

# INFORMACIÓN Y RECOMENDACIONES PARA PACIENTES EN SOSPECHA O CONFIRMADOS DE COVID-19



Clínica  
Universidad  
de los Andes



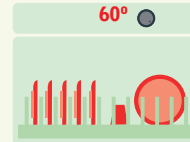
La persona encargada de la limpieza deberá usar **maskarilla y guantes**.



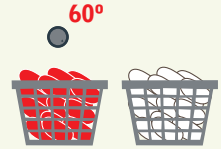
Para la limpieza debe usarse una **solución de agua con cloro**: una parte de desinfectante por cada 49 de agua.



Limpie diariamente todas **las superficies de contacto frecuente**: manillas, mesas, interruptores, cadenas, inodoros, teléfonos y teclados.



La vajilla y el menaje debe lavarse con agua caliente y jabón, preferiblemente en un lavaplatos para **alcanzar los 60°**.



La ropa del paciente se puede **lavar por separado** con detergente habitual, a una temperatura de entre 60° y 90°. Deje que se seque totalmente.



Tire los **guantes** y la **maskarilla** a la basura y lávese las manos a continuación.



La basura debe estar dentro de una **bolsa de plástico** cerrada.



La toalla del contagiado debe tener **un único uso** y meterse en un cubo específico.

## • QUÉDESE EN CASA

Debe restringir las actividades fuera de su casa, excepto si necesita una nueva atención médica. No vaya al trabajo, el colegio o lugares públicos. No utilice transporte público o vehículos compartidos.

## • MANTÉNGASE ALEJADO DE OTRAS PERSONAS Y DE LOS ANIMALES EN SU CASA

Permanezca en una habitación con buena ventilación y lejos de las demás personas que estén en su casa (ellos en una habitación diferente). En la medida de lo posible, utilice un baño aparte. Puede asignar una persona a su cuidado, que tenga buena salud y sin factores de riesgo como enfermos crónicos, embarazadas o adultos mayores.

No manipule ni toque mascotas.

## • USE UNA MASCARILLA

Usted debería utilizar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas, por ejemplo, compartiendo una habitación. Si no puede usar mascarilla en algún momento, porque le causa dificultad para respirar, las personas que viven con usted no debieran permanecer en la misma habitación. Deseche la mascarilla cuando la note humedecida y cambie por otra, realizando higiene de manos después de quitársela.

Debe minimizar el uso de espacios compartidos (por ejemplo; cocina, baño). Si es inevitable que el cuidador comparta el espacio con el enfermo, debe utilizar mascarilla.

## • CÚBRASE LA NARIZ Y LA BOCA AL TOSER Y ESTORNUDAR

Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote los pañuelos desechables usados en la basura, con una bolsa de plástico adentro. Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón o alcohol gel.

## • LÍMPIESE LAS MANOS CON FRECUENCIA

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o alcohol gel. Cubra todas las superficies de las manos y fróteselas hasta que sienta que se secaron. Si tiene las manos visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón. **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**

## • EVITE COMPARTIR ARTÍCULOS DEL HOGAR DE USO PERSONAL

No debe compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas, paños o ropas de cama, con otras personas que estén en su casa. Después de usar estos artículos, deben ser lavados adecuadamente.

### • LIMPIE TODOS LOS DÍAS TODAS LAS SUPERFICIES DE CONTACTO FRECUENTE

Las superficies de contacto frecuente incluyen los mesones, las mesas, las manijas de las puertas, las llaves y grifos del baño, los inodoros, los teléfonos, los teclados, las tabletas y las mesas de cama. Limpie este tipo de superficies con un limpiador de uso doméstico, según sus instrucciones. Asegurarse de tener buena ventilación mientras esté limpiando y utilice elementos de protección, como mascarilla y guantes. Realizar higiene de manos después de eliminarlos.

### • VIGILE SUS SÍNTOMAS

Si su situación de salud empeora, por ejemplo, tiene dificultad para respirar, debe buscar nueva atención médica, siendo importante que asista con mascarilla y avise acerca de su condición al llegar.

Siempre siga las indicaciones de su médico al alta.

### • MANEJO DE LA ROPA

La ropa utilizada por el paciente, como también la ropa de cama, toallas de baño o mano, se sugieren lavar a 60-90° con detergente común y secar bien. Coloque la ropa utilizada siempre en una bolsa plástica, evitando agitarla y el contacto directo con la piel. Use guantes desechables al manipular ropa sucia (o superficies) con fluidos corporales. Realizar higiene de manos después de retirarse los guantes.

### • INTERRUPCIÓN DEL AISLAMIENTO EN LA CASA

Los pacientes confirmados deben permanecer bajo todas estas precauciones en domicilio hasta que sus síntomas respiratorios cesen y el riesgo de transmisión secundaria a otras personas baje. La decisión de interrumpir estas medidas en la casa, se toman según cada caso en particular, en consulta con su médico y/o autoridad sanitaria, quien monitorea su evolución.

Todas las personas que viven bajo el mismo techo del enfermo son considerados contactos y su salud también es monitorizada. Si un miembro del hogar desarrolla síntomas respiratorios y/o fiebre, son considerados sospechosos de COVID-19 y deben seguir las mismas recomendaciones.

Siempre que se pueda, se recomienda instalar al paciente en una **habitación de uso exclusivo**.

Un **basurero** con tapa automática y **bolsa** en su interior con **cierre hermético** para los desechos del paciente.

Para minimizar el contacto, el paciente intentará **comunicarse** con el resto de familiares o convivientes a **través del celular**.

