



SOCIEDADE DE PEDIATRIA DO DISTRITO FEDERAL

SRTVN 702 - Edifício Brasília Rádio Center – 2º andar - Salas: 2106 a 2108

Brasília – DF | CEP: 70719-900

Tel.: (61) 3327-1073 | Cel.: (61) 98434-7948 - e-mail: spdf@spdf.com.br

20 de março de 2021.

Sociedade de Pediatria do Distrito Federal

QUARENTENA e ISOLAMENTO

Quais as orientações para alguém que teve contato com alguém com COVID-19?

Com o avanço da pandemia de COVID-19 temos nos deparado cada vez mais com pessoas que tiveram contato com alguém com infecção pelo SARS-CoV-2, seja essa infecção assintomática (por meio de detecção do SARS-CoV-2 por RT-PCR nas vias aéreas), seja a doença provocada pelo vírus manifestada clinicamente (COVID-19).

Essa nota tem o objetivo de orientar os pediatras, médicos em geral e a sociedade sobre a conduta frente a essa situação.

Inicialmente faz-se necessário esclarecer o que se considera contato próximo com alguém com infecção pelo SARS-CoV-2.

Definição de contato próximo:

1. Até 2 metros (6 pés, ou seja, 1,8 metro pelo CDC, e 1 metro pela WHO) por 15 minutos ou mais ao longo de 24h (de forma contínua ou acumulativa), mesmo com máscara (não se aplica para os profissionais de saúde);
2. Desprotegido (sem máscara) a menos de 2 metros por qualquer tempo, por exemplo em pausas para o lanche;
3. Contato físico e/ ou compartilhamento de utensílios para alimentação ou bebida (copos talheres etc);
4. Contato intra-domiciliar;
5. Mesma sala de aula (coorte ou “colmeia”) e/ ou ônibus escolar; ou
6. Profissional da saúde sem equipamento de proteção individual adequado (de acordo com as recomendações dos EPI).



SOCIEDADE DE PEDIATRIA DO DISTRITO FEDERAL

SRTVN 702 - Edifício Brasília Rádio Center – 2º andar - Salas: 2106 a 2108

Brasília – DF | CEP: 70719-900

Tel.: (61) 3327-1073 | Cel.: (61) 98434-7948 - e-mail: spdf@spdf.com.br

Qual o momento do contato que se deve considerar?

É o momento em que o indivíduo infectado estaria potencialmente transmitindo o vírus: inicia-se dois dias antes do início dos sintomas (se pessoa sintomática), ou do teste de RT-PCR detectável para SARS-CoV-2 se assintomática, e dura até o término do período do isolamento do indivíduo infectado, que em geral é de 10 dias (vide abaixo).

Qual a conduta frente ao contactante de pessoa infectada pelo SARS-CoV-2?

1. Fazer QUARENTENA por 14 dias* do último contato com a pessoa infectada, ou seja, permanecer em área/ quarto na casa, ventilado, separado dos demais membros, e com banheiro próprio, se possível. Separar os utensílios e toalhas dos demais membros da casa;
2. Monitorizar sintomas e saúde mental;
3. Se apresentar sintomas, conduzir como caso suspeito de COVID-19, realizar RT-PCR para SARS-CoV-2 sempre que possível e fazer o isolamento por 10 dias a partir do início dos sintomas (vide abaixo).

Na **quarentena**, a pessoa está **assintomática** e **sem o vírus detectável** na via aérea, caso seja realizado o teste no momento correto.

* Considerar a possibilidade de *menor tempo de quarentena*, para pessoas que precisem sair antes dos 14 dias, para o trabalho por exemplo, sabendo que isso pode aumentar um pouco o risco de transmissão (pesar riscos e benefícios, individualmente). Nesse caso, a pessoa precisa estar **ASSINTOMÁTICA** no dia do encerramento antecipado da quarentena, precisa manter a monitorização quanto ao possível início dos sintomas (até 14 dias do último contato) e RT-PCR precisa estar negativo (não detectável), tendo sido realizado **entre o 5o. e o 7o. dia da quarentena**, caso esta precise ser antecipadamente interrompida. Dessa forma pondera-se a liberação após o 7o. a 10o. dia do último contato, mas **não antes do 7o. dia**, que é o tempo mínimo.



