



GUÍA PRÁCTICA SOBRE

El Cuidado Domiciliario De Pacientes Con Sars - Cov 2

Elaborado por:
Perugachi Castelo Ana Gabriela



INTRODUCCIÓN COVID - 19

La Organización Mundial de la Salud (OMS), el 30 de enero del 2020 declaró como emergencia de Salud Pública de importancia Internacional al brote del nuevo coronavirus en la República Popular China y los casos exportados a otros países, para luego declararla como una pandemia.

Durante la emergencia sanitaria a nivel mundial, hubo un escaso nivel de conocimientos, actitudes y prácticas frente a la enfermedad ya que en su gran mayoría no conocían sobre las medidas de prevención adecuadas y como tratar el SARS-CoV-2.

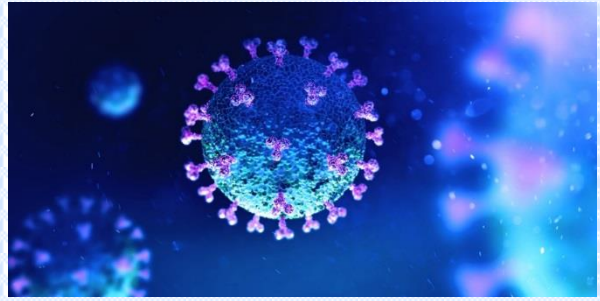
La enfermedad por coronavirus o Covid-19 se transmite entre las personas a través de gotas respiratorias y vías de contacto como fómites en el entorno inmediato alrededor de la persona infectada, así como también existen casos de personas asintomáticas que puede transmitir la enfermedad o simplemente tener síntomas graves o leves pudiendo brindar atención en el hogar con un manejo domiciliario adecuado en los pacientes con covid-19 positivo.

La presente guía permitirá estandarizar el cuidado domiciliario de pacientes con SARS-CoV-2, ya que el documento contiene información necesaria en la que nos indica también lo que son las medidas de bioseguridad, así como también recomendaciones para pacientes en aislamiento, cuidadores o familiares y el correcto manejo de desechos.



¿Que es la COVID-19?

COVID-19 es la enfermedad causada por el nuevo coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, declarado en Wuhan (República Popular China).



SIGNOS Y SÍNTOMAS



¿CÓMO EVITAR CONTAGIARSE O CONTAGIAR A OTROS?

Si

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón durante 60 segundos.



Mantener una distancia mínima de 2 metros con otras personas.



Al toser o estornudar, cubrirse la boca y nariz con el antebrazo.



Si es posible quedarse temporalmente en ambientes despejados y alejados de la ciudad.



No

NO tocarse la cara, ojos, boca o nariz ya que por ahí ingresa el virus al cuerpo.



NO saludar con la mano ni de beso.



NO compartir con nadie cuchara, plato, vaso etc.



NO buscar ayuda donde el curandero, yachak o tayta de la comunidad para no contagiarlo.



¿CUÁNDO DEBERÍA HACERME UNA PRUEBA DE LA COVID-19?

Todas las personas que presenten síntomas deben hacerse la prueba. Las personas que sean asintomáticas pero que hayan estado en contacto estrecho con alguien que esté o pueda estar infectado también pueden considerar la posibilidad de hacerse la prueba, cuando una persona esté a la espera de los resultados de la prueba, debe permanecer aislada de los demás.



¿QUÉ PRUEBA DEBERÍA HACERME?

En la mayoría de los casos se utiliza una prueba molecular para detectar el SARS-CoV-2 y confirmar la infección (PCR). Las muestras se recogen en la nariz o la garganta con un hisopo. Las pruebas moleculares detectan el virus en la muestra amplificando su material genético hasta niveles que permiten su detección.

