

CORONAVÍRUS

Fique por dentro de todas informações do novo vírus COVID-19

RECOMENDAÇÕES DE PREVENÇÃO E CONTROLE

  [hbsaude.com.br](https://www.hbsaude.com.br)

 **HB** SAÚDE
Sempre ao seu lado

ANS - nº 35024-9

1. Recomendações de Prevenção e Controle

Estabelecido de acordo com: NOTA TÉCNICA N.04/2020 GVIMS/GGTES/ANVISA (ATUALIZADA EM 17/02/2020). Atualizado conforme Boletim Epidemiológico n.5, Centro de Operações Emergenciais em Saúde Pública, CoVID-19, de 14 de março de 2020 e atualização Boletim virtual do Ministério da Saúde, disponível em:

<http://plataforma.saude.gov.br/novocoronavirus/>.

Importante: Todas essas medidas são baseadas no conhecimento atual sobre os casos de infecção pelo Coronavírus e podem ser alteradas conforme novas informações sobre o vírus forem disponibilizadas.

As ações individuais, no ambiente domiciliar ou de trabalho, constituem uma importante estratégia de contenção da doença. Elas devem ser desempenhadas pela população em geral, independente da suspeita ou do diagnóstico de Coronavírus .

1. Recomendações de Prevenção e Controle

1.1. Medidas de Higienização das Mãos

Quando realizar:

- Antes e após o contato direto com pacientes com infecção suspeita ou confirmada pelo Coronavírus (CoVID-19), seus pertences e ambiente próximo, bem como na entrada e na saída de áreas com pacientes infectados;
- Imediatamente após retirar as luvas;
- Imediatamente após contato com sangue, fluidos corpóreos, secreções, excreções ou objetos contaminados;
- Entre procedimentos em um mesmo paciente, para prevenir a transmissão cruzada entre diferentes sítios corporais;
- Em qualquer outra situação onde seja indicada a higiene das mãos para evitar a transmissão do Coronavírus para outros pacientes ou ambientes.

1. Recomendações de Prevenção e Controle

1.1. Medidas de Higienização das Mãos (continuação)

Quando realizar:

- Deve-se higienizar as mãos com preparação alcoólica (sob as formas gel ou solução) quando estas **NÃO** estiverem visivelmente sujas; Antes de contato com o paciente; Após contato com o paciente; Antes de realizar procedimentos assistenciais e manipular dispositivos invasivos; Antes de calçar luvas para inserção de dispositivos invasivos que não requeiram preparo cirúrgico; Após risco de exposição a fluidos corporais; Ao mudar de um sítio corporal contaminado para outro, limpo, durante a assistência ao paciente; Após contato com objetos inanimados e superfícies imediatamente próximas ao paciente;

1. Recomendações de Prevenção e Controle

1.2 Técnica de Higienização das Mãos com Água e Sabão (Duração do Procedimento: 40 a 60 segundos)

- Retirar acessórios (anéis, pulseiras, relógio), uma vez que sob estes objetos acumulam-se microrganismos não removidos com a lavagem das mãos;
- Abrir a torneira e molhar as mãos, evitando encostar-se na pia;
- Aplicar na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante);
- Ensaboar as palmas das mãos, friccionando-as entre si;
- Esfregar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa;
- Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais;
- Esfregar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa;
- Esfregar o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda, utilizando-se movimento circular e vice-versa.

1. Recomendações de Prevenção e Controle

1.2 Técnica de Higienização das Mãos com Água e Sabão (Duração do Procedimento: 40 a 60 segundos)

- Friccionar as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha, fazendo movimento circular e vice-versa;
- Enxaguar as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evitar contato direto das mãos ensaboadas com a torneira;
- Secar as mãos com papel toalha descartável. No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.

Observação: Disponibilizamos vídeo sobre a técnica em nosso site: <http://site.hbsaude.com.br/coronavirus.html>

1. Recomendações de Prevenção e Controle

1.3 Técnica de Higienização das Mãos com Solução Alcoólica (Duração do Procedimento: 20 a 30 segundos)

- Aplicar na palma da mão quantidade suficiente do produto para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante);
- Friccionar as palmas das mãos entre si;
- Friccionar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa;
- Friccionar as palmas das mãos entre si com os dedos entrelaçados;
- Friccionar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos e vice-versa;
- Friccionar o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda, utilizando-se movimento circular e vice-versa;
- Friccionar as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fazendo um movimento circular e vice-versa;
- Friccionar até secar espontaneamente. Não utilizar papel toalha.

