

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

- Alojarse al paciente en una habitación separada y bien aireada.
- Si es posible evitar que otra persona duerma en la misma habitación. Si no es posible el paciente debería utilizar una cama separada con distancia mínima de un metro de la otra cama.
- Tratar de reducir al mínimo el número de personas que estén en contacto con el paciente para atenderlo. Ideal sería que solo una persona se encargue de eso. Esta persona debería estar en buen estado de salud, sin padecer de enfermedades crónicas o de defectos inmunológicos.
- Mientras tenga síntomas de enfermedad (riesgo de contagio) el paciente no debe recibir visitas.
- Consígase una solución desinfectante virucida (gel hidroalcohólico o spray a base de alcohol) en un farmacia o droguería y colóquela al alcance a la salida de la habitación del enfermo.
- 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).
- 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 después de lavarlas con toallas desechables.
- 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 de llevar –si lo tolera– una mascarilla, además guantes desechables para protegerse de la contaminación con secreciones del paciente.
- 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 máscara 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 una solución 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 60° – 90 °. Recoja la ropa sucia en una bolsa y trate de tocarla lo menos posible (mejor con guantes).

- Recoja los guantes, las máscaras y otros desechos higiénicos en un recipiente tapado y elimínelo como deshecho infeccioso.
 - Los miembros del hogar deben tener cuidado de no contaminarse con objetos del entorno del paciente tal como el cepillo de dientes o las toallas. Trate de evitar de tocarse la cara (ojos, nariz) mientras está 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):

Hanna Kaduszkiewicz, Inst. für Allgemeinmedizin Universität Kiel

Michael M. Kochen, Inst. für Allgemeinmedizin, Universität Freiburg

Josef Pömsl, Hausarztzentrum Kaufering

27.02.2020

Traducción: André Jablonski