VACUNAS PARA LA COVID-19

Existen tres vacunas al momento en el mercado como son:

- Pfizer
- AstraZeneca
- Sinovac

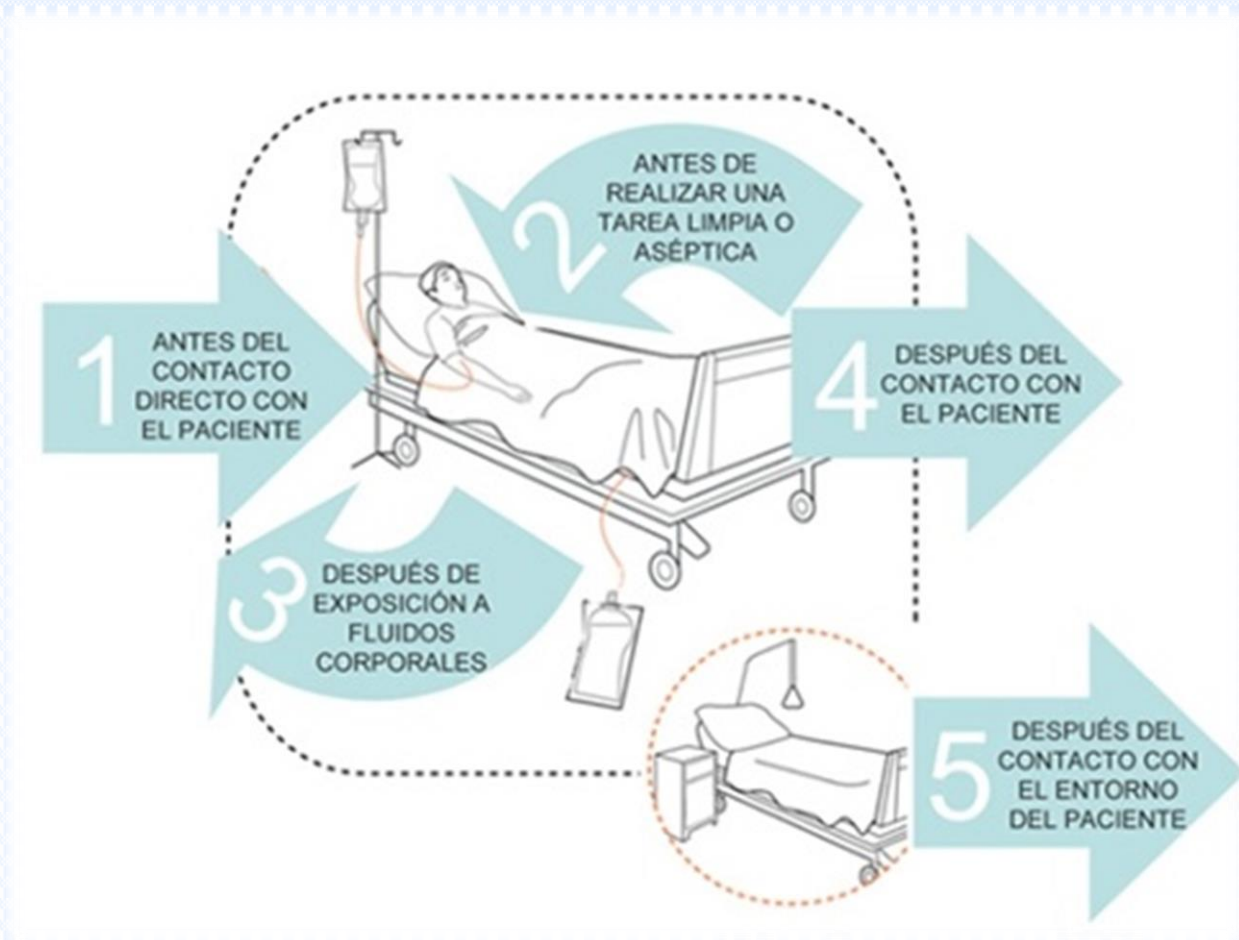


Lavado de manos

El lavado de manos es la frotación vigorosa de las manos previamente enjabonadas, seguida de un aclarado con agua abundante, con el fin de eliminar la suciedad, materia orgánica, y así evitar la transmisión de estos microorganismos y ayuda a prevenir enfermedades y propagación de infecciones de persona a persona.

CUANDO LAVARSE LAS MANOS

5 Momentos



¿Cómo lavarse las manos?



1 Mójese las manos



2 Deposite el jabón



3 Frótese las palmas de las manos



4 Enjabónese el lado externo de las manos



5 Frótese entre los dedos



6 Frótese el lado externo de los dedos en la palma de las manos



7 Frótese los pulgares



8 Lávese las uñas y las puntas de los dedos



9 Enjuáguese las manos



10 Séqueselas las manos



11 Use toallas de papel para cerrar el grifo



12 ¡Sus manos están limpias! :)

DURACIÓN DEL PROCEDIMIENTO: 40 - 60 SEGUNDOS

¿QUÉ HACER SI USTED U OTRA PERSONA PRESENTA SÍNTOMAS?

