

ORIENTAÇÕES PARA O DOMICÍLIO DO IDOSO

1. IDOSOS DEVEM FICAR EM CASA;
2. CANCELAR FESTAS, ANIVERSÁRIOS, EVENTOS; NÃO PARTICIPAR DE MISSAS, CULTOS, LEILÕES, PASSEATAS, REUNIÕES ETC;
3. NÃO RECEBER VISITAS DE PESSOAS, FAMILIARES E AMIGOS COM INFECÇÕES (PREFERENCIALMENTE NÃO RECEBER VISITAS);
4. SEPARAR UTENSÍLIOS DOMÉSTICOS (PRATOS, COPOS, TALHERES) E HIGIENIZÁ-LOS ADEQUADAMENTE E GUARDÁ-LOS EM SEPARADO;
5. ELIMINAR TOALHAS DE ROSTO/MÃOS NOS BANHEIROS (USAR TOALHAS DESCARTÁVEIS E SABONETE LÍQUIDO);
6. MANTER DISTÂNCIA DE 01 METRO, PRINCIPALMENTE DE CRIANÇAS, ATÉ MESMO DAS APARANTEMENTE SAUDÁVEIS (SÃO AS PRINCIPAIS DISSEMINADORAS DA INFECÇÃO, PORQUE RARAMENTE ADOECEM);
7. NÃO CUMPRIMENTAR COM ABRAÇOS, BEIJOS, APERTOS DE MÃOS;
8. LAVAR AS MÃOS REPETIDAMENTE, PRINCIPALMENTE APÓS USAR MAÇANETAS, ELEVADORES ETC;
9. NÃO LEVAR AS MÃOS AO ROSTO, AOS OLHOS E À BOCA;
10. HIGIENIZAR ADEQUADAMENTE SUPERFÍCIES DE MESAS E PIAS ONDE SERÃO PREPARADOS E UTILIZADOS ALIMENTOS.
11. LAVAR AS MÃOS ANTES DE CONSUMÍ-LOS E OS IDOSOS DEVEM SE SERVIR PRIMEIRO;
12. SEPARAR QUARTO E BANHEIRO PARA O IDOSO (QUARTO E BAQNHEIRO EXCLUSIVO);
13. SE APRESENTAR FEBRE ALTA OU FALTA DE AR SE DIRECIONAR AO HOSPITAL DO SEU CONVÊNIO OU AO HDT (HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS);
14. MANTER VENTILAÇÃO ABUNDANTE, TODAS AS JANELAS ABERTAS;
15. EVITAR AR CONDICIONADO;
16. NÃO IR A HOSPITAIS COM SINTOMAS SIMPLES (RISCO DE CONTAMINAÇÃO);
17. SEPARAR POLTRONAS, CADEIRA OU SOFÁ EXCLUSIVO PARA O IDOSO;
18. ALIMENTAR A CADA 02 OU 03 HORAS, A DIETA BALANCEADA É FUNDAMENTAL PARA A ADEQUADA RESPOSTA IMUNE;
19. NA VIGÊNCIA DE INFECÇÃO INICIAR IMEDIATAMENTE HIDRATAÇÃO COM SORO DE REHIDRATAÇÃO ORAL (01 LITRO) ASSOCIADO A MAIS 01 LITRO DE ÁGUA E SUCOS POR DIA, PORQUE EM INFECÇÕES OS IDOSOS DESIDRATAM RAPIDAMENTE, FATO ESSE QUE AGRAVA O QUADRO.

ESSA É UMA PANDEMIA QUE MATA PREFERENCIALMENTE IDOSOS, A ÚNICA POSSIBILIDADE ATÉ O MOMENTO PARA PRESERVAR A VIDA DOS IDOSOS É UTILIZAR MEDIDAS DE BLOQUEIO (ESSAS CITADAS ACIMA) E NÃO PERMITIR QUE O COVID 19 INFECTE O IDOSO.

**DR. CLAUDIO HENRIQUE TEIXEIRA
GERIATRA
CRM 7361
RQE 4329**