

MONITORAMENTO

DE PESSOAS SUSPEITAS OU COM COVID CONFIRMADA

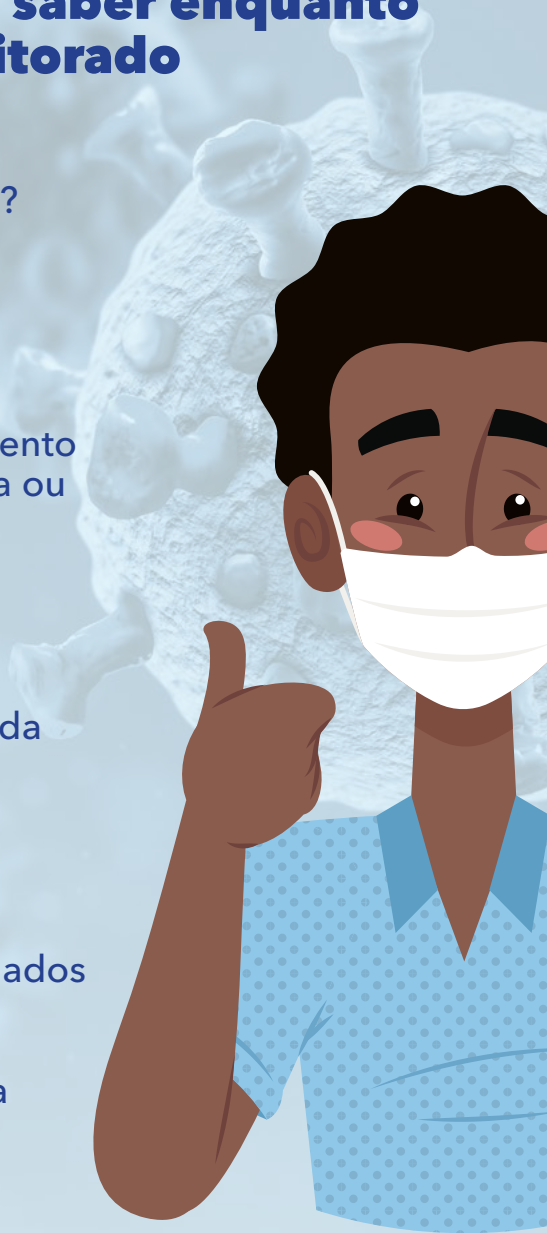
PODE AJUDAR A
SALVAR VIDAS



**Cuide-se e proteja
seus familiares.**

O que você precisa saber enquanto estiver sendo monitorado

- 1** O que é monitoramento?
Para que serve?
- 2** Você é suspeito,
confirmado ou contato?
- 3** Como deve ser o isolamento
de pessoas com suspeita ou
confirmação de covid?
- 4** Quanto tempo deve
ser o isolamento?
- 5** Orientações para todos da
casa: uso de máscaras.
- 6** Orientações para todos
da casa: lavar as mãos.
- 7** Orientações gerais: cuidados
com o ambiente.
- 8** Você sabe o motivo para
voltar ao atendimento?



As orientações desta cartilha se destinam aos pacientes de Covid com sintomas leves que não precisaram ser internados e se recuperam em casa, mas que devem ser monitorados por profissionais de saúde para evitar complicações. Além disso, dicas de como proteger as pessoas que convivem na mesma casa com o paciente.

1

MONITORAMENTO

O que é monitoramento?

- Monitorar significa vigiar, cuidar, estar atento.
- Se você concordar, um profissional vai te acompanhar enquanto estiver doente, até que você esteja curado.
- Você vai receber ligação por vários dias.
- Algumas perguntas serão feitas: "Como você está se sentindo? Você teve febre? Como está sua respiração? Sente falta de ar? Está tomando algum medicamento? Você acha que está melhorando ou piorando?"

E para que serve esse monitoramento?

A Covid-19 ainda não tem um tratamento específico para matar o vírus. A maioria das pessoas apresentarão quadro leve. Infelizmente, algumas delas (principalmente idosos e quem têm doenças como pressão alta, problema no coração, diabetes e obesidade) podem ter complicações e até morrer. O monitoramento serve para acompanhamento no dia a dia e a identificação precoce de sinais e sintomas de gravidade para o cuidado no tempo certo

Só tem um jeito de saber a hora certa: MONITORAR!