SOCIEDADE DE PEDIATRIA DO DISTRITO FEDERAL

SRTVN 702 - Edifício Brasília Rádio Center – 2º andar - Salas: 2106 a 2108

Brasília – DF | CEP: 70719-900

Tel.: (61) 3327-1073 | Cel.: (61) 98434-7948 - e-mail: spdf@spdf.com.br

Quanto tempo um indivíduo com infecção pelo SARS-CoV-2 precisa ficar em ISOLAMENTO?

O isolamento é indicado para as pessoas **com** infecção pelo SARS-Cov-2 sintomáticas ou assintomáticas.

O tempo do isolamento varia de 10 a 20 dias**, a depender da condição clínica, a serem contados a partir do primeiro dia do início dos sintomas, para os indivíduos sintomáticos, ou a partir do resultado do RT-PCR com detecção de SARS-CoV-2 nas vias aéreas, em casos assintomáticos.

**Tempo de isolamento de 10 dias: para a maioria das pessoas, sendo liberado após esse período desde que a pessoa esteja sem febre (e sem uso de antitérmicos) nas últimas 24h e com melhora dos sintomas. Tempo de 20 dias para os indivíduos com deficiências imunológicas ou em pacientes graves ou críticos (por exemplo, em ventilação mecânica invasiva ou não, uso de oxigênio), sendo liberado após esse período desde que sem febre (e sem uso de antitérmicos) nas últimas 24h e com melhora dos sintomas.

Diferença entre QUARENTENA e ISOLAMENTO:

Quarentena: esse termo é utilizado quando separamos alguém que foi exposto a uma pessoa com infecção pelo SARS-CoV-2. A quarentena ajuda a prevenir a disseminação viral, que pode acontecer antes de alguém saber que está infectada, e que poderia transmitir para outros. O tempo de 14 dias é estimado pelo período de incubação do SARS-CoV-2. Há evidências, até o momento atual, que pessoas podem transmitir o vírus no período pré-sintomático e cerca de 20 a 40% delas não desenvolvem os sintomas, mas podem ainda assim transmitir o vírus.

Ainda não está claro se a quarentena poderia ser suspensa para quem foi plenamente imunizado pelas vacinas em uso no Brasil até o momento.

Quem teve COVID-19 há menos de 3 meses não precisa fazer quarentena nesse período, de acordo com as recomendações do CDC norte-americano.



SOCIEDADE DE PEDIATRIA DO DISTRITO FEDERAL

SRTVN 702 - Edifício Brasília Rádio Center – 2º andar - Salas: 2106 a 2108

Brasília – DF | CEP: 70719-900

Tel.: (61) 3327-1073 | Cel.: (61) 98434-7948 - e-mail: spdf@spdf.com.br

Isolamento: esse é o termo utilizado para quem está com infecção pelo SARS-CoV-2 (sintomática ou assintomática), das outras pessoas não infectadas. O indivíduo isolado deve ficar em uma área/ quarto na casa, separado dos demais membros, e com banheiro próprio, se possível. Separar os utensílios e toalhas dos demais membros da casa.

Salvo raríssimas exceções, atualmente não se recomenda o teste de RT-PCR para SARS-CoV-2 com o intuito de determinar a manutenção do isolamento, pois alguns indivíduos podem ter o vírus detectável mesmo após esse período, e isso não significa que o vírus está em atividade.

As mães nutrizes **não devem suspender a amamentação** dos filhos, mesmo se estiverem em quarentena ou em isolamento. Devem manter as medidas de higiene e uso de máscaras para proteger o bebê durante a amamentação e cuidados da criança.

Para informações mais detalhadas, sugerimos as referências listadas abaixo.

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC):
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>,
acessado em 20/03/2021.
2. World Health Organization:
[https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19))
3. Diretrizes sobre o Diagnóstico e Manejo Clínico – Farmacológico (05/02/2021):
<http://www.saude.df.gov.br/>, acessado em 20/03/2021.