

# Respostas a Dúvidas nas Redes sobre Covid-19

São poucas, mas esclarecedoras respostas, que podem no ajudar nesse momento de aflição e excesso de achismos e palpites.

Quanto tempo o Vírus permanece ativo na roupa – na realidade pouco se sabe. Há quem afirme que são horas mas, o que se sabe é que fica por 20 talvez 30 minutos MAS – e aqui está a boa notícia:

na roupa (e longe do ambiente de sangue, mucosas, olhos etc) a sua virulência e grau de contágio é muuuuito menor.

**Lavar a roupa ao chegar em casa?** – certamente sim! Simples assim.

**Higiene e Isolamento** – todos os médicos, o **Ministro da Saúde Mandetta** e não apenas a **Dra. Grace Suleiman**, são unânimes em afirmar que as únicas armas sabidamente eficazes para conter (ou pelo menos evitar ao máximo esse contágio) é **higienizar as mãos constantemente**: ao entrar em casa, manipular alimentos, sair do banheiro, depois de limpar a casa etc.

**Sapatos trazem o vírus para dentro de casa?** – não se sabe ao certo. Mas, pelo sim ou pelo não, trazem outras porcarias da rua. Como no momento, a palavra é HIGIENE, deixe-os para fora e use dentro de casa um sapato ou chinelo. Se você não faz ainda, basta mudar a sua rotina – não tão simples mas necessário né?

**O Virus vive no cabelo?** – a dra. Grace lembra que o mecanismo de transmissão desse vírus é por gotículas. Que, só vão se instalar nos cabelos se alguém tossir em cima da gente. E recomenda higiene e manter a rotina de cada um para lavar os cabelos. Há quem lave apenas uma vez por semana (nesse caso

talvez fosse indicado lavar 2 ) -mas isso falo eu e não a dra. Grace. De resto, manter cabelos limpos sem pirar.

**Pets podem ficar com Vírus no pelo?** – *não se sabe ainda.* MAS... seguindo o protocolo rigoroso de isolamento, recomenda-se não levar pets passear na rua etc. Pode ficar nas patas. Repetindo: em caso de dúvidas (que existem) manter os pets em casa.

**Beijos do Pet** – nem pensar. Sem lambidas no rosto, perto da boca e olhos. Isso nunca foi higiênico, mas os malucos por pets faziam pouco. Agora, quem não beija amigos e maridos não tem que beijar Pet. Simples assim.

**Sabonete e detergente** – é tão eficaz quanto (usado da forma certa, até melhor) que álcool gel. E, principalmente dentro de casa não faz sentido usar álcool gel o tempo todo. Lembre disso e economize para quando precisar de fato.

**Etiqueta Respiratória** – segundo a Dra. Grace é o que vai resolver. Portanto, pratique e ensine. E não tem toque de cotovelo e pernas. Já estamos no estágio do aceno de longe e beijo no ar. E Higiene e isolamento.

Ah, e não tem isolamento em regime semi aberto tá? É em regime domiciliar, fechado, com saídas emergenciais e essenciais. Pense nisso, pois depende de você e da gente conter o inimigo e vencer a guerra.