

COVID-19

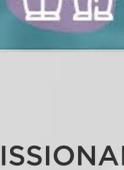
PESSOA IDOSA - PREVENÇÃO

FIQUE EM CASA, MAS SE PRECISAR SAIR, LEMBRE-SE:

- ✔ Use sempre uma máscara, respeitando as recomendações de uso de acordo com o material da mesma. As máscaras de tecido deverão ser trocadas a cada 02 horas;
- ✔ Após colocar a máscara, evite colocar a mão na mesma. Siga as recomendações para o uso e retirada adequados.
- ✔ Evite utilizar as mãos para tocar em partes do corpo;
- ✔ Evite cabelos soltos, brincos e acessórios;
- ✔ Objetos de uso pessoal, como óculos, celulares e outros, podem ser meio de contaminação se contato com o vírus, por isso, fique atento a manipulação e realize a limpeza frequente;
- ✔ Se necessitar sair com seus animais de estimação, evitar que eles se esfreguem nas superfícies. Ao chegar em casa é importante que você se lembre de deixar seus calçados para o lado de fora, ou limpá-los com produtos indicados, bem como limpar as patas de seu animal;
- ✔ Importante sempre lembrar que em caso de necessidade de tocar superfícies de uso coletivo, como maçanetas ou botões, o melhor é fazê-lo com um lenço ou papel, que possa ser imediatamente descartado. Caso não possua nenhum dos itens naquele momento, lembre-se de não tocar em nada até que utilize álcool em gel para higienização de suas mãos;
- ✔ Por conta do vírus sobreviver por diferentes períodos em diferentes superfícies, o melhor neste momento é evitar o uso de cédulas de dinheiro, dando preferência à cartões. Quando necessário o uso de cédulas, ou na utilização de máquinas de cartão, higienize suas mãos com álcool em gel logo após o manuseio;
- ✔ Sempre higienize suas mãos, lavando-as ou passando álcool em gel, após qualquer manuseio de objetos, toque em superfícies ou contato com outras pessoas;
- ✔ Não toque em seu rosto até que tenha higienizado as mãos;
- ✔ Mantenha sempre distância de outras pessoas e, mesmo com a distância, não deixem de utilizar a máscara.

ORIENTAÇÕES QUANTO AS VISITAS:

- ✔ Suspender as visitas e saídas dos idosos durante o período de isolamento;
- ✔ Proporcionar o contato dos idosos com familiares e cuidadores via chamadas telefônicas e/ou de vídeo;
- ✔ Incentivar que os idosos pratiquem atividades para ocupar o tempo, como ler, assistir a filmes, participar de grupos em redes sociais;
- ✔ Desinfetar diariamente todas as superfícies de alto contato;
- ✔ Lavar roupas pessoais, roupas de cama e toalhas com frequência. Deixá-las, se possível, diariamente no sol em lugar arejado;
- ✔ Manter o quarto ou cômodo principal com ventilação;



ORIENTAÇÕES AOS PROFISSIONAIS / COLABORADORES:



NA CHEGADA E NA SAÍDA DAS RESIDÊNCIAS:

- ✔ Sempre a primeira atitude ao entrar é lavar adequadamente às mãos, seguindo protocolos oficiais de higienização. Caso utilize transporte público para locomoção, tomar banho, trocar de roupa e calçados;
- ✔ A roupa utilizada fora da residência, bem como sapatos e bolsas, devem ser trocadas quando da entrada à residência;
- ✔ Sempre higienizar o celular, com um pano umedecido em álcool líquido (70%);
- ✔ Lavar mãos, com água e sabão com frequência;
- ✔ Higienizar o armário utilizado, bem como portas e superfícies, com um pano umedecido com álcool líquido (70%);

ROTINA DE CUIDADOS:

- ✔ Limpar com pano umedecido com álcool líquido (70%) maçanetas de portas, tanto principal como dos quartos, barras de apoio em áreas coletivas e de sanitários, com frequência;
- ✔ Manter os ambientes arejados, de forma natural, ao longo do dia (portas e janelas abertas), sempre zelando pela segurança;
- ✔ Ao tossir ou espirrar, cobrir o rosto com um lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos;
- ✔ Utilizar lenço descartável para higiene nasal, descartar imediatamente após o uso e lavar as mãos em seguida.
- ✔ Cuidado especial com os objetos pessoais manuseados pela pessoa idosa: realizar limpeza e higienização com frequência;
- ✔ Equipamentos médicos como termômetro, esfigmomanômetro e estetoscópio, devem ser, preferencialmente de uso pessoal. Quando não for possível o uso exclusivo, fazer a higienização destes com álcool líquido (70%) imediatamente após o uso.

ORIENTAÇÕES AOS FAMILIARES EM CASO DE SUSPEITA DE CONTAMINAÇÃO PELO COVID-19:

- ✔ Manter distância da pessoa sob suspeita de contaminação;
- ✔ Quando possível, utilizar banheiros separados, e desinfetá-los com produtos indicados para tal fim (água sanitária/álcool), bem como dormir em quartos separados;
- ✔ Não compartilhar utensílios de uso pessoal, como toalhas, talheres e copos;

VERIFIQUE

SE OS IDOSOS APRESENTAM OS SINTOMAS:



FEBRE



TOSSE



DIFICULDADE DE RESPIRAR

ATENÇÃO:

O idoso pode apresentar a infecção sem a presença de febre alta ou com a presença de febre baixa.

Verificar se todos os idosos estão com as vacinas em dia, especialmente a vacina da gripe.



Dúvidas, ligue: 

Acesse: 

jundiai.sp.gov.br/coronavirus

