

COVID-19: TEMPO DE ISOLAMENTO E QUARENTENA

Airton dos Santos Filho (MD)

Alessandra Lima (CD, PhD), Luciana Vieira (Ft, PhD)

26 de janeiro de 2022

O isolamento social e a quarentena de casos suspeitos ou confirmados de COVID-19 são estratégias de saúde pública que visam conter disseminação do SARS-CoV-2 na comunidade. Embora semelhantes, os termos apresentam significados diferentes. O isolamento refere-se aos indivíduos doentes ou que testaram positivo para COVID-19, mesmo que estejam assintomáticos, enquanto a quarentena é direcionada àqueles que foram expostos ao patógeno circulante, por exemplo, que tiveram contato próximo com pessoas com diagnóstico de COVID-19, durante o período de transmissibilidade da doença (BRASIL, 2022).

Até o momento, não há consenso na literatura científica sobre o tempo ideal de isolamento social de pessoas infectadas ou expostas ao SARS-CoV-2. Para análise desta questão, é necessário compreender o comportamento biológico do vírus, especialmente da variante Ômicron, apontada como responsável pelo aumento de casos de COVID-19 ao redor do mundo verificado no fim de 2021 e início de 2022. Esta variante, descrita inicialmente como B.1.1.529, foi designada como variante de preocupação pela Organização Mundial de Saúde (OMS) no dia 26 de novembro de 2021 (WHO, 2021). É considerada uma variante divergente das outras linhagens descritas até então, devido ao elevado número de mutações que ocasionam maior escape à resposta imune humoral e maior transmissibilidade (CAMERONI, 2021; FLEMMING, 2022; KANNAN, 2022).

A efetividade do isolamento/quarentena como medida de controle depende de fatores epidemiológicos como o intervalo serial (tempo de duração do início de sintomas entre sucessivos casos em uma cadeia de transmissão) e o período de incubação (tempo de duração entre a infecção e o aparecimento de sintomas) do SARS-CoV-2. Por exemplo, se o tempo médio do intervalo serial for mais curto do que o período médio observado de incubação do vírus, isso indica que uma parcela significativa da transmissão ocorra antes das pessoas ficarem sintomáticas. Desta forma, a elevada transmissão pré-sintomática, diminui a eficácia de medidas de controle posteriores ao aparecimento de sintomas (HE, 2020).

Estudos prévios, com outras variantes durante a pandemia, sugeriam que o pico de transmissão ocorria no período compreendido entre 02 dias antes dos surgimento de sintomas (ou diagnóstico laboratorial) até 03 dias após. Isto fez com que muitos pesquisadores e países avaliassem a redução do tempo de isolamento, pois após o 5º dia de sintomas a eliminação do vírus pelas vias aéreas e, conseqüentemente, a transmissão poderia ser considerada baixa (TORJESSEN, 2022). Recentemente, entretanto, um estudo japonês observou que o pico de liberação viral da variante Ômicron ocorreu 3 a 6 dias após o aparecimento de sintomas. Neste estudo, em que realizou-se a quantificação de RNA viral de 83 espécimes respiratórios, de 21 pacientes com diagnóstico de COVID-19, nenhuma amostra estava infectada após 10 dias de sintomas ou do diagnóstico (NATIONAL INSTITUTE OF INFECTIOUS DISEASE JAPAN, 2022).

Em janeiro de 2022, o *CDC – Centers for Disease Control and Prevention* (EUA) atualizou suas orientações sobre o período de isolamento de pessoas com COVID-19, segmentando as orientações conforme a gravidade da doença em curso (CDC, 2022a):

