

# O que fazer se você estiver doente com Coronavírus 2019 (COVID-19)

**Se estiver doente com COVID-19 ou com suspeita de estar infectado com o vírus que causa o COVID-19, siga os passos abaixo para prevenir a propagação para outras pessoas em sua casa e comunidade.**

## Fique em casa, exceto para obter assistência médica

Deve-se restringir as atividades fora de casa, exceto para obter assistência médica. Não vá para o trabalho, escola ou áreas públicas. Evite usar transporte público, compartilhamento de carona ou táxi.

## Isole-se de outras pessoas e animais em sua casa

**Pessoas:** Na medida do possível, limite-se a um aposento específico e longe de outras pessoas em sua casa. Além disso, use um banheiro separado, se disponível.

**Animais:** Não toque em animais de estimação ou outros animais enquanto estiver doente. Veja [COVID-19 e Animais](#) para obter mais informações.

## Ligue antes de visitar seu médico

Se tiver uma consulta médica, ligue para o médico e diga que você tem ou pode ter o COVID-19. Isso ajudará o profissional de saúde a tomar medidas para evitar que outras pessoas sejam infectadas ou expostas.

## Use uma máscara facial

Deve-se usar uma máscara facial quando estiver perto de outras pessoas (por exemplo, compartilhando um quarto ou veículo), ou animais de estimação, e antes de entrar no consultório médico. Se não conseguir usar uma máscara facial (por exemplo, porque causa problemas respiratórios), as pessoas que moram com você não devem ficar no mesmo aposento que você, ou devem usar uma máscara facial se entrarem no aposento.

## Cubra a boca ao tossir e espirrar

Cubra a boca e nariz com lenço de papel ao tossir ou espirrar. Descarte lenços de papel usados em uma lata de lixo forrada; lave imediatamente as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos ou use um higienizador de mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60 a 95% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, de preferência deve-se usar água e sabão.

## Evite compartilhar artigos pessoais domésticos

Não se deve compartilhar pratos, copos, xícaras, utensílios de cozinha, toalhas ou roupas de cama com outras pessoas em sua casa. Depois de usar esses itens, eles devem ser lavados devidamente com água e sabão.



## Limpe as mãos frequentemente

Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos. Na falta de água e sabão, limpe as mãos com um higienizador de mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, de preferência deve-se usar água e sabão. Evite tocar os olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.

## Limpe todas as superfícies frequentemente tocadas todos os dias

Superfícies frequentemente tocadas incluem balcões, mesas, maçanetas, acessórios de banheiro, vasos sanitários, telefones, teclados, tablets e mesas de cabeceira. Além disso, limpe todas as superfícies que possam ter sangue, fezes ou fluidos corporais. Use um spray ou pano de limpeza doméstico, de acordo com as instruções do rótulo. Os rótulos contêm instruções para o uso seguro e eficaz do produto de limpeza, incluindo as precauções que se deve tomar ao aplicar o produto, como usar luvas e garantir uma boa ventilação durante o uso do produto.

## Monitore seus sintomas

Procure assistência médica imediata se sua doença piorar (por exemplo, dificuldade em respirar). **Antes** de procurar atendimento, ligue para o seu médico e diga que você tem ou está sendo avaliado quanto à presença de COVID-19. Coloque uma máscara facial antes de entrar no estabelecimento. Estas medidas ajudarão o profissional de saúde a prevenir que outras pessoas no consultório ou na sala de espera sejam infectadas ou expostas.

Peça ao seu médico para ligar para o departamento de saúde local ou estadual. As pessoas colocadas sob monitoramento ativo ou auto-monitoramento orientado devem seguir as instruções fornecidas pelo departamento de saúde local ou profissionais de saúde ocupacional, conforme apropriado.

Se tiver uma emergência médica e precisar ligar para o 911, notifique o pessoal de despacho que você tem ou está sendo avaliado quanto à presença de COVID-19. Se possível, coloque uma máscara antes da chegada dos serviços médicos de emergência.

## Suspensão do isolamento domiciliar

Pacientes com COVID-19 confirmado devem permanecer sob precauções de isolamento domiciliar até que o risco de transmissão secundária para outros seja considerado baixo. A decisão de descontinuar as precauções de isolamento domiciliar deve ser tomada caso a caso, em consulta com os profissionais de saúde e os departamentos de saúde estaduais e locais.