

# Isolamento domiciliar: como fazer



Cartilhas  
COVID-19

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



**bradesco**  
saúde

Com Você. Sempre.





# Cartilhas COVID-19



A Bradesco Saúde está sempre pensando em ajudar você a cuidar 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

> **Síndrome Pós-COVID**  
Saiba mais sobre os sintomas que podem permanecer ou surgir após a COVID-19

> **Coronavírus: o que é, como se prevenir** – Tudo que você precisa saber para entender o coronavírus e a pandemia de COVID-19



# Orientações para o paciente

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



- 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 e trocar a máscara sempre que estiver úmida.

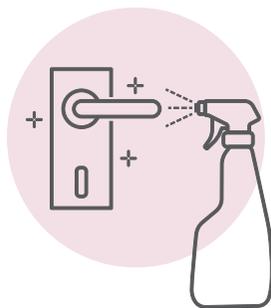


- Ao tossir ou espirrar, proteger a boca e o nariz com lenços de papel descartáveis (ou papel higiênico, papel-toalha, guardanapo etc.), e/ou usar o antebraço como proteção.
- Procurar hospital de referência em caso de piora dos sintomas.
- Manter-se afastado de pessoas do grupo de risco – idosos e pessoas 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.



# Orientações para o acompanhante/família

- 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.
- Outros objetos que devem receber atenção especial são controles remotos, telefones fixos e aparelhos celulares. Higienize-os de duas a três vezes ao dia.
- 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  
**OUIDORIA:** 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** ou via consultas agendadas com prestadores da rede.

ANS - nº 421715

ANS - nº 005711

