



Medidas preventivas para los casos de COVID-19

Información para los convivientes del paciente

Aislamiento domiciliario del paciente

- Los convivientes deben permanecer en una habitación diferente a la del paciente y han de tener el mínimo contacto posible con este. Sobre todo tiene que evitar el contacto directo con sus fluidos corporales —especialmente de la boca o las secreciones respiratorias— y las heces. No deben compartir con el paciente objetos de uso personal (cepillo de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, etc.).

Todos los convivientes deben lavarse las manos con agua y jabón o una solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el paciente o su entorno inmediato.

Los convivientes y las personas cuidadoras tiene que **vigilar si presentan síntomas de infección respiratoria aguda** (fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar); si aparecen, deben llamar a 971437079 o 902079079

- El paciente debe permanecer en una habitación de uso individual, con la puerta cerrada, hasta que cese el aislamiento.

Si es imprescindible que vaya a las zonas comunes de la casa, debe llevar puesta la **mascarilla quirúrgica** y hacerse la higiene de las manos antes de salir de la habitación; además, hay que mantener bien ventiladas las zonas comunes.

El paciente puede comunicarse con los convivientes con el **teléfono móvil o un intercomunicador**.

El paciente tiene que **lavarse las manos a menudo** con agua y jabón, especialmente después de toser, estornudar o manipular pañuelos que haya usado para cubrirse la boca al toser. También puede utilizar una solución hidroalcohólica.

- Si es posible, se recomienda disponer de un **registro diario de entrada y salida de las personas que accedan a la habitación**.
- **No invite ni permita que entren visitantes al domicilio**.
- Si hay mascotas en la casa, intente mantenerlas alejadas del paciente.



Medidas de protección específicas para personas cuidadoras

- **Hay que procurar que solo una persona cuide del paciente.** Además, no debe tener factores de riesgo de complicaciones para la COVID-19: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes o embarazo.
- **El paciente ha de usar mascarilla quirúrgica cuando la persona cuidadora esté cerca.**
- **La persona cuidadora tiene que extremar las medidas de precaución cada vez que contacte con el paciente o con sus fluidos (sangre, heces, orina, vómitos, saliva...).** Por ello ha de seguir estas indicaciones:
 - **Mascarilla quirúrgica:** no toque la mascarilla mientras la lleva puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, cámbiela inmediatamente. Después de usarla, tírela en un contenedor de residuos con tapa y hágase la higiene de las manos.
 - **Guantes desechables:** tiene que usarlos para cualquier contacto con las secreciones del paciente. Después de usarlos, tírelos en un contenedor de residuos con tapa y hágase la higiene de las manos.
 - **Lávase las manos a menudo** con agua y jabón o una solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el paciente o su entorno inmediato.

Gestión de residuos en el domicilio

- La ropa de cama, las toallas, etc., del paciente tienen que lavarse con el detergente habitual a 60-90 °C y dejarse secar del todo. Esta ropa debe meterse en una bolsa hasta el momento de lavarla; no la sacuda antes de lavarla.
- **El material desechable utilizado por la persona enferma (guantes, pañuelos, mascarillas)** y cualquier otro residuo se han de eliminar en una bolsa de plástico (bolsa 1) en un **cubo de basura dispuesto en la habitación**, que es conveniente que tenga tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje.

La bolsa de plástico (bolsa 1) se debe cerrar e introducir en una segunda bolsa de basura (bolsa 2), donde además se depositarán los guantes y mascarilla utilizados por el cuidador y se cerrará adecuadamente antes de salir de la habitación.

La bolsa 2, con los residuos anteriores, se depositará en la bolsa de basura (bolsa 3) donde se pueden desechar otros residuos domésticos. La bolsa 3 también se cerrará y se depositará exclusivamente en el contenedor de residuos no reciclables.

- **Lávase siempre las manos después de tocar los residuos.**



- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios de cocina deben lavarse con agua caliente y jabón (o en el lavavajillas, preferiblemente).

Limpieza de superficies

- Las superficies que se tocan a menudo (mesita de noche, somier y otros muebles del dormitorio), las superficies del baño y el inodoro deben limpiarse con material desechable. También **deben desinfectarse diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía diluida (1 parte de lejía al 5% y 50 partes de agua) preparado el mismo día que se vaya a usar.**

La persona encargada de la limpieza debe protegerse con mascarilla y guantes y lavarse las manos después de limpiar.

Más información en: <https://www.ibsalut.es/ciudadania-ca/cuidar-la-salut/518-coronavirus-covid-2019/3740-mesures-preventives-per-als-casos-de-covid-19-informacio-per-al-pacient>