



REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE  
MINISTÉRIO DA SAÚDE

CIRCULAR Nº 06/GMS/2020

**Procedimentos para Quarentena Domiciliar para viajantes provenientes de países com alta transmissão do Coronavírus**

Na sequência das medidas anunciadas por Sua Excelência o Presidente da República, **Filipe Jacinto Nyusi**, para o reforço da Prevenção do COVID - 19, o Ministério da Saúde definiu as medidas de Quarentena Domiciliar a serem observadas para viajantes provenientes de países com alta transmissão do Coronavírus, com base nas orientações da Organização Mundial da Saúde, nomeadamente

**O que é a quarentena (“isolamento profilático”) ou o isolamento?**

A quarentena e o isolamento são medidas de afastamento social essenciais em Saúde Pública. São especialmente utilizadas em resposta a uma epidemia e visam proteger a população pela quebra da cadeia de transmissão entre indivíduos.

A Quarentena: é utilizada em indivíduos que se pressupõe serem saudáveis, mas possam ter estado em contacto com um doente confirmadamente infeccioso.

O Isolamento: é a medida utilizada em indivíduos doentes, para que através do afastamento social não contagiem outros cidadãos. Estas medidas de afastamento social são as medidas mais efectivas para quebrar as cadeias de transmissão, e por isso utilizadas pelas Autoridades de Saúde para minimizar a transmissão da COVID-19.

A Quarentena Domiciliar : é a obrigatoriedade de quarentena de 14 dias de todos os viajantes de qualquer país. Assim sendo, os indivíduos em quarentena domiciliar devem cumprir os seguintes procedimentos:

**1. Medidas para os Indivíduos em Quarentena ou Isolamento**

- a) Permanecer em casa durante o período de quarentena ou isolamento, os 14 dias e manter uma distância de pelo menos 1 metro em relação a todos os membros do domicílio;

- b) Não receber visitas;
- c) Reforçar as medidas de higiene individual e colectiva no domicílio, sobretudo a lavagem frequente das mãos com água e sabão ou cinza e a desinfecção frequente dos objectos ou superfícies frequentemente utilizadas (maçanetas, corrimão, interruptores de luz, superfícies frequentemente tocadas na casa de banho tais como botão de descarga das sanitas, torneiras, trincos, entre outros) e cumprir com as etiquetas da tosse;
- d) Não compartilhar objectos de uso pessoal, nomeadamente roupa, toalhas de banho, escovas de dente, toalhas, copos e talheres, utensílios de cozinha, telefone celular e óculos;
- e) Após a utilização dos objectos e utensílios acima referidos, estes devem ser imediatamente lavados com água quente e sabão;
- f) A roupa, roupa de cama e toalhas devem ser lavadas de imediato com água e sabão, Javel, estendidas ao sol e engomadas a ferro, lavar as mãos após a lavagem das roupas sujas,
- g) Evitar sacudir a roupa de cama enrolando-a no sentido de dentro para fazendo um embrulho,
- h) Adquirir termómetro e medir a temperatura corporal 2 vezes ao dia (considera-se febre quando a temperatura corporal está acima de 37.5 graus celsius);
- i) Contactar imediatamente as autoridades sanitárias através dos números de telefone fornecidos (em anexo) caso desenvolva febre, tosse seca ou dificuldade respiratória e proteger a face (nariz e boca) com uma máscara ou lenço;
- j) Permanecer num quarto separado como opção ideal, ou alternativamente permanecer em compartimento domiciliar com uma separação de pelo menos 2 metros entre as camas, quando pelas características do domicílio não é possível ficar em quarto separado, manter a porta fechada e a janela aberta para que haja uma fonte de ventilação e entrada da luz solar;
- k) Informar ao patronato sobre a sua condição de quarentena, e em caso de necessidade de trabalhar, este deve ser realizado a partir do seu domicílio.

## **2. Monitoria e Fiscalização da Quarentena**

- a) As autoridades sanitárias locais farão o devido acompanhamento do estado de quarentena e da saúde dos viajantes a cada 2 dias por via telefónica ou de maneira presencial;
- b) As visitas ao domicílio serão efectuadas sem aviso prévio e caso se constate que houve infracção as regras de quarentena. A mesma será considerada violação da quarentena;
- c) A violação da quarentena é considerada um atentado à Saúde Pública e deve ser punida nos termos dos procedimentos normativos vigentes.

Para a Quarentena em Estabelecimentos Hoteleiros são aplicáveis os mesmos procedimentos de quarentena domiciliar, no entanto, a estes são acrescidos aos procedimentos e instruções específicas fornecidas aos gestores dos estabelecimentos hoteleiros pelas autoridades sanitárias.

A violação das medidas de Quarentena e de Isolamento aplicar-se-á o disposto na legislação geral sobre Saúde Pública.

### **ATENÇÃO:**

**Em caso de dúvidas sobre Saúde, ligue para as seguintes linhas (gratuitas, não se paga nada): Serviço AlôVida (Mcel - 1490 ou 82 149, VodaCom - 84 146, Movitel - 1490) ou Disque PENSA (\*660#).**

**O Nosso Maior Valor é a Vida**

Maputo, aos 20 de Março de 2020

A Vice Ministra da Saúde

---

Lídia Cardoso