

APÊNDICE B: INSTRUÇÕES PARA O ISOLAMENTO DOMICILIAR

PARA PESSOAS QUE FORAM DIAGNOSTICADAS COM A COVID-19

Durante o período de isolamento, siga as instruções abaixo:

1. Não saia de casa ou do seu local de residência, exceto para receber os cuidados médicos necessários ou durante uma emergência que requeira evacuação para proteger a saúde e a segurança dos indivíduos.
2. Fique em um quarto especificado, longe de outros membros da família, e use um banheiro separado, se possível. Se as áreas precisarem ser compartilhadas, como a cozinha ou o banheiro, aumente a frequência de limpeza dessas áreas, incluindo maçanetas, interruptores e vasos sanitários.
3. Não vá trabalhar, mesmo que você trabalhe para uma empresa que produz bens ou presta serviços essenciais, que execute funções essenciais do Governo, que opere ou que mantenha infraestrutura essencial, conforme descrito na Ordem para Abrigar-se em Casa Nº. c19-5(b), emitida em 31 de março de 2020.
4. Não viaje, mesmo que se trate de uma viagem essencial, conforme descrito na Ordem do Secretário de Saúde para Abrigar-se em Casa No. c19-5(b), emitida em 31 de março de 2020, exceto para receber assistência médica necessária.
5. Utilize serviços de entrega, como Amazon ou Instacart. Se você precisar de ajuda para obter alimentos ou outras necessidades, ligue para 211.
6. Não compartilhe pratos, talheres, toalhas, roupa de cama ou copos sem lavá-los com água e sabão antes.
7. Coopere com as diretrizes das Autoridades de Saúde Pública para coletar e relatar medições de temperatura e outros dados de saúde às Autoridades de Saúde Pública ou seus designados durante todo o período do seu isolamento.
8. Procure atendimento médico imediatamente se os seus sintomas estiverem piorando. Por exemplo, se você começar a ter dificuldade para respirar.
9. Se precisar ligar para o 911, notifique ao pessoal responsável pelo envio de socorro que você foi diagnosticado com a COVID-19.
10. Antes de procurar atendimento, ligue para o seu provedor de saúde e informe-o de que você foi diagnosticado com a COVID-19. Use máscara facial, se você tiver, antes de sair de casa para ir a uma unidade de saúde. Se você não tiver máscara, envie alguém até o centro de saúde para pedir uma máscara e informar a equipe sobre a sua chegada.
11. Se você frequenta, faz voluntariado ou trabalha em clínica de enfermagem especializada, asilo, centro de atenção geriátrica, centro de detenção, abrigo, comunidade, programas comunitários, centro de diálise, unidade de saúde ou atendimento emergencial, adote as medidas necessárias para informar à unidade em questão que foi solicitado que você se isolasse.

Quando termina o isolamento?

1. Indivíduos sem sintomas devem isolar-se por 7 dias a partir da data em que obtiveram um teste positivo.
2. Indivíduos com sintomas devem isolar-se até que:
 - Pelo menos 3 dias (72 horas) tenham se passado desde a recuperação, que é definida como fim da febre sem o uso de medicamentos antitérmicos e melhora da tosse e da falta de ar, se presentes; E
 - Pelo menos 7 dias tenham se passado desde que os sintomas começaram, o que for o período mais longo.