



Doença do Coronavírus (COVID-19)
COMO CUIDAR DE UMA CRIANÇA COM O COVID-19 EM CASA: CONSELHO PARA CUIDADORES

Crianças que apresentam sintomas ligeiros do COVID-19 podem permanecer em casa com um cuidador por toda a sua recuperação sem a necessidade de hospitalização.

Caso esteja cuidando de uma criança que suspeita ter o COVID-19, é importante tomar as seguintes providências para proteger a si mesmo e outras pessoas na casa como também as pessoas em sua comunidade.

Sintomas do COVID-19

- Febre
- Tosse
- Dificuldade em respirar

Monitore os sintomas do seu filho

- Monitore os [sintomas](#) do seu filho conforme orientado pelo seu prestador de cuidados médicos ou [Autoridade de Saúde Pública](#).
- Esteja atento para sintomas de piora, tais como respiração rápida, dificuldade em respirar, confusão, uma incapacidade de reconhecer você, arrepios devido à febre ou febre que não abaixa com medicamento para febre (ex.: ibuprofeno, acetaminofen) por mais de 12 horas.
- **SE O SEU FILHO DESENVOLVER SINTOMAS GRAVES, LIGUE PARA 911 OU SEUS NÚMEROS DE EMERGÊNCIA LOCAL**
- Se chamar uma ambulância, informe o atendente que o seu filho tem COVID-19. Se for ao hospital em um veículo privado, telefone com antecedência e informe o hospital que o seu filho tem COVID-19.

Mantenha as mãos limpas

- [Lave as suas mãos](#) e as do seu filho **com frequência** com água e sabão por no mínimo 20 segundos, especialmente após qualquer tipo de contato com seu filho (ex.: troca de fraldas) e após remover as luvas.
- Se não houver a disponibilidade de água e sabão e as suas mãos não parecem sujas, use um gel desinfetante para as mãos à base de álcool (Alcohol Based Hand Sanitizer, ABHS) que contenha no





mínimo 60% de álcool. Se as suas mãos estiverem sujas, remova a sujeira com um lenço úmido primeiramente e em seguida, use um ABHS.

- Seque as mãos com papel toalha descartável.
- Caso não esteja disponível, use uma toalha reutilizável e substitua-a quando tiver molhada. Não compartilhe-a.
- Evite tocar os olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas e encoraje o seu filho para não tocar na sua face também.

Evite a propagação para outras pessoas

- O seu filho deve permanecer em sua casa ou em um espaço externo monitorado, não deve brincar com amigos ou frequentar a escola ou áreas públicas, e deve manter a distância de 2 metros de outras pessoas se possível.
- Não compartilhe itens pessoais com a criança, tais como escovas de dente, toalhas, roupas de cama, utensílios ou dispositivos eletrônicos.
- Não compartilhe alimentos e bebidas.
- Use um banheiro separado da criança se possível. Se não for possível, abaixe a tampa da privada antes de dar a descarga.
- Para mães que estão amamentando: dado os benefícios da amamentação para a saúde do seu filho, é recomendável que você continue a amamentar. Use uma máscara facial para evitar exposição à doença.
- Se você estiver alimentando com leite de fórmula ou leite extraído, esterilize o equipamento com cuidado antes do uso e não compartilhe mamadeiras ou bomba de extração de leite.

Mantenha o seu ambiente limpo

- Coloque máscaras usadas, luvas e outros itens contaminados em um contêiner forrado, proteja o conteúdo e descarte-os com outros resíduos domésticos.
- Coloque roupas possivelmente contaminadas em um contêiner forrado com um plástico e não o chacoalhe. Lave-as com detergente normal para roupas e água quente (60-90°C), e seque bem. Vestuário e roupas de cama que pertencem ao seu filho podem ser lavados com outras roupas. As luvas e a máscara devem ser usadas quando em direto contato com a roupa contaminada.
- Pelo menos uma vez ao dia, use um [desinfetante aprovado para superfícies duras](#) para desinfetar superfícies que as pessoas tocam na casa com frequência (ex. toaletes, cestas de roupa para lavar, mesas de cabeceira, maçanetas de porta, telefones e controles remotos). Limpe as telas táteis com lenços à base de 70% álcool.



Proteja-se

- Apenas uma pessoa saudável deve fornecer cuidados para a criança, mas todos em sua casa deve seguir esta orientação.
- As pessoas que estiverem em alto risco de contrair doença grave do COVID-19 não deve cuidar de uma criança com COVID-19. Esses incluem pessoas idosas, aqueles com condições de saúde crônica (ex.: doenças cardíacas, diabetes) ou sistemas imunológicos comprometidos.
- Se precisar ficar em uma distância menor de 2 metros da criança, use uma máscara, luvas descartáveis e proteção para os olhos.
- Não reutilize máscaras faciais ou luvas.
- Se possível, a criança deve usar também uma máscara facial quando estiver cuidando deles e devem ser encorajados para não tocarem suas faces ou máscara.

Monitore-se para a apresentação de sintomas

- Monitore-se para a apresentação de sintomas e siga os conselhos fornecidos pela autoridade de saúde pública local sobre o auto-isolamento
- Mesmo que desenvolva sintomas ligeiros, [isole-se](#) o mais rápido possível e contacte a sua [Autoridade de Saúde Pública local](#) para maiores instruções.

Mantenha esses suprimentos

- Máscaras faciais (não reutilize)
- Proteção para os olhos (proteção facial ou goggles) para uso pelo cuidador
- Luvas descartáveis (não reutilize) para uso pelo cuidador
- Papel toalha descartável
- Lenços de papel
- Contêiner para lixo forrado com plástico
- Termômetro
- Medicamentos que não precisam de prescrição médica para redução da febre (ex.: ibuprofeno ou acetaminofen)
- Água corrente
- Sabão para as mãos
- Gel desinfetante para as mãos contendo no mínimo 60% álcool
- Detergente para louças
- Detergente normal para roupas
- Produtos normais de limpeza doméstica



- Limpador de uma etapa só/desinfetante
- Desinfetante para superfícies duras, ou se não estiver disponível, lixívia líquida (5%) e um contêiner separado para diluição
- Lenços umedecidos à base de álcool

Todos nós podemos fazer a nossa parte na prevenção da propagação do COVID-19. Para obter mais informações, visite Canada.ca/coronavirus ou contacte 1-833-784-4397.