1.4 Limpeza e Desinfecção de Superfícies (continuação)

Recomenda-se:

- Deve-se limpar e desinfetar as superfícies que provavelmente estão contaminadas, incluindo aquelas que estão próximas ao paciente (por exemplo, grades da cama, cadeiras, mesas de cabeceira e de refeição) e superfícies frequentemente tocadas no ambiente de atendimento ao paciente (por exemplo, maçanetas, superfícies de banheiros nos quartos dos pacientes);
- Além disso, inclua os equipamentos eletrônicos de múltiplo uso (ex: bombas de infusão) nas políticas e procedimentos de limpeza e desinfecção, especialmente os itens usados pelos pacientes, os usados durante a prestação da assistência ao paciente e os dispositivos móveis que são movidos frequentemente para dentro e para fora dos ambientes onde paciente estava alocado (ex: verificadores de pressão arterial e oximetria).

1.5 Recomendações Antes do Procurar Atendimento Presencial

- Recomenda-se que na chegada ao serviço, usuários que tenham sintomas de alguma infecção respiratória, devam tomar as ações preventivas apropriadas, por exemplo, usar máscara cirúrgica a partir da entrada do serviço, se puder ser tolerada (check list de orientações do agendamento);
- Além disso, é recomendado restrição de número de acompanhantes (um acompanhante por paciente, para aqueles menores de 18 anos, maiores de 60 anos e portadores de necessidades especiais);
- Instruir o paciente e seus acompanhantes a levar o mínimo de pertences as Unidades de Saúde quando procurar atendimento.

1.6 Recomendações Durante Atendimento Presencial

- As pessoas com os sintomas gripais devem permanecer de máscara cirúrgica desde a chegada no serviço de saúde até saída;
- Devem evitar de ficar se deslocando pela unidade de saúde, acomodando-se na sala de espera própria para casos sintomáticos respiratórios;
- Casos suspeitos de infecção pelo Coronavírus devem permanecer preferencialmente em área separada até a consulta ou encaminhamento para o hospital, caso necessário;
- Não compartilhar objetos em salas de espera;

1.6 Recomendações Durante Atendimento Presencial (continuação)

- O profissional que irá atender pacientes sintomáticos respiratórios estará usando itens de proteção individual. Isso é necessário pois ele não sabe quem são os indivíduos que realmente tem Coronavírus no momento do atendimento. Assim, ele se protege e protege os demais usuários e profissionais que estiverem na Unidade de atendimento;
- Pode ser que o profissional de saúde solicite que os usuários tomem medidas adicionais a higienização das mãos, colocação de máscara cirúrgica, restrição de acompanhantes, limitação de deambulação na unidade, uso de lenço para tossir ou espirrar e outras medidas de etiqueta respiratória, como por exemplo, solicitar que aguarde em uma sala de isolamento respiratório, em caso de suspeita de Coronavírus;
- Ao informar que teve contato com caso suspeito ou confirmado de Coronavírus, o usuário será solicitado que informe nome e telefone dessa pessoa, bem como que descreva como foi o contato, a fim de estabelecer uma relação de proximidade para caracterizar com suspeito e para que outras medidas sejam instituição de vigilância e controle.

2. Orientação de Isolamento Domiciliar (casos leves)

Estabelecido de acordo com: Procedimento Operacional Padrão - Orientações para isolamento domiciliar - do Centro de Operações de Emergência Doença pelo Coronavírus 2019, de 08/03/2020. Disponível em:

<https://www.unasus.gov.br/especial/covid19/pdf/28>.

Todas as pessoas da casa devem realizar higiene adequada das mãos, com água e sabão, respeitando os cinco momentos de higienização: 1) antes do contato com a pessoa; 2) antes da realização de procedimentos (cuidados); 3) após o risco de exposição a fluidos biológicos (secreção, catarro, etc); 4) após contato com a pessoa; 5) após contato com as áreas próximas a pessoa, mesmo que não tenha tocado a pessoa, cuidado direta ou indiretamente da pessoa.