- Crianças e adultos com sintomas leves: 05 (cinco) dias de isolamento a partir do início dos sintomas, desde que não tenha ocorrido febre nas últimas 24 horas ou uso de antitérmicos, devendo manter o uso rigoroso de máscaras pelos próximos 05 (cinco) dias;
- Pessoas assintomáticas: 05 (cinco) dias de isolamento a partir do primeiro teste positivo, devendo manter o uso rigoroso de máscaras pelos próximos 05 (cinco) dias. Caso venham a desenvolver sintomas, deve reiniciar a contagem dos 5 dias de isolamento;
- Pessoas com sintomas moderados: isolamento de 10 (dez) dias;
- Pessoas com doença grave (hospitalização, terapia intensiva, suporte ventilatório): isolamento de 10 (dez) dias no mínimo, podendo se estender até 20 (vinte) dias, sem febre e com melhora dos sintomas;
- Pessoas com imunossupressão moderada ou grave: isolamento de 20 (vinte) ou mais dias e teste negativo;
- Pacientes recuperados: podem apresentar RNA viral detectável nas vias respiratórias por até 03 (três) meses após o início da doença, porém não apresentam vírus replicante e não transmitem a doença.

Em relação à quarentena, o CDC recomenda que seja realizada por indivíduos que tiveram contato próximo com pessoas com diagnóstico de COVID-19 e que não se vacinaram, ou apresentam esquema vacinal incompleto. O órgão define como contato próximo a permanência junto a uma pessoa com diagnóstico clínico ou laboratorial de COVID-19 por 15 (quinze) minutos ou mais dentro de um período de 24 horas. Pessoas que tiveram contato próximo porém estão com esquema vacinal em dia ou testaram positivo para COVID-19 nos últimos 90 (noventa) dias não necessitam de quarentena. O tempo de duração da

quarentena deve ser de 05 (cinco) dias. **Caso apresente sintomas, a pessoa deve ser testada e seguir as recomendações de isolamento descritas acima conforme o resultado do teste.** Se não apresentar sintomas, o CDC recomenda a realização de testagem pelo menos 05 (cinco) dias após o contato próximo, entretanto caso a pessoa não consiga realizar o teste poderá deixar a quarentena se estiver assintomática, devendo seguir o uso de máscaras e observar a ocorrência de sintomas até o 10º dia após o contato (CDC, 2022b).

A forma de calcular o isolamento e a quarentena propostas pelo CDC (CDC, 2022b) encontram-se esquematizadas nos quadros 01 e 02, respectivamente.

| CALCULANDO O ISOLAMENTO | | | |
|---|---|---|--|
| O dia 0 é o primeiro dia de sintoma ou um teste viral positivo | | | |
| O dia 1 é primeiro dia completo após o desenvolvimento dos sintomas ou a coleta da amostra de teste. | | | |
| | Isolamento por pelo menos 5 dias | Finalizando o isolamento | Precauções até o dia 10 |
| SE VOCÊ testou positivo para COVID-19 ou apresenta sintomas, independentemente do status de vacinação | Fique em casa por 5 dias e se isole de outras pessoas em sua casa. Use uma máscara bem ajustada se precisar estar perto de outras pessoas em sua casa. | NÃO teve sintomas: após pelo menos 5 dias completos após o teste positivo. | Use uma máscara bem ajustada por 10 dias inteiros em sua casa ou em público. Não vá a lugares onde você não pode usar uma máscara. Evite viajar. Evite estar perto de pessoas do grupo de risco. |
| | | Se teve sintomas leves: Termine o isolamento após 5 dias completos se você estiver sem febre por 24 horas (sem o uso de medicamentos para baixar a febre) e seus sintomas estiverem melhorando. | |
| | | Estava gravemente doente (sintomas moderados ou graves): isole-se por pelo menos 10 dias. Consulte o seu médico antes de terminar o isolamento. | |

Quadro 01 – Calculando o isolamento (traduzido e adaptado de CDC, 2022b)