CUIDE-SE E PROTEJA SEUS FAMILIARES.



MENU

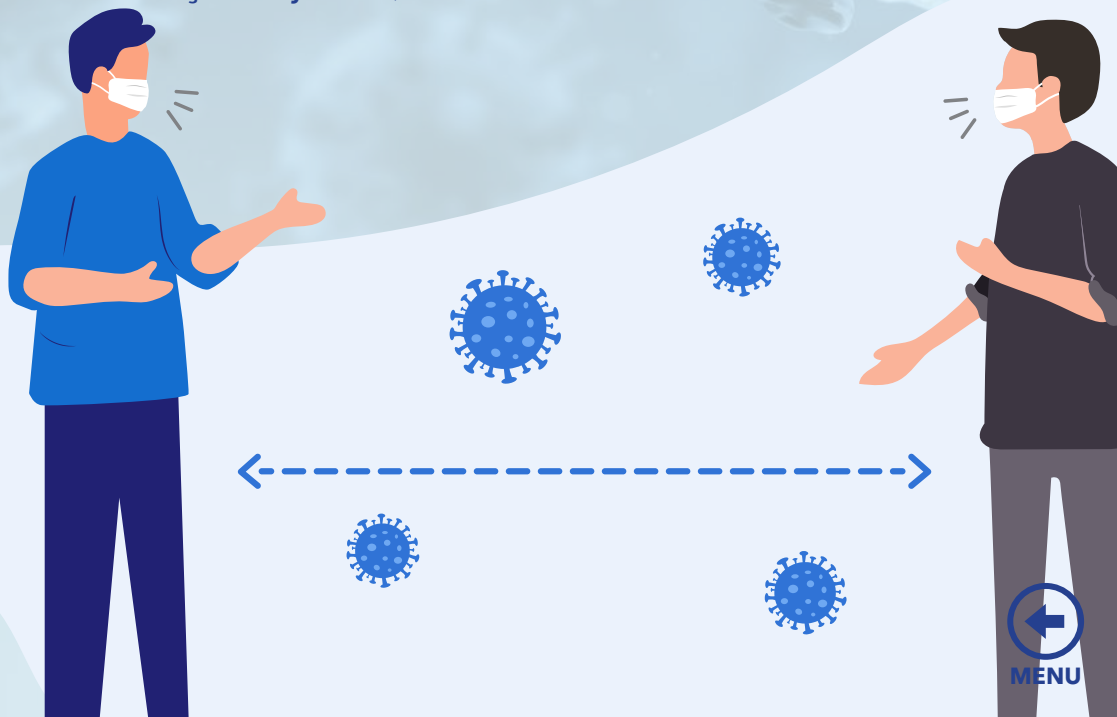
2 VOCÊ É SUSPEITO, CONFIRMADO OU CONTATO?

SUSPEITO

Indivíduo com quadro agudo com dois (2) ou mais dos seguintes sintomas: febre, calafrios, dor de garganta, dor de cabeça, tosse, coriza, não consegue sentir cheiro ou gosto

CONTATO

Um contato próximo é definido como qualquer indivíduo que tenha ficado por mais de 15 minutos a menos de 1,5 metro de distância de uma pessoa infectada (confirmada ou suspeita), sem usar máscara. Ou se houve contato pele a pele (aperto de mão, abraço, beijo, etc).



3

COMO DEVE SER O ISOLAMENTO DE PESSOAS COM SUSPEITA OU CONFIRMAÇÃO DE COVID?

SEMPRE:

- Manter pelo menos 1 metro e meio de distância de quem está doente.
- Usar máscara cobrindo o nariz e a boca. Só tirar para comer.
- Não receber visitas.
- Dormir em cama separada.
- Manter remédios que já fazia uso a não ser que o médico suspenda.
- Só sair de casa se houver necessidade absoluta (agravamento dos sinais e sintomas, para consulta médica). E não se esqueça da máscara!
- Reforçar a hidratação: ingerir líquidos com frequência, água, sucos e manter a alimentação diária.

