

# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



- Manter o isolamento social é a medida mais eficaz para evitar a propagação do Covid-19. Porém nem sempre é possível para os pais ou responsáveis cumprir esta recomendação.



- Quando os pais ou responsáveis necessitam sair para o trabalho, os cuidados com a higienização ao retornar para casa devem ser redobrados.
- As roupas, sapatos e materiais que tenham tido contato com o ambiente externo (trabalho, transporte, supermercado) devem ser limpos rigorosamente.



- Ao sair de casa os pais ou responsáveis devem evitar uso de brincos, relógios, colares, pulseiras, anéis, piercing.
- Pois é muito difícil fazer a higienização diária e recorrente destes objetos que ficam em contato direto com a pele.
- Eles podem ser uma fonte de propagação do Covid-19.

# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



- Os pais ou responsáveis que utilizam óculos, chaveiro com chaves de casa ou carro, bolsas, carteiras, mochilas devem estar atentos para a higienização rigorosa desses objetos.
- A higienização das superfícies e objetos deve ser realizada com pano úmido água e sabão ou álcool a 70% ou água sanitária (**ver concentração de cloro ativo da água sanitária 2.0 a 2.5% e preparar uma solução de 25ml de água sanitária para 1 litro de água**).
- Imediatamente ao chegar em casa deixe esses objetos em uma caixa para a limpeza evitando a circulação nos espaços limpos da casa.
- Chegando em casa, os pais ou responsáveis devem retirar os sapatos e deixar do lado de fora da porta de casa. Manter um pano limpo umedecido com solução de água sanitária na porta. Ao entrar passe sobre ele a sola de seu sapato. Não circular com sapato sujo dentro de casa.
- As roupas devem ser colocadas em um balde para deixar de molho com água e sabão ou colocar direto na máquina de lavar.



# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



- Lavar as mãos durante 20 segundos com água e sabão.
- Tomar um banho para a higiene corporal e lavar os cabelos, assim é possível prevenir eventuais secreções que tenham entrado em contato com a pessoa.



## Se utilizar álcool a 70% ou álcool gel:



- Manter fora do alcance de crianças.
- Evitar contato com os olhos.
- Manter a embalagem bem fechada após sua abertura.

## Advertência:

- Produto inflamável manter longe do fogo ou chama. Conservar em lugar fresco e ao abrigo da luz.
- Não secar as mãos com toalha, após passar álcool gel.
- Esses produtos não substituem o uso de água e sabão na lavagem das mãos.



# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



- A limpeza de aparelho celular, computador deve ser realizado com álcool isopropílico (álcool com porcentagem de água menor do que 1%, remove a oleosidade e por isso a hipótese de oxidação das peças é quase nula).
- Usar luvas para essa limpeza. Manter essa substancia fora do alcance das crianças.



- É importante planejar o número de saídas de casa.
- Usar máscara de pano (dupla face) quando precisar sair de casa ou tiver que usar o transporte público ou ir ao supermercado.
- Tenha mais de uma máscara de pano limpa para fazer a troca a cada 2 horas ou quando tiver úmida.
- A máscara deve cobrir totalmente a boca e nariz e estar ajustada ao rosto, sem deixar espaços nas laterais.
- Os tecidos recomendados para utilização da máscara são, em ordem decrescente de capacidade de filtragem de partículas virais: Tecido de saco de aspirador. Cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%). Tecido de algodão (como camisetas 100% algodão). Fronhas de tecido antimicrobiano.



# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



- Manter a limpeza da casa e das superfícies tocadas com frequência: maçanetas das portas, interruptores.
  - Manter janelas abertas.
  - Fazer a limpeza do filtro de ar condicionado com água e sabão mensalmente. Caso o filtro não estiver mais em condições de uso, se ele apresentar manchas escurecidas deve ser trocado.
  - Ao chegar do supermercado realizar a limpeza das embalagens de compras com água e detergente.
- 
- Trocar roupas de cama e toalhas com mais frequência, preferencia 1 vez semana.
  - Não compartilhar objetos como: maquiagem, toalhas, copos e talheres.

# Cuidados necessários para os pais e responsáveis de crianças ao retornar do trabalho para casa durante a pandemia do novo coronavírus



Elaborado por:

**Mayara Barbosa Ventura. Curso Graduação em Enfermagem e Obstetrícia. Campus Macaé/UFRJ.**  
**Cássia Leoneuza Augusto Julio. Curso Graduação em Enfermagem e Obstetrícia. Campus Macaé/UFRJ.**  
**Julia Florentino de Barros. Curso Graduação em Enfermagem e Obstetrícia. Campus Macaé/UFRJ.**  
**Isaque Souza da Silveira – Graduando do Curso de Enfermagem e Obstetrícia. Macaé-UFRJ.**  
**Gabrielle C. Costa. Curso Nutrição. UNESA.**

**Orientação:**

**Profa. Marialda Moreira Christoffel. UFRJ/EEAN/Campus Macaé. Projeto: Segurança do RN e Criança em diferentes contextos. Grupo de Pesquisa saúde do recém-nascido e família. CNPq./UFRJ/EEAN/Campus Macaé.**

**Mestranda Gláucia Cristina Lima da Silva. UFRJ/EEAN/Campus Macaé. Membro do Grupo de Pesquisa saúde do recém-nascido e família. CNPq./UFRJ/EEAN**

**Parceria Projeto de Extensão " Foi sem querer " Coordenado profa. Tania Vignuda de Souza.**

## Referencias

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária Segurança do paciente em serviços de saúde: limpeza e desinfecção de superfícies/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. – Brasília: Anvisa, 2012  
Ministério da Saúde Secretaria de Atenção Primária à Saúde Departamento de Saúde da Família Coordenação-Geral de Garantia dos Atributos da Atenção Primária NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS.  
<https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/06/Nota-Informativa.pdf>  
MS.Covid-19. <https://coronavirus.saude.gov.br/>