| CALCULANDO A QUARENTENA¹ | | | |
|--|---|--|---|
| A data da exposição é considerado o dia 0. O dia 1 é o primeiro dia completo após seu último contato com a pessoa doente. | | | |
| SE VOCÊ foi exposto e | Quarentena por pelo menos 5 dias | Depois da quarentena | Precauções até o dia 10 |
| NÃO está em dia com as vacinas | Fique em casa, em quarentena, por pelo menos 5 dias inteiros. Use uma máscara bem ajustada se precisar estar perto de outras pessoas em sua casa. Faça o teste mesmo que você não desenvolva sintomas, pelo menos 5 dias após o último contato próximo com alguém com COVID-19. | Fique atento aos sintomas até 10 dias após exposição. Use uma máscara bem ajustada perto dos outros. | Use uma máscara bem ajustada por 10 dias inteiros em sua casa ou em público. Não vá a lugares onde você não pode usar máscara. |
| ESTÁ em dia com as vacinas | Sem quarentena Você não precisa ficar em casa, a menos que desenvolva sintomas. Faça o teste, mesmo que não desenvolva sintomas, pelo menos 5 dias após o último contato próximo com alguém com COVID-19. | Se você desenvolver sintomas isole-se imediatamente e faça o teste. Continue a ficar em casa até saber os resultados. | Evite viajar. Evite estar perto de pessoas do grupo de risco. |
| Testou positivo nos últimos 90 dias | Sem quarentena Você não precisa ficar em casa, a menos que desenvolva sintomas. | | |

Quadro 02 – Calculando a quarentena (traduzido e adaptado de CDC, 2022b)

No Reino Unido, o *NHS – National Health Service* recomenda o isolamento de 10 (dez) dias a partir do início dos sintomas ou do teste (RT-PCR) positivo para COVID-19. O tempo de isolamento poderá ser reduzido para 06 (seis) dias caso a pessoa preencha os seguintes critérios (NHS, 2022):

- 02 (dois) testes de fluxo lateral (Teste Rápido de Antígeno/TR-Ag) negativos, realizados no 5º e 6º dia após o início dos sintomas ou do diagnóstico;
- Ausência de febre.

¹Exposição = Contato com alguém infectado com SARS-CoV-2 (teste positivo).

Contato próximo = estar a menos de 1,8m de distância de uma pessoa intectada, por 15 minutos (ou mais) em um período de 24 horas.

O ECDC – *European Centre for Disease Prevention and Control* estabeleceu diferentes recomendações para o tempo de isolamento em indivíduos não-vacinados e vacinados (ECDC, 2022):

- **Não-vacinados:**

1. Opção 1: Resolução da febre por 24 horas e melhora clínica dos sintomas + 10 (dez) dias de isolamento após o início da doença²;
2. Opção 2: Resolução da febre por 24 horas e melhora clínica dos sintomas + 02 testes (RT-PCR ou Teste Rápido de Antígeno) negativos consecutivos com intervalo mínimo de 24 horas³.

- **Vacinados:**

1. Opção 1: Resolução da febre por 24 horas e melhora clínica dos sintomas + 06 (seis) dias de isolamento após o início da doença² + Teste (RT-PCR ou Teste Rápido de Antígeno) negativo no 6º dia;
2. Opção 2: Resolução da febre por 24 horas e melhora clínica dos sintomas + 02 testes (RT-PCR ou Teste Rápido de Antígeno) negativos consecutivos com intervalo mínimo de 24 horas³.

O Ministério da Saúde (MS) publicou, em janeiro de 2022, versão atualizada do Guia de Vigilância Epidemiológica que traz novas orientações (Quadro 03) para o isolamento de casos de COVID-19 no Brasil (BRASIL, 2022a).

A principal alteração prevista no documento consiste na possibilidade de redução do tempo de isolamento de indivíduos sem sintomas respiratórios, febre ou uso de medicamentos antitérmicos há pelos menos 24 horas no 7º dia (sem necessidade de testagem) ou no 5º dia, caso apresente teste negativo (RT-PCR ou Teste Rápido de Antígeno/TR-Ag). Assim como referendado pelo CDC, o MS reforça que todas as pessoas que deixarem o isolamento no 5º ou 7º dia, devem manter as seguintes medidas adicionais até o 10º dia (BRASIL, 2022a):

- Usar máscara bem ajustada ao rosto, preferencialmente cirúrgica ou PFF2/N95, em casa ou em público;
- Evitar contato com pessoas imunocomprometidas ou que possuam fatores de risco para agravamento da COVID-19, como também locais com aglomerações de pessoas, como transporte público, ou onde não seja possível manter o distanciamento físico;
- Não frequentar locais onde não possa usar máscara durante todo o tempo, como restaurantes e bares; e evitar comer próximo a outras pessoas, tanto em casa como no trabalho, por pelo menos 10 dias completos após o início dos sintomas;

² As recomendações para indivíduos assintomáticos são as mesmas dos indivíduos sintomáticos, devendo-se contar os dias a partir do diagnóstico laboratorial.

