

# Isolamento domiciliar: como fazer



Cartilhas  
COVID-19

Veja como proceder quando uma pessoa em sua casa tem sintomas de COVID-19



**bradesco**  
saúde

A Bradesco Saúde está sempre pensando em ajudar você a cuidar mais e melhor da sua saúde. Por isso, ao longo da pandemia, buscamos o máximo de informações, acompanhamos todas as conquistas da medicina e desenvolvemos uma linha de cartilhas para compartilhar com você. De forma simples e clara.



Consulte também as outras Cartilhas COVID-19. Afinal, neste momento, é fundamental que você esteja bem informado. E seguro. Vamos continuar juntos para passar por este período de tantos desafios.

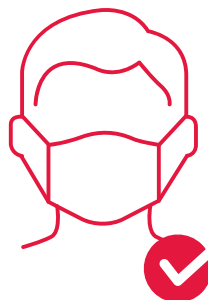
- > **Exame de PCR para coronavírus**  
Respostas claras para as suas principais dúvidas e questões
- > **Exame de sorologia para coronavírus**  
Informação precisa na forma de perguntas e respostas para você
- > **Orientações para gestantes e bebês**  
Dicas importantes para proteger você e seu bebê durante a pandemia de COVID-19
- > **Coronavírus: o que não fazer**  
Saiba como agir corretamente para se preservar em tempos de COVID-19
- > **Plano de contingência para empresas**  
Fique por dentro das ações e medidas práticas que devem ser tomadas em tempos de COVID-19
- > **Coronavírus: o que é, como se prevenir** – Tudo que você precisa saber para entender o coronavírus e a pandemia de COVID-19
- > **Síndrome Pós-COVID**  
Saiba mais sobre os sintomas que podem permanecer ou surgir após a COVID-19



Caso tenha uma pessoa em casa com sintomas da doença, veja as orientações para o isolamento domiciliar.

### Orientações para o paciente:

- > Não compartilhar alimentos, bebidas, copos, talheres, pratos, toalhas, roupas de cama e objetos de uso pessoal.
- > Evitar tocar olhos, nariz e boca.
- > Lavar as mãos várias vezes ao dia, com água e sabão, e/ou higienizar, com frequência, com álcool em gel a 70%, principalmente após tossir ou espirrar.
- > Não receber visitas enquanto estiver sintomático.
- > Usar máscara cirúrgica enquanto estiver com sintomas respiratórios, principalmente ao sair do quarto, e trocar a máscara sempre que estiver úmida.





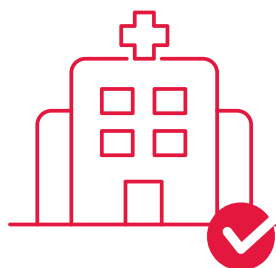
- > Ao tossir ou espirrar, proteger a boca e o nariz com lenços de papel descartáveis (ou papel higiênico, papel-toalha, guardanapo etc.), e/ou usar o antebraço como proteção.



- > Ficar isolado em um quarto e mantê-lo ventilado com as janelas abertas e a porta fechada o maior tempo possível. Não permitir que outras pessoas entrem no quarto; os objetos necessários devem ser deixados em bandejas na porta.

- > Sair de casa apenas em situações emergenciais, sempre com a máscara cirúrgica.

- > Procurar hospital de referência em caso de piora dos sintomas.





> Manter-se afastado de pessoas do grupo de risco – idosos e pessoas com condições médicas preexistentes (como pressão alta, doenças cardíacas, doenças pulmonares, câncer, transplantados ou com diabetes) – que podem desenvolver doenças graves com mais frequência do que outros, a depender da evolução clínica de suas condições de saúde.



> Não há evidências de que animais de estimação, como cães e gatos, possam ser infectados com coronavírus.



> Se possível, usar um banheiro exclusivo.

> Se você compartilha uma cozinha, evite usá-la quando outras pessoas estiverem presentes.



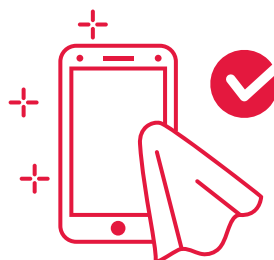


## Orientações para o acompanhante/família:

- > Escolher uma única pessoa para ser o apoio do paciente dentro de casa.
- > Para a limpeza da casa, utilizar uma parte de água sanitária para nove partes de água. Atenção: maçanetas, corrimões, mesas e balcões devem ser limpos mais de uma vez ao dia.
- > Higienizar as roupas de cama, toalhas e roupas pessoais separadamente, sem misturar com outras peças da casa.
- > Caso não possam ser higienizadas no momento em que forem tiradas do quarto, as roupas devem ficar guardadas em sacos plásticos. Em hipótese alguma deverão ser sacudidas.



- > Outros objetos que devem receber atenção especial são controles remotos, telefones fixos e aparelhos celulares. Higienize-os de duas a três vezes ao dia.





- > Os descartes do paciente deverão ser embalados em sacos plásticos e separados do restante do lixo da casa. O cesto deverá ser higienizado com álcool a 70%.
- > O manuseio dos objetos deve ser realizado, de preferência, com luvas descartáveis. Ao retirar as luvas, as mãos devem sempre ser higienizadas.
- > Ficar atento ao estado emocional do paciente, que poderá se sentir fragilizado.
- > Lavar as mãos com água e sabão deve ser um ato repetitivo ao longo do dia.
- > Neste momento, não receber visitas sociais, como amigos e familiares. Para falar com alguém, utilizar o telefone ou as redes sociais.





O Hotsite Coronavírus pode auxiliar você, com muitas orientações:  
[bradescosaude.com.br/coronavirus](https://bradescosaude.com.br/coronavirus)

**CENTRAL DE RELACIONAMENTO:** 4004 2700 | 0800 701 2700

**SAC - Serviço de Atendimento ao Consumidor:** 0800 727 9966

**SAC - Deficiência Auditiva ou de Fala:** 0800 701 2708

**OUVIDORIA:** 0800 701 7000



Conheça mais sobre seu plano no APP  
Bradesco Saúde (baixe agora no QR Code ao  
lado) ou acesse [bradescosaude.com.br](https://bradescosaude.com.br)

[bradescosaude.com.br](https://bradescosaude.com.br)



Em caso de necessidade, conte com a nossa  
telemedicina. Estamos disponíveis 24h por dia,  
pelo **APP Bradesco Saúde**, pelo **site** ou pelo  
**0800 941 6361**

ANS - nº 421715

ANS - nº 005711