

# O QUE É E QUANDO REALIZAR DISTANCIAMENTO SOCIAL, ISOLAMENTO, QUARENTENA E LOCK DOWN

Hoje em dia é muito comum ouvirmos os termos isolamento, distanciamento social, quarentena e lockdown, devido à pandemia do novo coronavírus (COVID-19). Embora todos visem limitar ou restringir o contato social, existe diferença entre esses termos. **É importante conhecer seus significados para que cada ação possa ser feita corretamente** e, assim, evitar a disseminação do vírus. **Saiba o significado de cada uma dessas medidas:**

## ➔ DISTANCIAMENTO SOCIAL

É a diminuição de interação entre as pessoas de uma comunidade que visa diminuir a velocidade de transmissão do vírus. É aplicada quando a ligação entre os casos já não pode ser rastreada e o isolamento das pessoas expostas é insuficiente para frear a transmissão.

No **distanciamento social seletivo**, popularmente chamado de isolamento vertical, apenas as pessoas incluídas nos grupos de risco, como idosos acima de 60 anos, ficam em suas casas. Já no **distanciamento social coletivo**, ou isolamento horizontal, todas as pessoas devem permanecer em casa.

## ➔ ISOLAMENTO SOCIAL

É o ato de separar as pessoas doentes, ou com sinais de doenças respiratórias condizentes com COVID-19, das não doentes. **Essas pessoas devem ficar apenas nas suas casas, convivendo só com as pessoas da sua família que já vivem no local, sem sair.** O isolamento também é realizado em hospitais quando o quadro respiratório for mais grave.

Deve ser prescrito por um médico ou agente da vigilância epidemiológica e tem duração máxima de 14 dias, onde após tal período, a situação de saúde da pessoa é revisada e é dado alta ou não para o caso.

## ➔ QUARENTENA

É a restrição de atividades ou separação de pessoas que foram expostas a outras pessoas que tiveram a confirmação ou suspeita de estarem com o COVID-19, ou foram a locais onde se tem muitos casos, mas **não apresentam sintomas**. Essa medida visa evitar a disseminação do vírus caso a pessoa esteja assintomática ou no período de incubação do vírus.

## ➔ LOCKDOWN

É a ação mais restritiva em que a liberdade de ir e vir de pessoas em determinado bairro/cidade ou região fica impedido devido à situação de emergência. Apenas pessoas autorizadas pelas autoridades policiais e/ou sanitárias eventualmente podem circular, com isolamento das ruas e pontos de checagem. **O Lockdown visa tirar as pessoas de circulação para que a disseminação viral seja minimizada ao máximo e é usado quando existe risco eminente do sistema de saúde não comportar o número de doentes daquele local.**

## ➔ E NO BRASIL? CONCLUSÕES

No momento **a maior parte do Brasil esta adotando o distanciamento social coletivo**, o qual visa diminuir a velocidade com que o vírus se espalha. Por isso é importante que todos compreendam e sigam as medidas corretamente, de acordo com o que foi estabelecido em sua cidade.



Posicione a câmera do celular sobre o QR para ver os casos confirmados de COVID-19 atualizados diariamente pela Secretaria da Saúde RS.