

RECOMENDACIONES AISLAMIENTO DOMICILIARIO

Recomendaciones aislamiento domiciliario

- El paciente deberá permanecer preferiblemente en una **estancia o habitación de uso individual** o en un lugar en el que se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los convivientes.
- La habitación deberá permanecer **cerrada**. Mantener una **ventilación adecuada** directa a la calle. Evitar corrientes forzadas de aire provenientes de sistemas de calor o refrigeración.
- Deberá disponer de un **baño para uso exclusivo del paciente**, o en su defecto, deberá ser limpiado con lejía doméstica tras cada uso que haga el paciente.
- Se recomienda disponer **utensilios de aseo de uso individual** y de productos para la higiene de manos como jabón o solución hidroalcohólica.
- **Las toallas** deberán **cambiarse periódicamente** siempre que se encuentren húmedas.
- **Limitar el uso de las zonas comunes** del domicilio. Cuando se utilicen estas zonas comunes, se deberá llevar **mascarilla quirúrgica y realizar higiene de manos** antes de visitar la estancia común.
- Se mantendrán **bien ventiladas las zonas comunes**.
- Las **comunicaciones entre el paciente y los convivientes** se procurarán realizar a través de recursos tecnológicos (**móviles, intercomunicadores, etc...**)
- En el interior de la estancia o habitación deberá colocarse un **cubo de basura, con tapa de apertura de pedal**, y en su interior una bolsa de plástico que cierre herméticamente para los residuos.
- La persona enferma **no deberá recibir visitas** durante el periodo de aislamiento.
- Se recomienda disponer de un **registro de entrada y salida diario** de personas que accedan a la habitación.

Medidas de protección específicas para cuidadores

- Se ha de procurar que sea una **única persona la que proporcione atención** al paciente. La persona que realice los cuidados no debe tener factores de riesgo de complicaciones para el COVID-19: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes o embarazo.
- Será **informada** de que, si el paciente es un caso en investigación y se convierte en un caso confirmado, será considerada como **contacto**.
- Deberá **lavarse de manos frecuente con agua y jabón o solución hidroalcohólica** después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.
- Se utilizarán **guantes desechables** para cualquier contacto con las secreciones del enfermo y tras su uso se desecharán y se lavará inmediatamente las manos.
- **El paciente llevará una mascarilla quirúrgica mientras el cuidador permanezca cerca de él**. No hay que tocar ni manipular la mascarilla mientras se lleve puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, se cambiará.

- Deberá extremar las medidas de precaución cada vez que entre en contacto con el caso o con sus fluidos (sangre, heces, orina, vómitos, saliva...) para lo cual deberá llevar guantes y mascarilla quirúrgica.
- **Limpieza de superficies**
- Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio), las superficies del baño y el inodoro deberán ser **limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico** que contenga lejía a una dilución 1:100 (1 parte de lejía y 99 partes de agua) preparado el mismo día que se va a utilizar.
- La persona encargada de la limpieza **deberá protegerse con mascarilla y guantes.**
- Tras realizar la limpieza se deberá realizar **higiene de manos.**
- **Manejo de residuos en el domicilio**
- **Lavar la ropa de cama, toallas,** etc. de las personas enfermas con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y dejar que se seque completamente. Esta ropa deberá colocarse en una bolsa con cierre hermético hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de lavarla.
- El material desechable utilizado por la persona enferma y sus cuidadores (guantes, pañuelos, mascarillas) y cualquier otro residuo del paciente, se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura. La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de sacarse de la habitación.
- La bolsa con los residuos podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa convenientemente cerrada.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón o preferiblemente en el lavavajillas.
- Tras el contacto con los residuos siempre se deberá realizar higiene de manos.