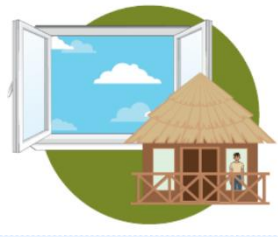


NO

Salga de su casa, a menos que sea para ser atendido por un médico.

SI

Mantenerse aislado en una habitación ventilada hasta 10 DÍAS después de haber presentado el último síntoma.



LA PERSONA ENFERMA DEBE: Usar obligatoriamente mascarilla todo el tiempo.



Descansar bien pero mantenerse en movimiento dentro de la casa.



Beber muchos líquidos (agua).



LA PERSONA ENFERMA DEBE: Usar mascarilla siempre que salga de su casa.



Mantenga una distancia de al menos de 2 metros al recibir o entregar comida.



Mantener la fiebre baja con paños de agua fría y/o con el uso de plantas medicinales.



Mantener la fiebre baja con paños de agua fría y/o con el uso de plantas medicinales.



RECOMENDACIONES PARA LA PERSONA RESPONSABLE DE LOS CUIDADOS DE PACIENTES CON COVID-19

SI CUIDA A UNA PERSONA CON COVID EN CASA SIGA ESTOS CONSEJOS PARA PROTEGERSE Y PROTEGER A LOS DEMÁS

Quien atiende al enfermo debe seguir estrictamente las medidas de bioseguridad

Realizar el lavado de manos tomando en cuenta los 5 momentos.

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón durante 60 segundos, o aplicar.

Manténgase alejado: la persona enferma debe comer (o se la debe alimentar) en su propia habitación, siempre que sea posible.

Desinfectar frecuentemente las superficies de la casa con agua y jabón o con alcohol.



Colóquese una mascarilla y pida a la persona enferma que también lo haga antes de ingresar a la habitación.

Brindar apoyo al paciente



- Ayude a satisfacer las necesidades básicas
- Ayude a la persona enferma a seguir las instrucciones de cuidado y medicamentos de su médico.
- Procure que la persona enferma beba mucho líquido y descansa
- Estar pendiente de los signos de alarma.

RECOMENDACIONES PARA PERSONAS CON COVID-19

SIGA LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES

Disponer de teléfono o intercomunicador para que la conversación con los demás miembros de la familia sea a través de la vía telefónica u otro medio similar de uso exclusivo del paciente para evitar salir de la habitación.

El uso de la mascarilla quirúrgica descartable, la OMS recomienda su uso durante el mayor tiempo posible, esta debe cubrir boca y nariz, desechar la mascarilla cada vez que se encuentre mojada o sucia.

La persona enferma debe lavarse las manos antes y después de acudir al servicio higiénico y dentro de la habitación debe usar soluciones hidroalcohólicas.

Beber líquidos de manera adecuada como agua, caldos, etc. para evitar deshidratación y comer de forma saludable.

En los casos de madres lactantes con sospecha de COVID-19, se recomienda mantener la lactancia desde el nacimiento, manteniendo medidas de aislamiento como higiene de manos y uso de mascarilla quirúrgica, o realizar la extracción de la leche y que esta sea administrada por un cuidador sano.

Es recomendable que se cuente con una agenda de números de los servicios de salud a los cuales comunicarse en caso de presentar agravamiento de la enfermedad.

**LLAME AL 911 O LLAME ANTES A SU CENTRO DE EMERGENCIAS LOCAL
NOTIFIQUE AL OPERADOR QUE NECESITA ATENCIÓN PARA ALGUIEN QUE TIENE
O PODRÍA TENER COVID 19**

La persona enferma debe comer (o se la debe alimentar) en su propia habitación, siempre que sea posible.



RECUERDA: Evitar compartir artículos personales No comparta: evite compartir platos, vasos, cubiertos, toallas, ropa de cama o artículos electrónicos (como un teléfono celular) con la persona enferma.

Practique Una Buena Higiene



Colóquese una mascarilla y pida a la persona enferma que también lo haga antes de ingresar a la habitación.

