

Nuevo Coronavirus 2019

Aislamiento domiciliario

¿Qué es un aislamiento domiciliario?

Es la separación y restricción de las actividades de una persona con síntomas leves y es caso sospechoso o confirmado de infección por el nuevo coronavirus, para evitar contagiar el virus a otras personas.

❑ ¿Cuáles son las medidas que debe tomar?

El paciente con síntomas:

- **Habitación** individual bien ventilada. Baño aparte si es posible.
- Los convivientes deben estar en habitación distinta. Evitar convivencia con niños
- Manténgase alejado de personas y animales a más de 2 metros.
- Salir de la habitación lo menos posible (Ej.: ir al baño). Use **barbijo** si necesita salir de la habitación.
- Comunicarse a través de teléfono/celular, en lo posible.
- **No compartir:** artículos personales (cepillo de dientes, etc), platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas o ropa de cama. Después de usarlos lavar bien con agua y jabón.
- No permitir visitas.
- Lave sus manos frecuentemente, en especial antes de salir de habitación, luego de ir al baño.

La persona que cuida al paciente:

- Lo ideal es que lo cuide una sola persona sana sin enfermedad de riesgo y menor de 60 años. Limitar el número cuidadores.
- Debe usar barbijo quirúrgico bien ajustado cuando esté en la habitación del enfermo. No tocar el barbijo mientras esté puesto, si se moja o se mancha con secreciones cambiarlo. Tirar el barbijo luego de usarlo y lavarse las manos.
- Use guantes descartables para manipular heces, orina, ropa, toallas y sábanas usadas y desechos del paciente.
- Lave las manos frecuentemente, luego de atender al paciente, luego de quitarse los guantes, antes de retirarse el barbijo.

- Coloque un recipiente con bolsa en la habitación para tirar guantes, pañuelos, barbijos, otros desechos del enfermo y luego tirar junto con los residuos de la casa
- La ropa, sábanas, toallas usadas deben colocarse en una bolsa hasta ser lavada. Lavarlas aparte con agua y jabón o en lavarropas a 60°-90 °C con jabón habitual, que se sequen bien.

Limpieza de la casa y ventilación de los ambientes:

- Debe realizarse frecuentemente, no usar plumero ni escoba.
- Las superficies que se usan con frecuencia: baño, mesita de luz, mesa, escritorios, mesadas, etc., todos los días límpielas con agua y detergente y luego use un desinfectante domiciliario o lavandina diluida al 1% (Ejemplo: 1 pocillo de café (100ml) de lavandina en un balde de 10 litros de agua, o su equivalencia). Celulares, teclados usar alcohol 70° o productos según fabricante.

❑ ¿Qué hábitos previenen la diseminación del coronavirus y otros gérmenes respiratorios?

Cubra su boca y su nariz

-Cubrir la boca al toser o estornudar, con un pañuelo descartable o con la cara interna del codo.

Limpie las manos con frecuencia

-Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar o sonarse la nariz. Después de ir al baño, antes de comer o si están visiblemente sucias. Si no hay agua y jabón fácilmente disponibles, use un desinfectante que contenga alcohol 70%. Si tiene las manos visiblemente sucias use agua y jabón.

-Evite tocar los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Recuerde:

- Debe realizar consulta telefónica inmediata si los síntomas empeoran o si algún conviviente presenta fiebre, síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria).
- No deje de consultar cualquier síntoma que presente.
- No auto medicarse.

- **Quédese en casa**, Excepto para ir al médico, usando barbijo. No vaya al trabajo, escuela, etc. Evite usar transporte público, taxi

❑ **El fin del aislamiento lo indica su medico**

Nuevo COVID-19

Aislamiento domiciliario

para personas con **SÍNTOMAS LEVES**

**Para consultas o dudas
llame a los siguientes teléfonos**

- Provincia de Buenos Aires: 148
- Ciudad de Buenos Aires: 107



Lavarse las
manos con jabón
regularmente.



No llevarse
las manos a los
ojos ni la nariz.



Estornudar
en el pliegue
del codo.



Desinfectar
los objetos
que se usan
con frecuencia.