

# Monkeypox – durante o isolamento em casa, o que fazer?

Em caso de suspeita ou confirmação de infecção por monkeypox, recomenda-se o isolamento durante todo o período indicado pelo profissional de saúde que atendeu você. Este isolamento será realizado em casa, de acordo com as seguintes orientações:

## Você na sua casa deve:

- Usar máscara (preferencialmente máscara cirúrgica) tanto a pessoa com sintomas, quanto as demais pessoas que moram ou que precisam entrar na casa (como cuidadores). Se não for possível que todos usem, pelo menos o paciente precisa permanecer de máscara.
- Evitar contato físico entre a pessoa com sintomas e com as demais pessoas, principalmente com as lesões na pele e secreções corporais, como saliva, muco nasal e secreções sexuais.
- Evitar ir a locais fora de sua casa, onde haja outras pessoas.
- Não receber visitas, a menos que sejam indispensáveis.
- Evitar contato com animais, inclusive domésticos.
- Cobrir as bolhas/lesões quando outras pessoas estiverem no quarto ou na casa e quando precisar sair, utilizando roupas que cubram as lesões por completo (calça, blusa de manga longa, meias, etc).
- Se possível, usar quarto individual e bem ventilado, ou manter distância de um metro entre locais de dormir de outras pessoas.
- Não compartilhar toalhas, lençóis, copos, pratos e talheres de uso individual.
- Separar as roupas de uso individual e de cama/banho para serem lavadas separadas das demais pessoas da casa, preferencialmente com água morna ou quente e sabão. Na indisponibilidade de água aquecida, pode ser utilizada solução contendo água sanitária. Não sacudir essas roupas ou tecidos porque pode haver disseminação do vírus ao sacudí-los.
- Limpar frequentemente (mais de uma vez por dia) as superfícies que são frequentemente tocadas com solução contendo água sanitária, incluindo o banheiro.
- Evitar a automedicação. Medicamentos para a dor, febre e cuidados com as lesões (diminuição da coceira, melhora da hidratação), devem ser solicitados ao médico.
- Evitar relações sexuais com outras pessoas.



## Cuidando do seu corpo:

- Evitar tocar as lesões e levar as mãos aos olhos ou à boca. Lavar as mãos após tocar as lesões.
- Evitar uso de lentes de contato, objetivando reduzir a probabilidade de infecção ocular.
- Não utilizar barbeador em áreas com lesão cutânea.
- Cuidar da pele, evitando água muito quente no banho, trocando as coberturas utilizadas nas lesões quando estiverem úmidas, e, principalmente, evitando coçar as lesões.
- Lavar as mãos com frequência com água e sabão, usando toalha individual para secar as mãos (utilizar álcool em gel 70% se não tiver água e sabão).
- Manter boa alimentação e tomar água em quantidade suficiente. Se houver lesões na boca, pode-se esmagar, triturar ou picar os alimentos. Colocar pouco sal na comida e fazer refeições frias ou mornas também pode facilitar a alimentação.
- Seguir todas as recomendações dos profissionais de saúde que realizaram o atendimento principalmente em relação ao tempo em isolamento.

## Outras recomendações para você e sua família:

- Se houver alguma piora, como a persistência da febre ou a presença de pus ou mau cheiro nas lesões, entrar em contato a equipe de Atenção Primária à Saúde mais próxima do local de moradia.
- Se outra pessoa moradora da mesma casa, ou que tenha contato com o paciente neste período de isolamento, apresentar sintomas, orienta-se procurar atendimento imediato na Unidade Básica de Saúde mais próxima.
- Recomenda-se aos familiares e cuidadores que, durante o período de isolamento do familiar doente, utilizem luvas descartáveis ao manusear lixo produzido pelo doente, ao auxiliar em cuidados diretos, como banho ou cuidados com as lesões, ao trocar roupas de cama ou lavar talheres, copos ou pratos. Se não for possível o uso de luvas descartáveis, lavar imediatamente as mãos após a prestação dos cuidados.

**Mesmo com o uso de luvas, a lavagem de mãos é indispensável para todos: pacientes e familiares/cuidadores. As mãos devem ser higienizadas antes e após as refeições, após a ida ao banheiro, após o contato com as lesões de pele do paciente, após a prestação de cuidados com o paciente e com o domicílio, entre outros momentos.**

**O período do isolamento será recomendado pelo médico. Esse período depende da cicatrização completa das lesões (feridas) na pele. Pessoas que tiveram contato com o paciente, mas não tem nenhum sintoma, não têm recomendação de permanecer em isolamento.**