

## ACTUACIÓN ANTE CONTACTO

Los miembros de la familia, convivientes, personas encargadas del cuidado que componen el núcleo cercano de un ciudadano diagnosticado como 'caso confirmado', se deben identificar como 'contacto' según lo definido en el "Procedimiento de actuación frente a casos por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2"

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento\\_COVID\\_19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_COVID_19.pdf)

El ciudadano identificado como 'contacto', ante la aparición de cualquier síntoma contactará telefónicamente con su centro de salud para su valoración. Salud Pública podrían indicar la necesidad de seguimiento telefónico activo. No se recomienda la recogida de muestra de rutina para los contactos. Se informará sobre las precauciones de higiene respiratorio y lavado de manos, así como la limitación de actividades sociales y movimientos no esenciales, incluidas la aplicación de medidas de cuarentena si Salud Pública así lo considera.

## RECOMENDACIONES DE AISLAMIENTO EN EL DOMICILIO Y PLAN DE SEGUIMIENTO PARA EL PACIENTE

### ¿QUÉ TENGO QUE HACER SI ESTOY EN AISLAMIENTO PREVENTIVO?

- Deberá permanecer preferiblemente en una **estancia o 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.
- La **puerta de la habitación deberá permanecer cerrada**. En caso de que sea imprescindible ir a las zonas comunes del domicilio deberá utilizar mascarilla quirúrgica y **realizar higiene de manos** al salir de la habitación. Se mantendrán bien ventiladas las zonas comunes.
- La estancia o habitación deberá tener una **ventilación adecuada** directa a la calle. No deben existir corrientes forzadas de aire provenientes de sistemas de calor o refrigeración.
- Deberá disponer de un **baño para uso exclusivo**, o en su defecto, deberá ser limpiado con lejía doméstica tras cada uso que haga el paciente.
- Debe **lavarse las manos** con frecuencia con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar o manipular pañuelos que haya usado para cubrirse al toser. También puede utilizar **soluciones hidroalcohólicas** si las tuviera disponibles.
- Sería importante que pudiese disponer de un **intercomunicador** (como los utilizados para la vigilancia de los bebés) para comunicarse con los familiares, sin necesidad de salir de la habitación. También se puede hacer a través del móvil.
- En el interior de la estancia o habitación deberá colocarse un **cuadro de basura**, con tapa de apertura de pedal, y en su interior una **bolsa de plástico que cierre herméticamente para los residuos**.
- 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.

- Deberá seguir en todo momento las medidas de **higiene respiratoria**: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con pañuelos desechables o el codo flexionado, lavándose las manos inmediatamente después.
- **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.
- Todos los convivientes deben **lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica** después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.
- En el caso de una **madre lactante**, deberá **llevar una mascarilla** cuando esté cerca de su bebé y realizar una cuidadosa higiene de manos antes del contacto cercano con el bebé.

## ¿QUÉ TENGO QUE HACER SI SOY CUIDADOR DE UN PACIENTE EN AISLAMIENTO PREVENTIVO?

Se ha de procurar que sea una única persona la que proporcione atención al paciente:

- El paciente llevará una **mascarilla quirúrgica** mientras el cuidador permanezca cerca de él.
- 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.
- 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 idealmente:
- **Mascarilla quirúrgica**. No hay que tocar ni manipular la mascarilla mientras se lleve puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, se cambiará de inmediato. Se desechará después de su uso en un contenedor de residuos con tapa y **se realizará higiene de manos**.
- **Guantes desechables**. Se utilizarán para cualquier contacto con las secreciones del enfermo y tras su uso se desecharán y se lavará inmediatamente las manos.

## ¿QUÉ TENGO QUE HACER CON LOS 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), el EPI del personal sanitario (excepto gafas y mascarilla) y cualquier otro residuo del paciente, se eliminará en el **cuadro 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 cerrada herméticamente.
- 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**.

## ¿CÓMO TENGO QUE LIMPIAR LAS SUPERFICIES DE LA VIVIENDA?

- 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**.

## ¿CUÁNTO DURA EL AISLAMIENTO?

- Tras la resolución de los síntomas se recomienda realizar **dos tomas de muestras con una separación mínima de 48 horas** de la orofaringe y su envío al laboratorio según el procedimiento descrito para envío de muestras.
- Una vez obtenidos los resultados, y tras dos muestras seguidas negativas de un caso confirmado, **se valorará la finalización del aislamiento conjuntamente** con las autoridades de salud pública de la comunidad autónoma correspondiente. Según el resultado de dicha valoración, **se informará al caso y sus convivientes sobre la finalización del aislamiento**.
- Se continuará la asistencia sanitaria si el paciente la precisara.

## ¿QUÉ HAGO SI EMPEORO?

- Si las **condiciones clínicas empeoraran** o las situaciones en el domicilio hicieran insostenible el correcto manejo clínico a juicio del equipo sanitario, se contactará con el SUMMA 112 para **su derivación al hospital**.
- Se recomienda que el paciente vaya **sin acompañantes en la ambulancia**. En el supuesto de que sea imprescindible que el paciente esté acompañado (dependiente, menor u otra circunstancia) el acompañante necesitará una **mascarilla quirúrgica**.

## RECOMENDACIONES EN EL TRABAJO

Hay que tener en cuenta cómo se propaga el virus. Su manera de expandirse es mediante las pequeñas gotas de la nariz o la boca exhaladas por las personas que puedan estar infectadas, especialmente por la saliva y secreciones respiratorias expulsadas en los estornudos y la tos, y aunque el coronavirus no parece tener la capacidad de aguantar mucho en las superficies habrá que prestar especial atención a la higiene, tanto propias de cada trabajador como del centro o el puesto de trabajo en sí.

Se recomienda:

- **Extremar las medidas de precaución tanto durante el desplazamiento como en el puesto de trabajo**.
- Garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los trabajadores.

- Evitar las reuniones y concentraciones. Hacer uso de videoconferencia, videollamada, teléfono...
- Deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con pañuelos desechables o el codo flexionado, lavándose las manos inmediatamente después.
- Debe lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón, y al menos durante 20 segundos. También puede utilizar soluciones hidroalcohólicas si las tuviera disponibles.
- Desechar los pañuelos usados en papeleras, evitando que contacten con las superficies de los puestos de trabajo.
- Evitar las zonas que se tocan de manera masiva por los trabajadores, aunque estas se estén limpiando adecuadamente, y en caso de hacerlo deberá lavarse las manos como se ha reseñado anteriormente.
- Evitar las superficies de uso común (teléfonos, teclados, ratones...) y limpiarlas de forma rutinaria antes y después de su uso con material desechable. Deberá lavarse las manos posteriormente.
- Ante la aparición de cualquier clínica respiratoria contactará telefónicamente con su centro de salud para valoración, o con los teléfonos habilitados en su comunidad autónoma.
- Los servicios médicos de la Institución también estamos a disposición.