



## 11 COMPORTAMENTOS UTEIS PARA TUTELAR SUJEITOS “FRÁGEIS”

### Guia para quem auxilia a domicílio pessoas não auto suficientes ou em dificuldade

- 1 - Sempre a máscara que cobre o nariz e a boca quando estiver perto do paciente.
- 2 - Evite espirrar ou tossir em locais frequentados por sujeitos frágeis
- 3 - Utilize luvas até mesmo quando estiver em casa, e os troques assim que necessário e lave as mãos com frequência.
- 4 - Use roupas limpas quando exercer sua função na residência do paciente, os lave todos os dias e os troques toda vez que tiver quaisquer contatos com o externo
- 5 - Não saia para fazer compras, encarregue seu vizinho de fazer por você
- 6 - Lembre-se que tudo que vir do externo é potencialmente contaminante, então lave suas mãos antes de preparar qualquer alimento e não troque talheres e copos.
- 7 - **Se for sair para realizar compras use luvas e máscara, peça para o gerente te desinfetar com produtos adequados no começo da compra ou quando for terminar (o carrinho/ cesta poderia estar contaminado por outras pessoas, menos cautelosas que você)**
- 8 - Se for voltar para sua casa, evite contatos próximos com outras pessoas, até mesmo seus familiares ou tome maiores precauções
- 9 - Se assegure de ter higiene básica e de manter as superfícies que for tocar com as mãos suas ou de outras pessoas sempre limpas.
- 10 - Se estiver com tosse, resfriado, febre ou mal-estar em geral se direcione a seu médico e suspende imediatamente as atividades da assistência.
- 11 - Se perceber uma piora em sua respiração ou outros tipos de mal-estar do individuo “frágil” avise o médico dele e evite demais contatos desprotegidos