SEMPRE QUE FOR POSSÍVEL:

- A pessoa doente deve ficar SOZINHA em um quarto ou cômodo da casa.
- Comer dentro do quarto. Não ficar andando pela casa.
- Manter a porta fechada no local que estiver permanecendo isolado.
- Manter a janela aberta, deixando entrar ar e a luz do sol.
- Lavar as mãos com frequência. Pode ser com água e sabão ou utilizar álcool gel.
- Mães devem continuar amamentando, usando máscara e lavando as mãos com frequência. Se possível, ficar em quartos separados. Se não, manter a distância mínima de 1,5 metro entre o berço e a cama da mãe.



4

QUANTO TEMPO DEVE SER O ISOLAMENTO?

- A pessoa doente (confirmada ou suspeita de Covid) deve ficar em isolamento até 10 dias após o dia dos primeiros sintomas.
- Os contatos domiciliares (moram na mesma casa do doente) devem ficar em isolamento por 14 dias (a partir do dia em que teve contato com o doente).



5

ORIENTAÇÕES PARA TODOS EM CASA

MÁSCARAS:

- Use máscara o tempo todo. Retirar apenas para se alimentar.
- Caso a máscara fique úmida ou com secreções, trocar imediatamente.
- Lavar diariamente as máscaras de pano, com água e sabão.
- NUNCA lavar máscaras cirúrgicas ou máscaras profissionais (N95/PFF2).
- Não toque na parte da frente da máscara.
- Se tocou sem querer ou após retirar a máscara, lave as mãos com água e sabão ou utilize álcool gel.

CUIDE-SE E PROTEJA SEUS FAMILIARES.



MENU

6

ORIENTAÇÕES PARA TODOS EM CASA

HIGIENE DAS MÃOS:

Lave as mãos várias vezes durante o dia:

SEMPRE que tocar em algo ou em outra pessoa

SEMPRE que perceber que estão sujas.

SEMPRE que já tiver usado o álcool gel mais de 5 vezes.

SEMPRE que as mãos estiverem grudando, pegajosas.

SEMPRE que for se alimentar.

E lembre-se!

NUNCA coloque a mão no rosto, na boca, no nariz ou nos olhos. Se precisar muito, lave as mãos antes!

CUIDE-SE E PROTEJA SEUS FAMILIARES.



7

ORIENTAÇÕES GERAIS: CUIDADOS COM O AMBIENTE

CUIDADOS COM O AMBIENTE:

- Espirrar ou tossir em lenço descartável. Se não tiver, use a dobra do braço, a parte de dentro do cotovelo, mas nunca as mãos! Se usou a mão, lave imediatamente.
- Se tiver contato com secreções do paciente (saliva, urina, fezes), se possível use uma luva. Se não tiver, lave imediatamente as mãos.
- Limpar as mesas, cadeiras, maçanetas e tudo o que for tocado pelo paciente. Você pode usar o álcool 70% ou água sanitária (diluir 2 colheres de sopa em 1 litro de água). Faça o mesmo para os banheiros.
- Se tiver somente um banheiro na casa, ele deve ser desinfetado com álcool 70% ou água sanitária após o uso pelo paciente. Desinfete tudo que pode ter sido tocado (maçanetas, torneiras, pias, gavetas etc).
- Se possível, o paciente deve usar toalhas de papel para secar as mãos. Se não tiver, troque as toalhas de tecido quando estiverem molhadas ou úmidas.
- Lave roupas pessoais, roupas de cama e roupas de banho do paciente com sabão comum e preferencialmente água morna. Deixe secar.

CUIDE-SE E PROTEJA SEUS FAMILIARES.



8

VOCÊ SABE O MOTIVO PARA VOLTAR AO ATENDIMENTO?

- Se os sintomas forem graves, como dificuldade para respirar, febre mais de 3 dias, ou em caso de piora dos sintomas iniciais, procurar orientação nas UAIs Pampulha, São Jorge, Luizote, Roosevelt e Morumbi.

- Qualquer pessoa que comece com sintomas de gripe, febre, diarreia e/ou vômitos deve procurar atendimento.

ATENÇÃO: mesmo depois de melhorar, os sintomas podem ficar mais graves ou surgirem outros sintomas novos depois de 5 a 7 dias.

Fique ligado!

