



UCSC



Guía rápida

CUIDADOS EN EL HOGAR CON PERSONAS DIAGNOSTICADAS CON COVID-19





La presente guía está dirigida tanto a la persona contagiada como a los miembros de su hogar, para reforzar temas relacionados con la higiene personal, prevención básica y medidas de control y cuidado a un miembro con **COVID 19** en la familia, para prevenir la propagación de la enfermedad a los contactos domésticos.

Preparar un espacio adecuado y aislado para la persona enferma de COVID y sus artículos personales.

- Ubicar al paciente en una habitación individual, bien ventilada.
- Limitar los movimientos del paciente y minimiza el uso de espacios compartidos, asegúrese que los espacios compartidos (como baño, cocina, comedor) se encuentren bien ventilados.
- Limitar el número de cuidadores, asignar una persona que tenga buena salud, sin factores de riesgo, como enfermos crónicos, embarazadas o adultos mayores.



Monitorear constantemente los síntomas

- A considerar: La mayoría de las personas que contraigan COVID 19, solo padecerán un cuadro leve y deberían recuperarse en sus hogares la decisión de no hospitalizar requiere de un juicio clínico y previa evaluación de la seguridad del hogar del paciente.
- Los adultos mayores y las personas de cualquier edad con ciertas afecciones crónicas, tienen un mayor riesgo de presentar complicaciones más graves a causa de la enfermedad del COVID 19 y deben buscar atención médica tan pronto como comienzan los síntomas.



Evita la propagación de germen
al cuidar a personas enfermas.

- Limpie y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia como mesas de noche, colchón y otros muebles de dormitorios. Utiliza desinfectantes de uso doméstico como cloro diluido en agua (450 cc de agua por 50cc de cloro).
- Limpie y desinfecte las superficies del baño y del inodoro al menos una vez al día con desinfectante doméstico habitual.
- Lave la ropa utilizada por el paciente como también la ropa de cama, toallas del baño y de mano, maquina con detergente común y secar bien.

- Deje la ropa contaminada en una bolsa plástica, no agitar la ropa sucia y evita el contacto directo de la piel y la ropa con materiales contaminados.
- Use guantes desechables y ropa protectora (por ejemplo, delantales de plástico) al limpiar o manipular superficies o ropa sucia o contaminadas con fluidos corporales. Realice lavado de manos antes y después de quitarte los guantes.
- Evite otros tipos de contactos o exposición con personas enfermas o artículos contaminados en su entorno inmediato. Una vez utilizados los utensilios y loza, deben limpiarse con detergente, desinfectante y agua después del uso, pudiendo ser reutilizados.

- Evite el contacto directo con otros fluidos corporales, use guantes desechables para proporcionar cuidados a la persona enferma. Realice lavado de manos antes y después de quitarse los guantes.
- Realice lavado de manos después de cualquier contacto con la persona enferma de COVID 19, antes y después de preparar y servir comida, antes de comer, después de ir al baño y cuando las manos se vean sucias
- Realice lavado de manos después de quitarse la mascarilla
- No reciba visitas innecesarias en casa

Cuidado con los residuos

- Utilice idealmente toallas de papel para secar las manos, si no es posible deje una toalla exclusiva para el cuidador y cámbiela cuando ya esté mojada.
- Los cubiertos, vasos, paltos y demás utensilios reutilizables se deben lavar con agua caliente, jabón y desinfectante, tras contacto con residuos siempre laves posteriormente sus manos.
- El cuidador debe permanecer con mascarilla durante todo el tiempo que se encuentre en contacto con la persona enferma con COVID 19, la mascarilla no debe manipularse ni tocarse mientras se usa, desechar en basurero después del uso.
- Guantes, pañuelos, mascarillas y otros residuos generados por la persona enferma y el cuidador, deben ser colocados en un contenedor con tapa dentro de una bolsa plástica, posteriormente se debe sacar cerrada.

Para proteger a otros en su comunidad

- La persona enferma debe quedarse en casa a menos que necesite atención médica.
- Otros miembros de la familia también deben quedarse en casa en aislamiento, durante el tiempo que indique la autoridad sanitaria.
- Debe avisarles a las personas que han estado en contacto cercano con la persona enferma.



Monitoreo de salud de los miembros del hogar para detectar síntomas de COVID-19

- Los síntomas incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar, pero también pueden presentarse otros síntomas. La dificultad para respirar es el signo de advertencia más grave de que puede necesitar atención médica.
- Tome su temperatura 2 veces al día
- Si tiene dificultad para respirar, llame a salud responde: **600 360 7777** e informe sobre sus síntomas. Le dirán qué debe hacer.

DGP | UCSC

DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE PERSONAL
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE LA SANTÍSIMA CONCEPCIÓN

Unidad de prevención de riesgos