



Ficha informativa

Recomendaciones Generales

para casos **sospechosos o confirmados** de **COVID-19** que se mantienen en casa

- Si tienes síntomas respiratorios leves y realizaste un viaje a las zonas de transmisión comunitaria o estuviste en contacto con casos confirmados o bajo investigación en los 14 días previos al inicio de los síntomas, mantente en casa y llama a la línea COVID-19, para que recibas orientación.
- Esta acción es la más importante y responsable, ya que proteges a otros en tu entorno comunitario.
- Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón o utiliza gel antibacterial al 70%.
- Se dará seguimiento y comunicación diaria con un profesional de la salud durante todo el tiempo que dure el aislamiento y cuidado en casa, por 14 días.
- El profesional de la salud también deberá estar enterado del estado de salud o aparición de síntomas de los contactos.
- Ubicar al paciente en una habitación bien ventilada y de ser posible solo.
- Los miembros del hogar deben permanecer en una habitación diferente o, si esto no es posible, mantener una distancia de al menos un metro de la persona enferma. Una excepción a esto puede ser considerada en una madre que esté lactando. La madre debe usar cubrebocas y tener una higiene de manos cuidadosa y frecuente cuando esté con su bebé.
- En caso de ser el cuidador único^o de un niño menor de 5 años, puede quedarse con él, y se debe utilizar cubrebocas y lavarse o desinfectarse las manos con frecuencia. Se recomienda asimismo desinfectar frecuentemente las manos de menores de 5 años dado el contacto frecuente al tocarse la cara.
- Limitar el número de cuidadores del paciente, idealmente asignar a una persona con buena salud sin condiciones de riesgo y evitar visitas extra.
- Limitar el movimiento del paciente fuera del cuarto y minimizar espacio compartido (como cocina o baño). Asegurarse de que los espacios compartidos estén bien ventilados (por ejemplo, con ventanas abiertas).

- Los cubiertos y platos deben lavarse con agua y jabón o detergente después de su uso.
- Se deben limpiar y desinfectar una vez al día las superficies tocadas con frecuencia, como mesas de noche, cabecera de la cama, y otros muebles del dormitorio. Hay que hacerlo con una solución de cloro diluido (1 parte de cloro doméstico o comercial por 99 partes de agua).
- Hay que limpiar y desinfectar las superficies del baño y el inodoro al menos una vez al día, con la solución de cloro diluido (1 parte de cloro doméstico o comercial por 99 partes de agua).
- Hay que evitar agitar la ropa sucia del enfermo. Procure lavar la ropa de cama, toallas de baño y toallas de mano de la persona enferma, con detergente regular y agua, o con lavadora a 60 a 90°C.
- Se deben usar guantes desechables y ropa protectora (por ejemplo, bata de tela o desechable cuando se limpien o manejen superficies o ropa sucia con líquidos corporales). Hay que realizar higiene de manos antes y después de quitarse los guantes.

Fuente: PROCESO DE PREVENCIÓN DE INFECCIONES PARA LAS PERSONAS CON COVID-19 (ENFERMEDAD POR SARS-CoV-2). CONTACTOS Y PERSONAL DE SALUD