³ O primeiro teste deve ser realizado, no mínimo, a partir do 3º dia do início dos sintomas ou diagnóstico laboratorial.

- Não viajar durante o seu período de isolamento. No caso de interromper o isolamento antes do 10º dia do início, orienta-se fazer o teste RT-PCR ou TR-Ag e só viajar se o resultado for não detectado/reagente e que esteja sem sintomas antes da viagem;
- Caso não seja possível realizar o teste, orienta-se adiar a viagem por pelo menos 10 dias a contar do início dos sintomas.

| PACIENTES IMUNOCOMPETENTES COM SG POR COVID-19 (QUADROS LEVES OU MODERADOS) | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|
| Tempo do início dos sintomas | 5 DIAS | | 7 DIAS | | 10 DIAS | |
| Condição de saúde | SEM SINTOMAS | | SEM SINTOMAS | COM SINTOMAS | SEM SINTOMAS | |
| | | Ao 5º dia completo*, se o caso estiver SEM sintomas respiratórios E sem febre E sem uso de medicamentos antitérmicos E há pelo menos 24 horas. | | Ao 7º dia completo*, se o caso estiver SEM sintomas respiratórios E sem febre E sem uso de medicamentos antitérmicos E há pelo menos 24 horas. | Ao 7º dia completo*, se estiver COM sintomas respiratórios ou febre. | Ao 10º dia completo, se o caso estiver SEM sintomas respiratórios E sem febre E sem uso de medicamentos antitérmicos E há pelo menos 24 horas. |
| Teste | Com testagem no 5º dia com RT-PCR ou TR-Ag. | | Não é necessário testar para sair do isolamento. | Com testagem no 7º dia com RT-PCR ou TR-Ag. | Não é necessário testar para sair do isolamento. | |
| Resultado | RESULTADO NÃO DETECTADO/ NÃO REAGENTE | RESULTADO DETECTADO/ REAGENTE | x | RESULTADO NÃO DETECTADO/ NÃO REAGENTE | RESULTADO DETECTADO/ REAGENTE | x |
| Saída do isolamento | Sair do isolamento após 5 dias completos e manter as medidas adicionais até o 10º dia completo do início dos sintomas**. | | Sair do isolamento após 7 dias completos e manter as medidas adicionais até o 10º dia completo do início dos sintomas**. | A partir do 8º dia completo, sair do isolamento se o caso estiver SEM sintomas respiratórios E sem febre E sem uso de medicamentos antitérmicos há pelo menos 24 horas e manter as medidas adicionais até o 10º dia completo do início dos sintomas**. | Manter o isolamento até o 10º dia completo do início dos sintomas. | Sair do isolamento no 10º dia completo do início dos sintomas e manter as medidas de prevenção e controle***. |

Quadro 03: Recomendações para isolamento em pacientes imunocompetentes com SG (Síndrome Gripal) por COVID-19 (quadros leves e moderados) (BRASIL, 2022a).

O Ministério do Trabalho e Previdência (MTP) e Ministério da Saúde (MS) publicaram, em 25 de janeiro de 2022, a Portaria Interministerial nº 14; que alterou as recomendações para prevenção, controle e mitigação dos riscos de transmissão do coronavírus (COVID-19) em ambientes de trabalho. No que se refere ao afastamento de trabalhadores passam a vigorar as seguintes orientações (BRASIL, 2022b):

2.5 A organização deve afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados casos confirmados de Covid-19.

2.5.1 A organização pode reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que estejam sem febre há 24 horas, sem o uso de medicamentos antitérmicos, e com remissão dos sinais e sintomas respiratórios.