Utiliza tu mascarilla correctamente

De uso obligatorio en cualquier espacio público aunque se cumpla la distancia de seguridad

1



Lava bien tus manos antes de ponerte la mascarilla

2



La mascarilla debe cubrir nariz y boca

3



Evita tocar la mascarilla mientras la lleves puesta

4



No utilices la mascarilla durante más de 4 horas

5



Retira tu mascarilla por la parte trasera sin tocar el frontal

6



Si es reutilizable, lávala siguiendo las instrucciones del fabricante



Recuerda lavar tus manos frecuentemente y mantener la distancia de seguridad



RECUERDA: Implementar medidas preventivas cotidianas para evitar enfermarse: lávese las manos con frecuencia, evite tocarse los ojos, la nariz y la boca, y limpie y desinfecte las superficies frecuentemente.

¿Cuándo Y Cómo Limpiar Superficies Y Objetos?

Limpiar las superficies y objetos de contacto frecuente de manera regular (como manijas de las puertas, mesas, manijas, interruptores de luz, teléfonos, controles remotos y mesones). Limpie otras superficies de su casa si están visiblemente sucias o según sea necesario.



RECUERDA: Se debe usar un producto desinfectante que contenga alcohol (aproximadamente un 70%) o lejía. No es recomendable usar vinagre u otros productos naturales.

Manejo De Residuos En La Vivienda De Casos De Covid-19 En Aislamiento Domiciliario

Los desechos generados por pacientes con sospecha o positivos a COVID-19 dentro del hogar, bajo ningún caso, pueden ser usados para actividades de recuperación o reciclaje.



Limpeza de la ropa de la cama, toallas, ropa



Si es posible, la persona enferma recogerá la ropa que precise lavarse en una bolsa con cierre hermético (funda plástica). Si es la persona cuidadora quien recoge la ropa, lo hará dentro de la habitación, y deberá emplear guantes desechables y mascarilla (si está disponible). No sacuda la ropa al sacarla de la bolsa e introdúzcala inmediatamente en la lavadora. Hágalo con cuidado y si es posible vacíe la bolsa dentro

Los residuos de la persona enferma, incluido el material desechable utilizado por ella (guantes, pañuelos, mascarillas), se han de eliminar en una bolsa de plástico (BOLSA 1) en un cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje



La BOLSA 2, con los residuos anteriores, se depositará en la bolsa de basura (BOLSA3) con el resto de los residuos domésticos. La BOLSA 3 también se cerrará adecuadamente y se depositará exclusivamente en el basurero que recoge el sistema de recolección de basura. No se debe colocar en contenedores de reciclaje. Inmediatamente después se realizará una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.

Esté atento a sus síntomas

Esté atento a los signos de advertencia de emergencia del COVID-19.



Dificultad para respirar



Dolor o presión persistente en el pecho



Confusión



Fiebre



Piel, labios o lechos de uñas pálidos, grises o azulados, según el tono de la piel

¿QUÉ HACER SI ALGUIEN MUERE?

Si

La persona que manipule el cadáver debe obligatoriamente utilizar mascarilla y guantes, y debe proteger su ropa con plásticos.



Luego, debe desechar y enterrar la mascarilla y sumergir los guantes y la ropa en agua y jabón por varias horas; y bañarse inmediatamente con agua y jabón.



Enterrar el cuerpo en el sitio asignado **LEJOS** de las fuentes de agua.



No

NO ORGANIZAR VELORIO.



NO TOCAR EL CUERPO.



Monitoree su propia salud



Los cuidadores deben quedarse en casa y monitorear su salud para detectar síntomas del COVID-19 mientras cuidan a la persona enferma.

Los síntomas incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar, pero también pueden presentarse otros síntomas. La dificultad para respirar es el signo de advertencia más grave de que puede necesitar atención médica.

Los cuidadores pueden salir de su casa 10 días después de su último contacto cercano con la persona enferma (con base en el tiempo que tarda en desarrollarse la enfermedad) o 10 días después de que la persona enferma cumpla los criterios para finalizar el aislamiento en el hogar.

RECUERDA: Los cuidadores deberían seguir quedándose en casa luego de finalizar la atención. La mejor forma de protegerse y proteger a los demás es quedarse en casa por 14 días si cree que estuvo expuesto a una persona con COVID-19.

Más información en:

<https://www.cdc.gov/spanish>

<https://www.nwh.org/covid-19/nwh.org/media/file/CareatHomeSpanish.pdf>