



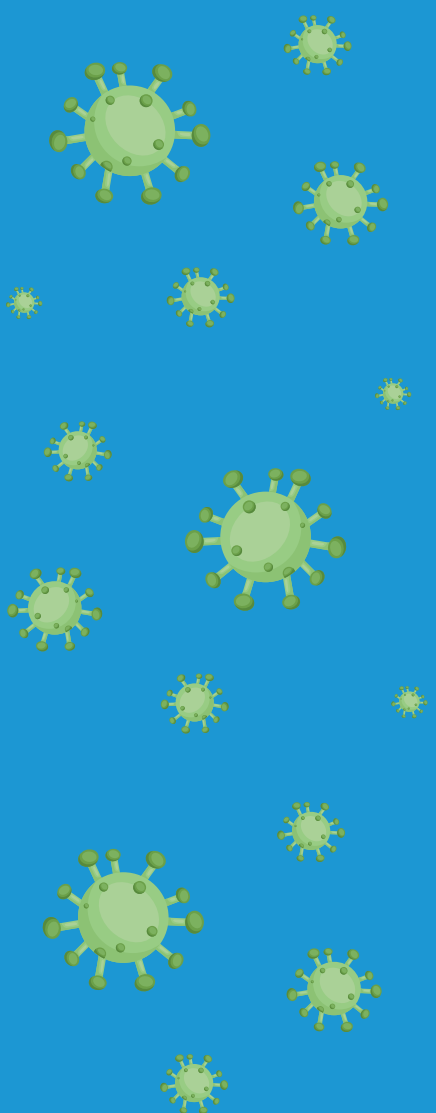
Guía de recomendaciones para el paciente en aislamiento en la casa



www.igssgt.org #QuédateEnCasa

Infórmate sobre
el COVID-19
2415-1800



The background of the page is a solid blue color. Scattered across the left side are several stylized, green, spherical virus particles. Each particle has a textured surface with small dots and several protruding, rounded spikes. They vary in size and are positioned at different heights and depths, creating a sense of floating or falling. The largest particle is near the top left, while others are smaller and more numerous towards the bottom and right.

Introducción

El cuidado de los enfermos de COVID-19 es importante para el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, por ello, a través de la Subgerencia de Prestaciones en Salud, hemos realizado una guía para que los familiares o personas a cargo de los pacientes con COVID-19 tengan las herramientas necesarias para cuidar y proteger la salud, tanto del paciente como de la familia en su entorno.

Por ello se hace una serie de recomendaciones y consejos que se deben seguir en el hogar, en donde se considera necesario el aislamiento para una persona que no es calificado como de alto riesgo, es decir que forma parte del 85 % de los pacientes con COVID-19 que no requiere hospitalización.

Es importante que la familia o personas que están al cuidado del paciente atiendan esta guía pues, los cuidados descritos, son de suma importancia para que el paciente pueda recuperarse sin complicaciones y así mismo, para evitar la propagación y contagio de las personas que habitan con él.

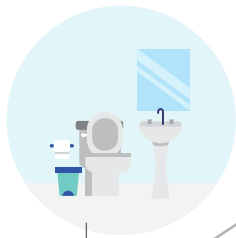
Se ha tomado en cuenta las condiciones y situaciones a las que se podría enfrentar una familia con un paciente con COVID-19, por lo que esta, ayudará a llevar esta etapa de la mejor manera posible.

Guía de recomendaciones para el paciente en aislamiento

El paciente deberá permanecer preferiblemente en una habitación de uso individual o en caso de que esto no sea posible, en un lugar en el que se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los convivientes en casa.



La puerta de la habitación deberá permanecer cerrada hasta la finalización del aislamiento. En caso de que sea necesario que el paciente haga uso de las áreas comunes de la vivienda, deberá utilizar mascarilla quirúrgica y realizar lavado de manos con agua y jabón al salir de la habitación y antes de entrar en ella.



Si es posible, se dispondrá de un baño para uso exclusivo del paciente, o en su defecto, deberá ser limpiado con: agua con cloro después de cada uso.



En el interior de la habitación deberá colocarse un bote de basura, idealmente con tapa de apertura de pedal, y en su interior una bolsa de plástico con cierre para depositar los residuos.

La habitación deberá tener una ventilación adecuada para evitar el uso de aire acondicionado. Las áreas comunes también deberán mantenerse bien ventiladas.



Se recomienda utilizar un teléfono para comunicarse con los familiares, sin necesidad de salir de la habitación.



Los utensilios de aseo personal son de uso individual, así como los productos para la higiene de manos como jabón o gel con alcohol.



La ropa personal, ropa de cama, toallas, etc. deberán ser de uso exclusivo del paciente y cambiarse frecuentemente. El paciente debe tener cubiertos, platos y vasos de uso personal.



La persona enferma deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con el codo flexionado o pañuelos desechables que se depositarán en el bote de basura dispuesto dentro de la habitación.



El paciente deberá lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón. También podrá utilizar alcohol en gel no menos del 60%.



La persona enferma y la familia **NO** deberán 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.



Guía de recomendaciones específicas para la persona responsable de los cuidados

Se evaluará de forma individual que las personas responsables de los cuidados de los pacientes con COVID-19 no tengan factores de riesgo como: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes mellitus, hipertensión arterial, embarazo.

