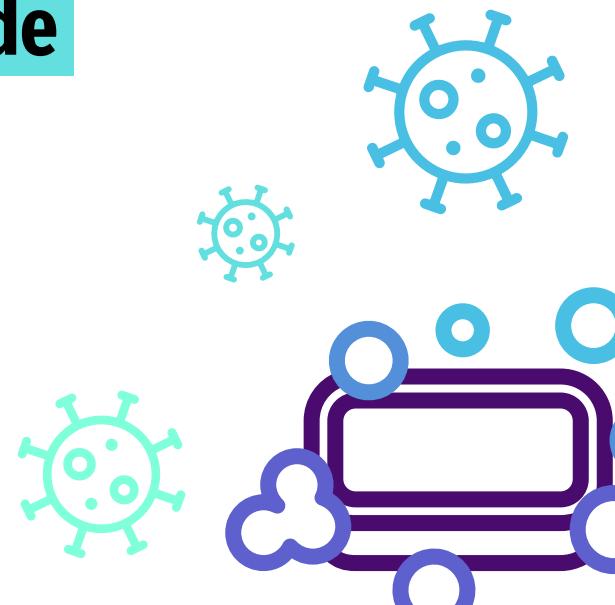


**Use preferencialmente  
sabonete líquido, na lavagem  
das mãos.**





**A pessoa contaminada deve  
trocar a própria roupa de  
cama.**





**Se contaminado, cozinhe sempre  
de máscara.**





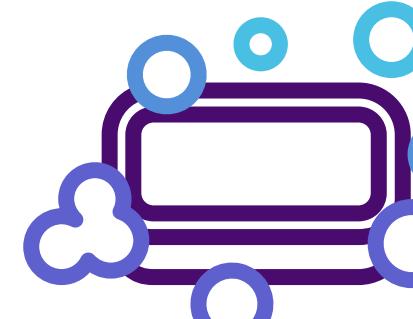
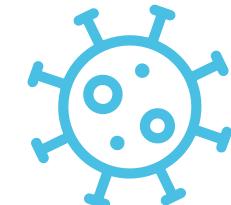
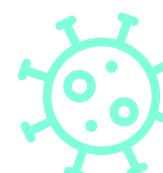
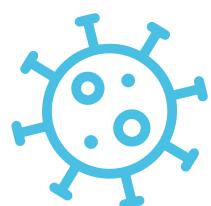
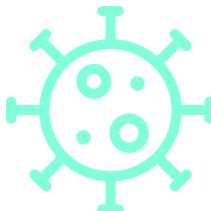
**Não compartilhe copos,  
talheres e pratos.**



**Mantenha a porta fechada.  
Limpe as maçanetas.**



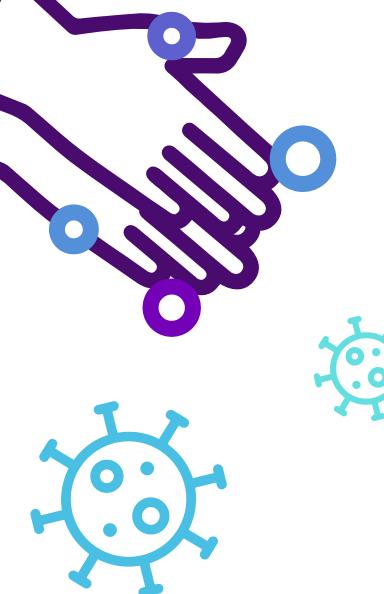
**Mantenha janelas abertas  
para a circulação de ar e  
entrada de luz solar.**