2.5.2 A organização deve considerar como primeiro dia de isolamento de caso confirmado o dia seguinte ao dia do início dos sintomas ou da coleta do teste por método molecular (RT-PCR ou RT-LAMP) ou do teste de antígeno.

2.6 A organização deve afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados contatantes próximos de casos confirmados de Covid-19.

2.6.1 O período de afastamento dos contatantes próximos de caso confirmado de Covid-19 deve ser considerado a partir do último dia de contato entre os contatantes próximos e o caso confirmado.

2.6.2 A organização pode reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que tenha sido realizado teste por método molecular (RT-PCR ou RT-LAMP) ou teste de antígeno a partir do quinto dia após o contato, se o resultado do teste for negativo.

2.6.3 Os contatantes próximos que residem com caso confirmado de Covid-19 devem apresentar documento comprobatório da doença do caso confirmado.

2.7 A organização deve afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados casos suspeitos de Covid-19.

2.7.1 A organização pode reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que estejam sem febre há 24 horas, sem o uso de medicamentos antitérmicos, e com remissão dos sinais e sintomas respiratórios.

2.7.2 A organização deve considerar como primeiro dia de isolamento de caso suspeito o dia seguinte ao dia do início dos sintomas.

2.8 A organização deve orientar seus empregados afastados do trabalho nos termos dos itens 2.5, 2.6 e 2.7 a permanecer em suas residências, assegurada a manutenção da remuneração durante o afastamento.

Em sua publicação sobre este tema, em janeiro de 2022, o ECDC ressalta que as evidências científicas disponíveis, até o momento, para apoiar qualquer alteração nas orientações de quarentena e isolamento são limitadas. As decisões para adaptar as diretrizes exigem a consideração do risco adicional de transmissão, situação epidemiológica local, capacidade de testagem e rastreamento de contatos, além dos efeitos socioeconômicos da pandemia no cenário específico (ECDC, 2022).

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Guia de vigilância epidemiológica: emergência de saúde pública de importância nacional pela doença pelo coronavírus 2019 – COVID-19. Ministério da Saúde, 2022a. Acesso em 29/01/2022.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Previdência e Ministério da Saúde. Portaria Interministerial MTP/MS nº 14 de 20 de janeiro de 2022b. Acesso em 26/01/2022.

CAMERONI, E. et al. Broadly neutralizing antibodies overcome SARS-CoV-2 Omicron antigenic shift. *Nature*, 2021. Acesso em 19/01/2022

CDC – CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Ending Isolation and Precautions for People with COVID-19: Interim Guidance. CDC, 2022a. Acesso em 20/01/2022.

CDC – CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Quarantine and Isolation. CDC, 2022b. Acesso em 20/01/2022.

ECDC – EUROPEAN CENTRE FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Guidance on quarantine of close contacts to COVID-19 cases, in the current epidemiological situation, 7 January 2022. ECDC, 2022. Acesso em 20/01/2022.

FLEMMING, A. Omicron, the great escape artist. *Nat Rev Immunol*, 2022. Acesso em 19/01/2022.

HE, X. et al. Temporal dynamics in viral shedding and transmissibility of COVID-19. *Nature Medicine*, 2020. Acesso em 19/01/2022.

KANNAM, S. et al. Omicron (B.1.1.529) – variant of concern – molecular profile and epidemiology: a mini review. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 2021.

NHS – NATIONAL HEALTH SERVICE. How long to self-isolate. NHS, 2022. Acesso em 20/01/2022.

NATIONAL INSTITUTE OF INFECTIOUS DISEASE – JAPAN. Active epidemiological investigation on SARS-CoV-2 infection caused by Omicron variant (Pango lineage B.1.1529) in Japan: preliminary report on infectious period. NIID, 2022. Acesso em 19/01/2022.

TORJESEN, I. Covid-19: Peak of viral shedding is later with omicron variant, Japanese data suggest. *BMJ*, 2022. Acesso em 19/01/2022.

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. Enhancing readiness for Omicron (B.1.1.529): Technical brief and priority actions for Member States. WHO, 2021. Acesso em 19/01/2022.