

INSTRUCCIONES PARA EL AISLAMIENTO EN CASA

CUIDADOR O CONTACTOS CERCANOS DE PACIENTE CON DIAGNÓSTICO O SOSPECHA DE COVID-19

1. Asegurarse de entender las instrucciones de proveedores de salud y ayudar al paciente a seguirlas.
2. Debería ayudar al paciente con las necesidades básicas del hogar y prestarle apoyo con la obtención de alimentos y recetas médicas, y con otras necesidades personales.
3. Monitorear los síntomas del paciente (especialmente temperatura la cual debe medirse con termómetro). Si la enfermedad empeora, llame al servicio de teleasistencia y avísele que tiene COVID-19 confirmado o sospechado.
4. En lo posible miembros del hogar deberían quedarse en otra habitación o mantenerse alejados del paciente lo más posible. Si van a compartir espacio físico la distancia mínima recomendada es de un metro con el paciente.
5. Los miembros del hogar deberían hacerse cargo de las mascotas que haya en la casa.
6. Asegurarse de que los lugares compartidos de la casa tengan buena circulación de aire, ya sea mediante una ventana abierta o un sistema de aire acondicionado.
7. Lavarse las manos con frecuencia. Lávese las manos con agua y jabón por al menos veinte segundos o límpieselas con un desinfectante de manos (gel hidroalcohólico). Si tiene las manos visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
8. Usted y el paciente deberían usar una mascarilla si están en la misma habitación.
9. Usar una mascarilla y guantes desechables cuando toque o entre en contacto con la sangre, las heces o los líquidos corporales del paciente, como su saliva, esputo, mucosidad nasal, vómito u orina. Si no hay mascarillas desechables pueden ser de tela que deben lavarse diariamente.
10. Bote las mascarillas y los guantes desechables después de usarlos.
11. Cuando se quite el equipo de protección personal, quítese y bote primero los guantes. Luego, límpiense las manos de inmediato con agua y jabón o con un desinfectante, después, quítese y bote la mascarilla y límpiense nuevamente las manos de inmediato con agua y jabón o un desinfectante.
12. Evitar compartir con el paciente artículos del hogar de uso personal. No deben compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas, ropa de cama u otros artículos.
13. Lavar bien la ropa.
14. Remueva y lave inmediatamente la ropa o la ropa de cama que tenga sangre, heces o líquidos corporales.
15. Lea y siga las instrucciones de las etiquetas de la ropa o ropa de cama y el detergente. En general, use un detergente de ropa normal siguiendo las instrucciones de uso para lavadora. Seque bien la ropa después de lavarla.
16. Colocar en un recipiente con una bolsa plástica todos los guantes, mascarillas y demás artículos desechables usados antes de botarlos con la demás basura de la casa. Al terminar esta tarea lávese inmediatamente las manos como se ha indicado constantemente.

No dude en preguntar lo que no entienda o le sea difícil de realizar