Ao indivíduo suspeito ou confirmado de Coronavírus em isolamento domiciliar:

- Permanecer em quarto individual bem ventilado, ou seja, manter janelas e portas abertas;
- Limitar a movimentação e evitar ao máximo o compartilhamento em outros espaços da casa (cozinha, sala, banheiro, etc);
- Manter a ventilação adequada na casa, principalmente nos espaços compartilhados;

2. Orientação de Isolamento Domiciliar (casos leves)

Ao indivíduo suspeito ou confirmado de Coronavírus em isolamento domiciliar:

- Os membros da família devem ficar em salas separadas, se isso não for possível, manter uma distância de pelo menos 2 metros da pessoa doente (exemplo, dormir em cama separada);
- Escolher somente uma pessoa para exercer a função de cuidador. Essa pessoa deve estar em boas condições de saúde, sem patologias crônicas (pressão alta, diabetes, etc) associadas ou com imunidade baixa;
- Não permitir visitas durante o período de isolamento domiciliar;
- Enxugar as mãos preferencialmente com toalha de papel. Se não disponível, enxugar com toalha de pano limpa (exclusiva para a pessoa em isolamento) e substituí-la quando ela estiver molhada
- A pessoa em isolamento domiciliar deve ficar o maior tempo possível de máscara cirúrgica, e, as pessoas que não toleram a máscara deve cobrir a boca e nariz ao tossir ou espirrar com a parte de dentro do cotovelo ou com um lenço descartável, descartar os materiais usados para a higiene respiratória no lixo exclusivo, lavar as mãos após contato com secreção (catarro, etc); evitar entrar em contato com objetos de uso coletivo, se entrar necessitar entrar em contato, limpe maçaneta, torneiras e outros objetos de uso coletivo;

2. Orientação de Isolamento Domiciliar (casos leves)

Ao indivíduo suspeito ou confirmado de Coronavírus em isolamento domiciliar (continuação)

- O cuidador/familiar: também deve utilizar máscara cirúrgica bem ajustada, que cubra adequadamente a boca e nariz, quando estiver no mesmo quarto que a pessoa em isolamento domiciliar;
- As máscaras não podem ser tocadas e/ou manuseadas durante o uso, é orientada a troca da máscara quando esta estiver molhada ou suja;
- O cuidador deve evitar o contato direto com secreções orais, respiratórias (catarro, coriza, etc), urina, fezes e resíduos;
- Usar luvas descartáveis sempre que entrar em contato com esses fluidos e higiene das mãos antes e depois de remover as luvas e a máscara;
- Não compartilhar as roupas de cama e utensílios das pessoas em isolamento domiciliar;
- Estes itens devem ser limpos com água e sabão após o uso e pode ser reutilizado;
- Limpar diariamente as superfícies tocadas com maior frequência e também toda área ocupada pela pessoa em isolamento domiciliar (exemplo: maçaneta da porta, torneiras, mesa de cabeceira, quadros ou cabeceira de cama e demais móveis do quarto);

