

Directivas para el aislamiento en casa de pacientes con COVID-19 con cuadro clínico ligero* y sospecha de Covid-19

*Modificado según: “Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact” Interim guidance (WHO, 4 February 2020);

- Alojar al paciente en una habitación separada y bien aireada.
- El paciente no debe quedarse en habitaciones compartidas por otras personas (p.ej. la cocina). Si no se puede evitar hay que asegurar que estén bien aireadas (p.ej. ventanas abiertas).
- Si es posible evitar que otra persona duerma en la misma habitación. Si no es posible el paciente debería de utilizar una cama separada con distancia mínima de un metro de la otra cama.
- Ideal sería que solo una persona se encargue del cuidado del paciente. Esta persona debiera estar en buen estado de salud, sin padecer de enfermedades crónicas o de defectos inmunológicos.
- Mientras tenga síntomas de enfermedad u otro riesgo de contagio el paciente no debe recibir visitas.
- Coloque una solución desinfectante virucida (gel hidroalcohólico o spray a base de alcohol) al alcance a la salida de la habitación del enfermo – si se puede conseguir.
- Después de cualquier contacto con el paciente o su entorno cercano así como al salir de la habitación: desinfectarse las manos con 3 ml del desinfectante por 30 segundos (ver instrucciones en internet) o lavarse las manos con cuidado.
- Todos los miembros de la familia y del hogar deben mantener reglas higiénicas muy estrictas: Lavar las manos después de cada contaminación, antes y después de preparar la comida, después de la comida, después de haber ido al baño. Haciendo compras u otras tramitaciones llevar guantes y si es posible abrir las puertas con el codo. Cambiar y lavar los guantes de algodón diariamente.
- Si es posible secarse las manos con toallas desechables después de lavarlas. Si no es posible utilizar una toalla individual (no compartida) que se debe cambiar diariamente.
- Si es posible el paciente debería llevar continuamente una mascarilla que cubra la nariz y la boca. Si la mascarilla no se tolera o no es disponible, tapar la nariz y la boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable y arrojarlo inmediatamente después.
- En la habitación del paciente la persona que lo cuida debería llevar una mascarilla y guantes desechables.
- Tocar las mascarillas únicamente en los soportes y cambiarlas cada vez que estén mojadas o ensuciadas.
- Nunca vuelva a utilizar las mascarillas o los guantes usados. Desinféctese las manos cada vez después de haberse quitado la mascarilla o los guantes.
- La vajilla y los cubiertos del paciente deben ser utilizados únicamente por él y lavados regularmente.
- Si el hogar dispone de dos aseos, uno de ellos debe estar únicamente a disposición del paciente.
- Las superficies en la habitación del paciente (la mesita de noche, la armadura de la cama, las manillas de puertas) deben ser limpiadas regularmente, el baño y las superficies del aseo por lo menos cada día.

- Para limpiar las superficies utilizar primero un detergente común y luego un desinfectante virucida para superficies que se puede conseguir en droguerías o farmacias. Al limpiar hay que llevar mascarilla y guantes.
 - Lave la ropa y las sábanas del paciente con un detergente común con 60° – 90 °. Recoja la ropa sucia en una bolsa y trate de tocarla lo menos posible (si es posible con guantes).
 - Recoja los guantes, las mascarillas y otros desechos higiénicos en un recipiente tapado y guárdelo así por tres días. Después se puede arrojar a la basura doméstica.
 - Los miembros del hogar tienen que tener cuidado de no contaminarse con objetos del entorno del paciente tal como cepillo de dientes o toallas. Trate de evitar estrictamente de tocarse la cara (ojos, nariz) mientras esté en contacto con el paciente.
-

Modificado según: *“Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact”* Interim guidance (WHO, 4 February 2020);

Autores (en orden alfabético):

Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin [*Sociedad Alemana de medicina general „DEGAM”*]

Hanna Kaduszkiewicz, Michael M. Kochen, Josef Pömsl,

SLK Leitungsteam der DEGAM [*equipo gerencial de la comisión para la elaboración de directrices en la DEGAM*]

© DEGAM 20.03.2020

Traducción: André Jablonski