Si el cuidado requiere una aproximación a una distancia inferior a un metro, el paciente llevará una mascarilla quirúrgica y el cuidador contará con una mascarilla N95.



Si es necesaria la prestación de cuidados para otras condiciones, por ejemplo, alguna discapacidad, se debe asignar a una sola persona que proporcione la atención.



Deberá lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o aplicación de alcohol en gel después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.

Como medidas adicionales se emplearán guantes desechables si se va a entrar en contacto con secreciones del enfermo, tras su uso, se desecharán y se lavarán las manos inmediatamente después.



- Esta persona será informada de que será considerada como **contacto estrecho**. Se hará un seguimiento telefónico de los contactos, adicionalmente, indicándoles que se realizará cuarentena domiciliar durante 14 días.
- El equipo podrá valorar situaciones individuales que requieran otro tipo de recomendación.
- Si durante los 14 días posteriores a la exposición el contacto desarrollara síntomas deberá contactar de forma inmediata con el equipo de atención.



Guía de recomendaciones preventivas para las personas que conviven la casa

Es importante en el caso del conviviente que vaya a realizar la atención al paciente estar pendiente a las recomendaciones para transmitirlos de manera clara, concreta y sencilla para reducir la alarma y la ansiedad de las personas enfermas.

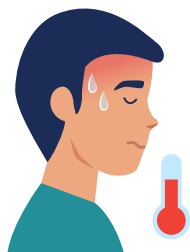


Los miembros de la familia y convivientes deben permanecer en una habitación diferente, teniendo el mínimo contacto con el caso. No se deben compartir objetos de uso personal tal como cepillos de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, ropa, etc.



Todos los convivientes deben lavarse las manos con agua y jabón o alcohol en gel después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.

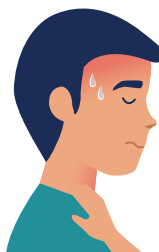
La familia y personas encargadas de los cuidados realizarán auto vigilancia de la aparición de síntomas de infección respiratoria aguda como:



Fiebre



Tos



Dolor de garganta



Dificultad para respirar



Diarrea



Vómitos



El equipo dejará una lista de chequeo con el fin de orientar a la familia y auto verificar el cumplimiento de las medidas.

y consultarán con los servicios de salud, si éstos aparecieran, con el fin de detectar rápidamente la aparición de un posible caso.

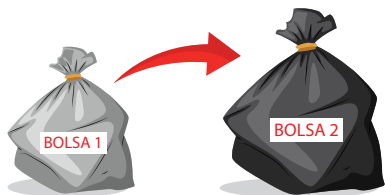
#IGSSContraCOVID19
#JuntosSaldremosAdelante



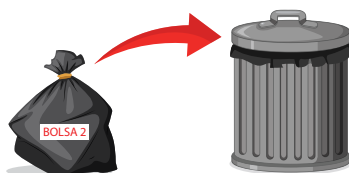
Infórmate sobre el COVID-19 (CORONAVIRUS)
Escanea el código QR o visita: www.igssgt.org/covid-19-sala-virtual/
Si tienes dudas llama al: 2415-1800

Guía de recomendaciones para el manejo de residuos y limpieza

- 1.** El material desechable utilizado por la persona enferma (guantes, pañuelos, mascarillas), debe eliminarse en una bolsa de plástico (BOLSA 1) en un bote de basura dentro de la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje y rociarla con agua con cloro (una cucharada sopera de cloro por cada litro de agua)



BOLSA 1 debe cerrarse adecuadamente e introducirla en una segunda bolsa de basura (BOLSA 2), al lado de la salida de la habitación, donde además se depositarán los guantes y mascarilla utilizados por el cuidador quien debe amarrar la bolsa antes de salir de la habitación.



La BOLSA 2, con los residuos anteriores, se depositará en la **bolsa de basura común** con el resto de los residuos domésticos y debe amarrarse lo más apretado posible.

2.



La bolsa de basura común se depositará exclusivamente en el basurero que recoge el sistema de recolección de basura. No se debe colocar en contenedores de reciclaje.

3.



Después de sacar la basura, se realizará una completa higiene de manos con agua y jabón, al menos por 40-60 segundos.



4. La ropa del paciente deberá colocarse en una bolsa plástica y amarrarla hasta el momento de lavarla. No sacudir la ropa antes de lavarla.



5. Lavar la ropa de cama, toallas, etc. de las personas enfermas con jabones o detergentes habituales. Se puede utilizar la lavadora o lavarla en una pila.



6. Se debe dejar que la ropa se seque completamente. Puede utilizarse secadora sin problema, pero separando la ropa del paciente de la del resto de la familia.



7. Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios del paciente reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón. preferiblemente en el lavatrastos o la pila.



8. Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, muebles del dormitorio), las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas y desinfectadas diariamente con: agua con cloro (una cucharada sopera por cada litro de agua) preparado el mismo día que se va a utilizar.



9. La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con guantes y mascarilla.



10. Tras realizar la limpieza deberá lavarse las manos con agua y jabón al menos por 40-60 segundos.



Preparación de agua con cloro



Cloro



Una cucharada sopera



Litro de agua



Colocar en un botella con atomizador



#Quédate
en Casa

EL IGSS CONTRA EL COVID-19

PREVENIR
LA PROPAGACIÓN DEL
COVID-19
ESTÁ EN TUS MANOS