



Covid-19

Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en personas con Covid-19 ⁽¹⁾



¿Cuál es el lugar de aislamiento adecuado?



Recomendable una habitación individual, manteniéndola ventilada y con la puerta cerrada.



Disponer de teléfono dentro de la habitación.



Disponer de cubo de basura (a ser posible de pedal) con bolsa de desecho, dentro de la habitación.



¿Cómo debemos utilizar el baño?



Preferiblemente baño para uso individual.



A ser posible disponer de utensilios de aseo de uso individual. No compartir toallas, ni cepillos de dientes.



Si no es posible uso de baño individual, tras cada uso del paciente, limpiar las superficies con lejía doméstica y bayeta. Lávese las manos con solución hidralcohólica o agua y jabón

¿Cómo puedo prevenir el contagio?



Tápese al toser y estornudar con un pañuelo de papel. Desechar pañuelo en cubo de basura con bolsa de desecho en su interior. Lávese las manos con solución hidralcohólica o agua y jabón



Si sale a espacios comunes o entra alguien a la habitación, póngase la mascarilla. Lávese las manos con solución hidroalcohólica o agua y jabón

Evite distancias menores de 2 metros de los convivientes.



Evitar en la medida de lo posible contacto directo con el resto de convivientes.

¿Puedo recibir visitas de personas que no conviven en el domicilio?

No se pueden recibir visitas durante el período de aislamiento



Precauciones a tener en cuenta:



Utensilios de cocina: a ser posible utilizar desechables; si no es posible, usar lavavajillas o lavarlos con agua caliente y jabón habitual.

Ropa de cama, toallas u otra ropa:

No sacudir.

Meterse en bolsa cerrada hasta el momento de lavarla.

Lavar la ropa con jabones o detergentes habituales a 60-90°C.



Bolsas de desecho: cerrarlas antes de sacarlas de la habitación del paciente. Se puede depositar cerrada con el resto de residuos domésticos.



Limpieza de superficies a diario (mesitas de noche, muebles, superficies de baño, etc.) con lejía doméstica y bayeta.



Covid-19

Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en personas con Covid-19 (2)



¿Qué síntomas he de controlar en el domicilio?



Auto vigilancia de empeoramiento de síntomas o aparición de síntomas, tales como: tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria o fiebre; si es así deberá de comunicarlo al teléfono habilitado o a su centro de salud de referencia.



Recomendaciones para familiares, cuidadores y/o convivientes:



Preferiblemente baño para uso individual.



La persona cuidadora no debe tener factores de riesgo de complicaciones para el Covid19 (enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, diabetes, inmunodeprimidos, embarazo, etc.).



La persona cuidadora ha de realizar auto vigilancia de la aparición de síntomas como fiebre, tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta, etc. En caso de aparición de síntomas deberá de comunicarlo al teléfono habilitado o a su centro de salud de referencia.



Procurar que sea siempre el mismo cuidador.



Utilizar guantes desechables para cualquier contacto con secreciones del paciente, tras su uso, desechar inmediatamente y lavarse las manos.



Lavarse frecuentemente las manos con solución hidralcoholica o agua y jabón.



Utilizar mascarilla quirúrgica si se mantiene contacto a una distancia menor de dos metros con el paciente.