2. Orientação de Isolamento Domiciliar (casos leves)

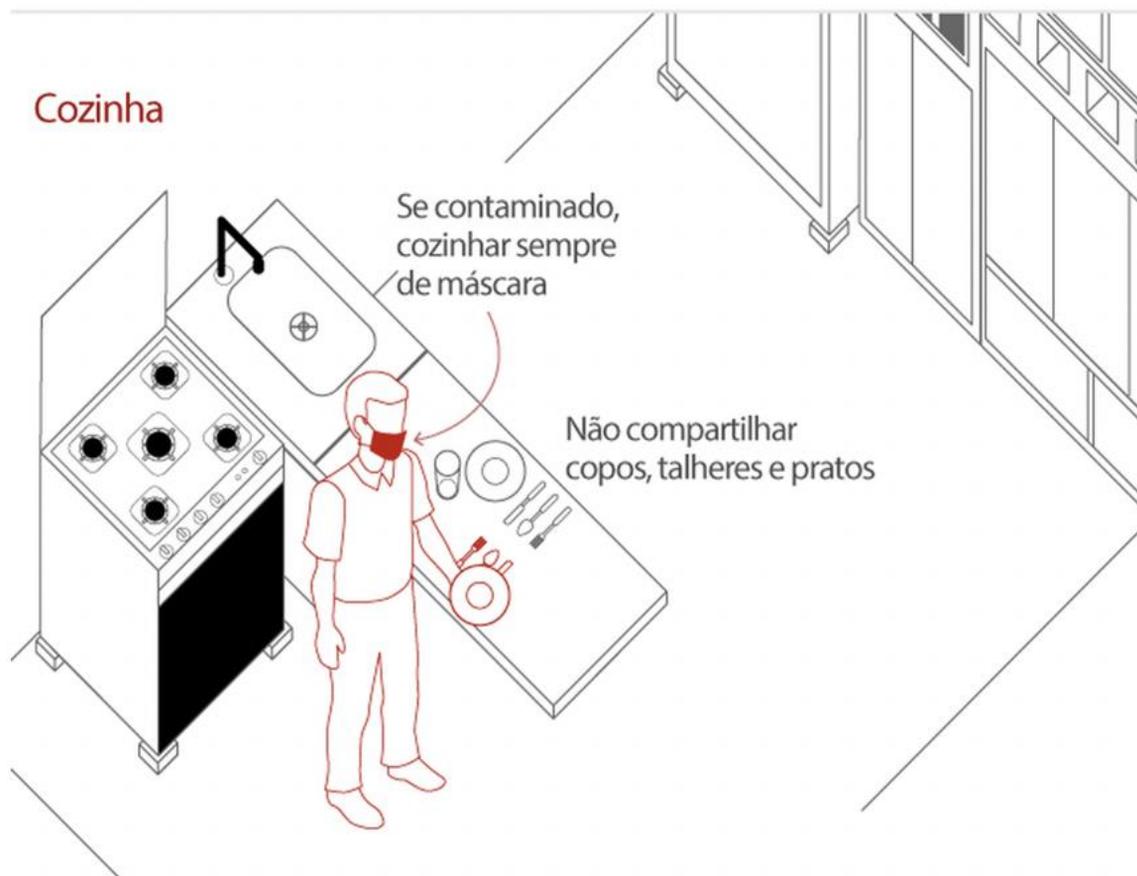
Ao indivíduo suspeito ou confirmado de Coronavírus em isolamento domiciliar (continuação)

- Os produtos ideais para a realização da limpeza são sabão ou detergente doméstico. Após limpar, passar hipoclorito de sódio a 0,5% para desinfectar;
- Colocar a roupa contaminada em uma bolsa de roupa ou saco plástico, separada das roupas dos outros integrantes da casa;
- Não agitar a roupa suja e evitar contato da pele e da roupa com os materiais contaminados;
- Lavar as roupas, roupas de cama e banho da pessoa em isolamento domiciliar, utilizando água e sabão em pó normais ou lavar na máquina de uso doméstico comum e secar bem;
- Descartar as luvas, máscaras e outros resíduos gerados durante o cuidado com a pessoa em isolamento domiciliar, em lixeira com tampa no próprio quarto.

3. Infográfico Isolamento Domiciliar Cozinha

Guia do isolamento domiciliar

Veja cuidados necessários para garantir o isolamento de suspeitos ou infectados por coronavírus



