

## PREVENÇÃO DA PROPAGAÇÃO DA COVID-19 EM RESIDÊNCIAS E COMUNIDADES RESIDENCIAIS

NOTA ORIENTATIVA  
16/2020

A COVID-19 é a doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves. Os sintomas mais comuns incluem: tosse, falta de ar, dor de cabeça (cefaleia), febre, calafrios, dor de garganta, coriza, diarreia ou outros sintomas gastrointestinais, perda parcial ou total do olfato (hiposmia/anosmia) diminuição ou perda total do paladar (hipogeusia/ageusia), dores musculares, dores no corpo (mialgia) e cansaço ou fadiga. O SARS-CoV-2 é transmitido principalmente por meio da exposição a gotículas respiratórias, contendo vírus, expelidas por uma pessoa infectada quando ela tosse ou espirra, ou por meio do contato direto com uma pessoa infectada (por exemplo, durante um aperto de mão seguido do toque nos olhos, nariz ou boca), ou com objetos e superfícies contaminados (fômites).

Mais informações:

<http://www.coronavirus.pr.gov.br/Campanha#>

<http://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Coronavirus-COVID-19>

### DAS RECOMENDAÇÕES GERAIS

- Higienizar as mãos com água e sabonete líquido (por no mínimo 40 segundos) ou álcool gel 70% (20 segundos);
- Não tocar as mucosas dos olhos, nariz e boca sem que as mãos tenham sido higienizadas previamente;
- Como medida de higiene geral, preferencialmente, os sapatos devem ser retirados na porta, antes de entrar em casa. Após, limpá-los (com água e sabão) antes de guardar;
- A prática da higiene respiratória deve ser adotada por todos, com cobertura da boca e nariz com a dobra do cotovelo ou lenço de papel, ao tossir e espirrar;
- O uso de máscaras faciais é obrigatório a todas as pessoas que estiverem fora de suas residências, em espaços de natureza pública ou privada de uso coletivo, inclusive no transporte coletivo, conforme Lei Estadual n.º 20.189, de 28 de abril de 2020, ou outra que vier a substituí-la.
- As máscaras faciais devem ser utilizadas com cobertura total do nariz, boca e queixo.

### QUARENTENA / ISOLAMENTO DOMICILIAR

- Pessoas com suspeita de COVID-19 devem permanecer em quarentena até a confirmação do diagnóstico. Se confirmado, medidas de isolamento devem ser mantidas, conforme protocolos vigentes.

- A confirmação diagnóstica de infecção pelo vírus SARS-CoV-2 deve ser realizada por Teste Molecular (RT-PCR) ou Teste Rápido de Antígeno (TR-Ag).
- Os contactantes de casos suspeitos e/ou confirmados da COVID-19 devem manter quarentena e realizar a testagem, mesmo na ausência de sintomas, conforme protocolos vigentes, mantendo as medidas de isolamento se confirmado o diagnóstico.
- Pessoas suspeitas em quarentena devem manter o uso de máscaras inclusive dentro de casa, e na presença de outras pessoas que residem no mesmo local. Esta medida deve ser seguida até o resultado negativo do exame, devendo manter as recomendações gerais para o uso de máscaras após esse período;
- **Para pessoas sintomáticas ou confirmadas para COVID-19, recomenda-se o uso de máscara cirúrgica para controle da fonte;**
- O tempo de isolamento ou quarentena recomendado pelo profissional de saúde deve ser rigorosamente respeitado, mesmo se não apresentar sintomas;
- Se o estado de saúde da pessoa confirmada com COVID-19 piorar, a mesma deverá ser encaminhada para uma unidade de assistência. Ao chegar, informe imediatamente os profissionais de saúde a respeito dos sintomas e da suspeita ou confirmação de diagnóstico para COVID-19, pois isso ajudará a equipe de saúde a tomar as medidas necessárias para impedir que outras pessoas sejam infectadas;
- Sempre que possível, **a pessoa diagnosticada com COVID-19 deve permanecer em ambiente separado dos demais indivíduos que residem com ela, inclusive com uso de utensílios próprios** (copos, talheres, entre outros). Caso haja necessidade do compartilhamento de algum ambiente, é importante que o local seja mantido constantemente ventilado e arejado e com rotinas de desinfecção das superfícies;
- Uma lixeira deve ser reservada no ambiente destinado ao isolamento para o descarte de máscaras, lenços e papel higiênico. Este lixo deve ser retirado diariamente e desprezado juntamente com outros resíduos orgânicos;
- Durante o período de isolamento domiciliar a pessoa não deve receber visitas;
- Enquanto estiver em isolamento domiciliar evite acariciar animais de estimação, pois eles circulam em outros ambientes da casa;
- Em casos de extrema necessidade, em que a pessoa diagnosticada com COVID-19 necessite sair de casa (como por exemplo se dirigir a um serviço de saúde), deve manter o uso de máscara cirúrgica durante todo o período;
- Sempre que possível, os ambientes devem ser mantidos ventilados e com janelas abertas, principalmente nos locais destinados à permanência da pessoa em isolamento. Caso necessite utilizar o ar condicionado, este deve ser mantido com seus componentes internos limpos;
- Excepcionalmente, quando a pessoa com COVID-19 não puder fazer uso de máscara (crianças menores de 2 anos, pessoas que tenham dificuldade para respirar, estejam inconscientes, outros),

todos que dela se aproximarem, por qualquer necessidade, devem estar fazendo uso de máscara cirúrgica;

- As máscaras não devem ser tocadas na parte frontal, pois é a mais contaminada. Caso isso ocorra, as mãos devem ser higienizadas logo na sequência;
- As roupas da pessoa com suspeita ou confirmação de COVID-19 podem ser lavadas em casa, sem a necessidade de ir para uma lavanderia externa. No processo de lavagem evite sacudir as peças e não é necessário utilizar nenhum produto especial.
- As vacinas COVID-19 reduzem o risco de as pessoas ficarem gravemente doentes caso venham a ter contato com o vírus, porém ainda assim poderão se infectar e transmitir a outras pessoas. Por isso, as medidas de prevenção contra a doença devem continuar a ser adotadas por todos.

*Observação: O contato próximo é definido como a pessoa que esteve a menos de 1 metro (um metro) de distância, por um período mínimo de 15 minutos, com um caso confirmado, ambos sem máscara facial ou utilizando-a de forma incorreta, b) teve um contato físico direto (por exemplo, apertando as mãos, abraço, beijo) com um caso confirmado, c) Seja contato domiciliar ou residente na mesma casa/ambiente (dormitórios, creche, alojamento, entre outros) de um caso confirmado.*

## CONTATOS:

Telefone: 0800-644 4414 | WhatsApp: 41 3330 4414

Editada em 31/03/2020.

Atualizada em 29/09/2020 (V2).

Atualizada em 01/02/2022 (V3).