**Sabão, álcool 70%, água  
sanitária e desinfetantes são  
eficazes na limpeza.**



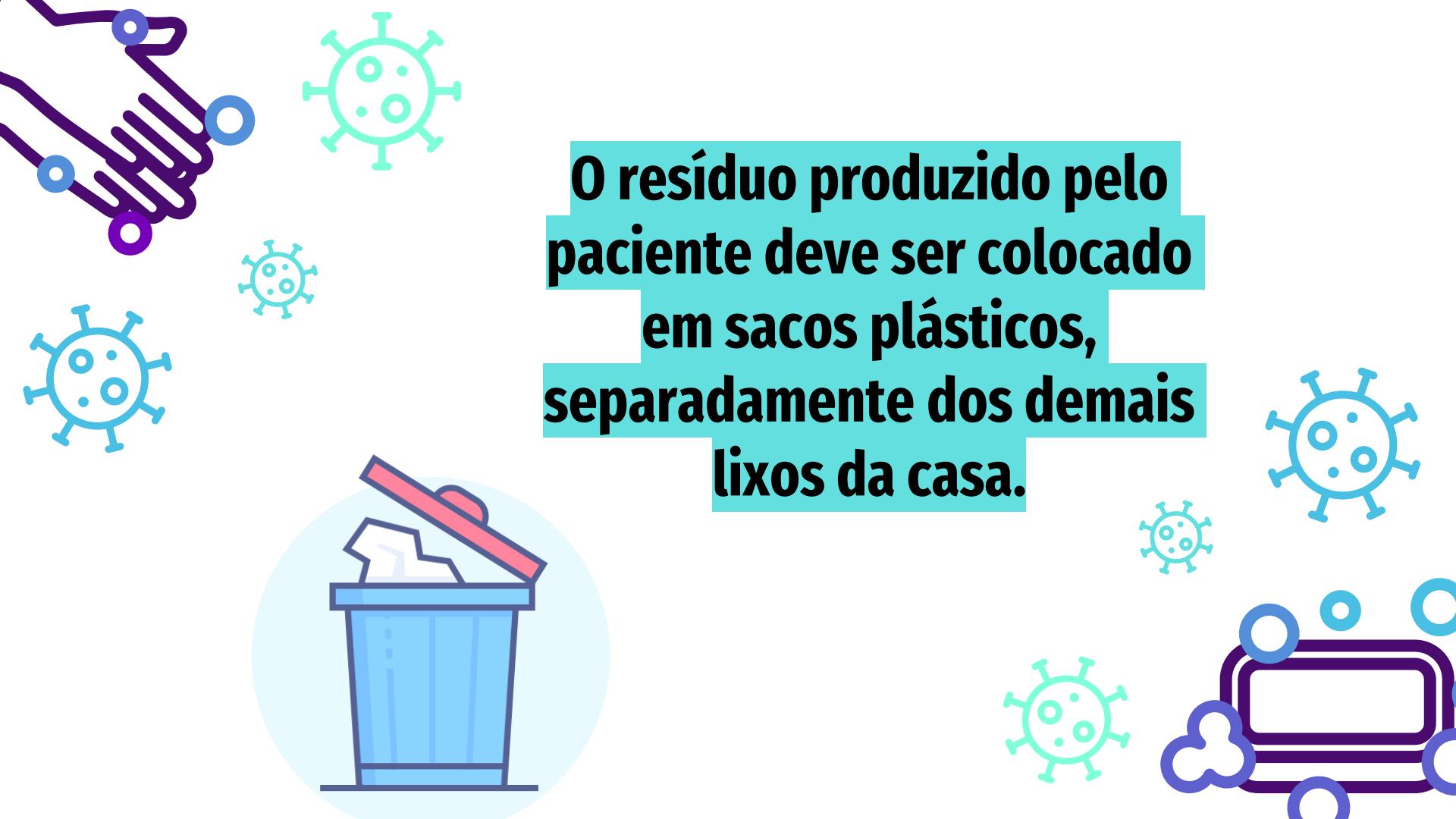
**A limpeza de móveis e objetos  
precisa ser feita diversas  
vezes ao dia.**

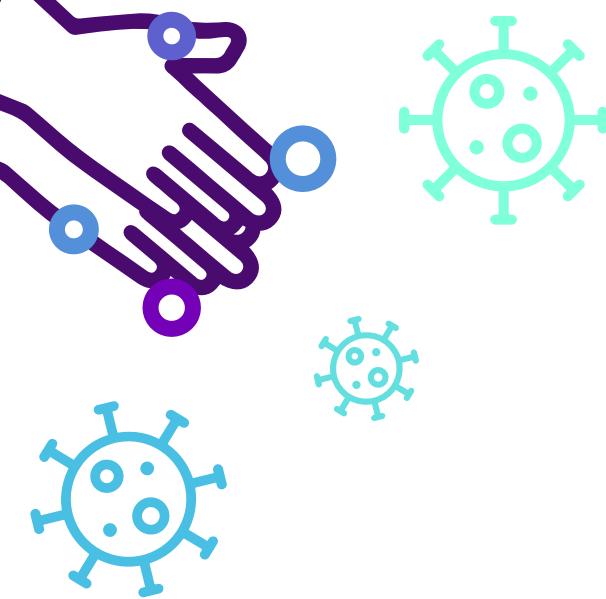


**As roupas e objetos de uso pessoal do paciente devem ser lavadas separadamente, e secas em local arejado. Deve-se manuseá-los com luvas, sempre usando máscaras, e nunca sacudi-los.**



**O resíduo produzido pelo paciente deve ser colocado em sacos plásticos, separadamente dos demais lixos da casa.**

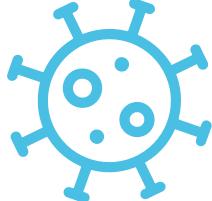




**Manter a etiqueta respiratória:  
usar lenço de papel ou papel  
higiênico que cubra o nariz e a  
boca em caso de tosse e espirro.  
Ou tossir e espirrar no antebraço.**

**Lavar os braços e as  
mãos imediatamente!**





## E fique atento aos sintomas!

Sintomas mais comuns



Tosse



Febre



Fadiga



Congestão  
nasal



Cansaço



Coriza



Dor de  
garganta



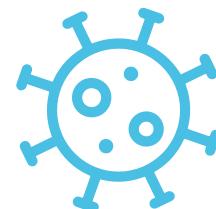
Dor de  
cabeça

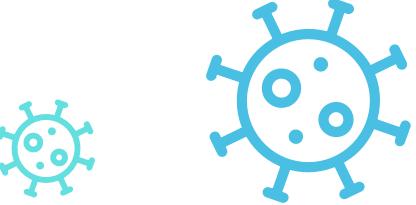


Diarreia

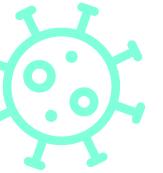
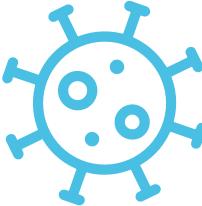


Dificuldade  
de respirar\*\*





## Referências

- 
- 
- 
- 
- **Guia do isolamento domiciliar.** Governo do Estado do Paraná. Disponível em: <<http://www.coronavirus.pr.gov.br/Campanha/Pagina/GUIA-DO-ISOLAMENTO-DOMICILIAR>>. Acesso em: 08/06/2021.
  - **Covid em casa: 4 gráficos que explicam o que fazer se você mora com uma pessoa com coronavírus.** BBC News Brasil. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/geral-56107776>>. Acesso em: 08/06/2021.