Fonte: G1

5. Infográfico Isolamento Domiciliar Quarto

Quarto de isolamento

Manter janelas abertas para circulação de ar e entrada de luz solar



A própria pessoa precisa trocar a roupa de cama

Separar os resíduos em lixeiras diferentes

Manter a porta fechada

Limpar maçanetas

Banheiro



Não compartilhar objetos como toalhas de corpo e rosto



Usar preferencialmente sabonete líquido

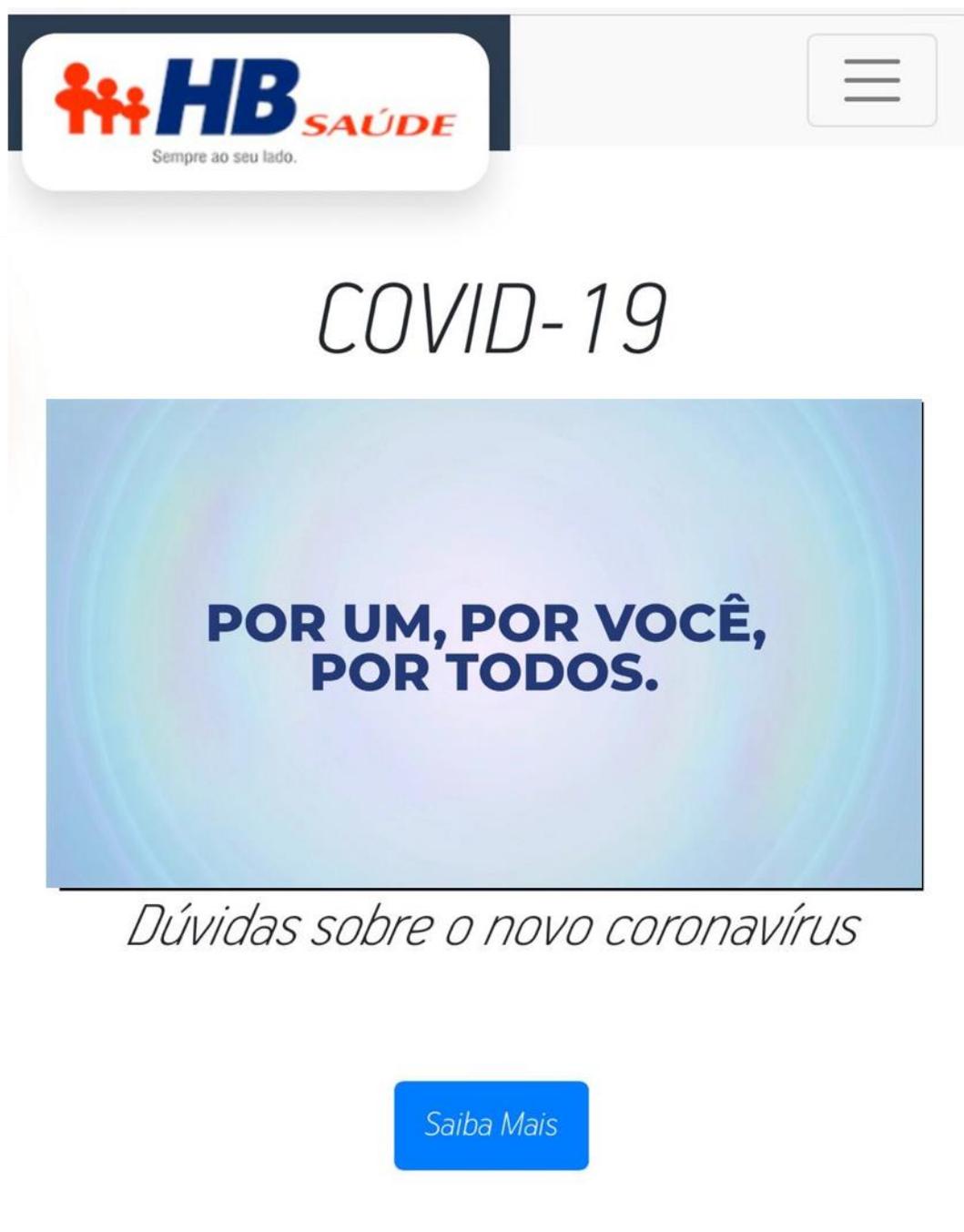


Após usar o banheiro, é preciso desinfetar todas as superfícies: vaso sanitário, pia, torneira, descarga

Coronavírus – Página HB Saúde

O HB Saúde desenvolveu uma página com informações sobre o Coronavírus. Clique no link abaixo e tenha acesso ao conteúdo:

<http://site.hbsaude.com.br/coronavirus.html>



HB SAÚDE
Sempre ao seu lado.

COVID-19

**POR UM, POR VOCÊ,
POR TODOS.**

Dúvidas sobre o novo coronavírus

[Saiba Mais](#)



ANS - n° 35024-9