

RECOMENDACIONES PARA AISLAMIENTO RESPIRATORIO EN EL DOMICILIARIO

A continuación, se relacionan recomendaciones de bioseguridad a tener en cuenta en caso de presencia de síntomas respiratorios y sospecha de infección por Sars Cov2 con el objetivo de proteger los demás miembros de la familia.

1. Aislamiento inmediato en habitación individual en caso de convivir con otras personas.
2. En caso de convivir con otras personas, disponer de baño individual si no es así se debe realizar higiene luego de cada uso.
3. Evitar el contacto con otras personas y si los convivientes tienen factores de riesgo, deberán trasladarse a otra vivienda en la medida de lo posible.
4. La puerta de la habitación debe permanecer cerrada hasta la finalización del aislamiento. En caso de que sea imprescindible que el paciente haga uso de las zonas comunes, deberá utilizar tapabocas de preferencia mascarilla N95 y realizar higiene de manos con alcohol al 70% al salir de la habitación y antes de entrar en ella.
5. La habitación deberá tener ventilación adecuada directa a la calle. Además, la vivienda deberá mantenerse bien ventilada.
6. Colocar en el interior de la habitación un cesto de residuos, con tapa de apertura a pedal, y en su interior una bolsa de plástico con cierre para depositar los residuos generados. No se realizará separación para reciclaje.
7. Los utensilios de aseo deben ser de uso individual, al igual que los productos para la higiene de manos como el jabón o la solución hidroalcohólica.

8. La ropa personal, ropa de cama, toallas, etc. deben ser de uso exclusivo del paciente y deberá ser reemplazada con frecuencia, de preferencia diariamente.
9. En todo momento respetar 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 cesto de residuos dispuesto dentro de la habitación tras su uso. Lavado de manos con frecuencia con agua y jabón o utilizar alcohol o gel antibacterial.
10. Los residuos generados en la habitación se eliminarán en una bolsa de plástico luego de cerrar adecuadamente la bolsa, se introducirá dentro de una segunda bolsa y se dispondrá al lado de la puerta de ingreso para ser retirada. Allí además se depositarán los guantes y tapabocas utilizados por aquella persona que ingrese a la habitación, si es necesario. Se cerrará adecuadamente antes de salir de la habitación y se incorporará a la bolsa con el resto de los residuos domésticos y se desechará en el contenedor de basura general.
11. Inmediatamente después del procedimiento se realizará una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos durante 40-60 segundos.
12. La ropa de cama, toallas, etc. de las personas enfermas debe ser lavada con los jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y secada completamente para volver a utilizarla. Esta ropa debe colocarse en una bolsa bien cerrada hasta el momento de lavarla. No sacudir la ropa antes de lavarla, utilizar tapabocas para este procedimiento.
13. Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios deben lavarse con agua caliente y jabón, de preferencia utilizar desechables.
14. Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de luz, muebles del dormitorio, etc.), las superficies del baño y el inodoro deben limpiarse y desinfectarse diariamente con un desinfectante doméstico que contenga hipoclorito.

15. En el caso de superficies que no sean aptas para la limpieza con soluciones de agua con detergentes o hipoclorito, como teléfonos celulares y teclados de computadoras, etc.; de ser aptos a limpieza con alcohol, utilizar solución alcohólica al 70%.
16. De ser necesario que otra persona se ocupe de la limpieza debe protegerse con guantes y tapabocas. Debe realizar higiene de manos antes y después de quitarse los guantes.
17. Tras realizar la limpieza, la persona que la realizó cumplirá indefectiblemente con la técnica de retiro del equipo de protección personal y de higiene de manos recomendadas