

D. Manejo de residuos en el domicilio

21. Una vez retirada la ropa utilizada por el enfermo, su ropa de cama, toallas, etc., **deberá colocarse en una bolsa hasta el momento de lavarla**. Se evitará sacudir la ropa antes de lavarla. El **lavado se realizará con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C** y se dejará secar completamente.
22. El material desechable utilizado por la persona enferma y sus cuidadores (guantes, pañuelos, mascarillas), el equipo de protección individual del personal sanitario (excepto gafas y mascarilla) y cualquier otro residuo, **se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura. La bolsa de plástico debe cerrarse antes de sacarse de la habitación. La mascarilla y las gafas se deben retirar fuera de la habitación del paciente**, donde también habrá un recipiente para ello.
23. Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón o preferiblemente en el lavavajillas.
24. Los residuos del paciente, siempre introducidos en una bolsa cerrada podrán descartarse con el resto de los residuos domésticos.
25. Tras el contacto con los residuos siempre se deberá lavarse las manos con agua y jabón.

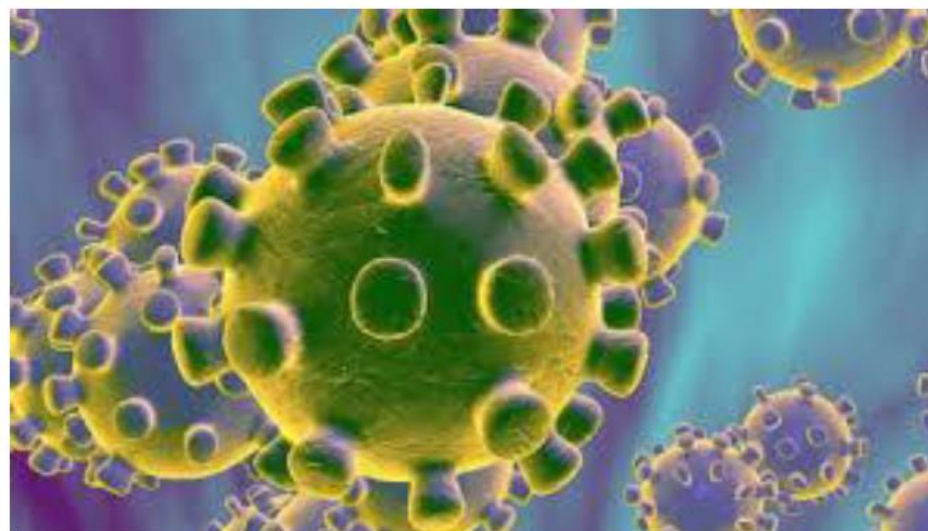
E. Limpieza de superficies

26. 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.
27. La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con mascarilla y guantes.
28. Tras realizar la limpieza se lavará manos con agua y jabón.

Información actualizada en:

<https://www.mscbs.gob.es/>

<https://www.saludinforma.es/>



**INSTRUCCIONES PARA LA ATENCIÓN DEL
PACIENTE CONFIRMADO DE COVID-19 Y SUS
CUIDADORES, EN EL DOMICILIO**

A. Lugar de aislamiento

1. El paciente deberá permanecer, hasta finalizar el aislamiento, **en una habitación de uso individual, con la puerta cerrada y con ventilación adecuada directa a la calle, sin corrientes forzadas de aire que procedan de sistemas de calor o refrigeración.** Si no es posible, permanecerá en un lugar en el que se garantice una **distancia mínima de 2 metros con los convivientes.**
2. Si es imprescindible ir a las zonas comunes deberá **utilizar mascarilla quirúrgica y realizar higiene de manos al salir de la habitación.** Las zonas comunes deben estar **bien ventiladas.**
3. Deberá disponer de un **baño para uso exclusivo del paciente.** Si no es posible, cada vez que el paciente utilice el baño **se limpiará con lejía doméstica.**
4. Como no es posible salir de la habitación, **la comunicación con los familiares se realizará, mediante un intercomunicador** (como los utilizados para la vigilancia de los bebés) o a través del móvil.
5. En la habitación deberá colocarse un **cuadro de basura, con pedal,** y en su interior una **bolsa de plástico que cierre herméticamente** para los residuos.
6. Se recomienda disponer **utensilios de aseo de uso individual** y de productos para la higiene de manos como jabón o solución hidroalcohólica.
7. Las toallas deberán ser de uso exclusivo. Han de cambiarse periódicamente y siempre que se encuentren húmedas.
8. La **persona enferma** deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: **cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con pañuelos desechables el codo flexionado, lavándose las manos con jabón inmediatamente después.**
9. La persona enferma **no puede recibir visitas** durante el periodo de aislamiento.
10. Se recomienda disponer de una **lista diaria de personas que accedan a la habitación,** en la que se indique la fecha.

B. Medidas de protección de las personas en el domicilio

Los miembros de la familia y convivientes deben permanecer en una habitación diferente, teniendo el mínimo contacto con el caso. Debe evitarse el contacto directo con los fluidos corporales, especialmente los orales o secreciones respiratorias y heces. No deben compartirse objetos de uso personal tal como cepillos de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, etc.

11. **El paciente deberá seguir de forma estricta las medidas descritas en los apartados 1 y 2.**

12. 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.
13. 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.**
14. Si el caso en investigación es una madre lactante, **se desaconseja la lactancia** hasta que sea descartada o confirmada la infección. Si se confirma la infección ha de seguir las indicaciones del personal sanitario correspondiente. En todo caso, debe **llevar una mascarilla cuando esté cerca de su bebé y realizar una cuidadosa higiene de manos** antes del contacto cercano con el bebé.
15. Se informará a los miembros de la familia y convivientes que **si el paciente es un caso en investigación y se convierte en un caso confirmado, los miembros de la familia y convivientes serán considerados contactos.**
16. Los miembros de la familia, convivientes y personas encargadas de los cuidados realizarán **autovigilancia** observando si aparecen síntomas de infección respiratoria aguda (**fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar**), consultando con los servicios de salud si éstos aparecieran.

C. Medidas de protección específicas para cuidadores

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

17. El paciente llevará una mascarilla quirúrgica mientras el cuidador permanezca cerca de él.
18. **La persona que realice los cuidados no tendrá factores de riesgo de complicaciones para el COVID-19:** enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes o embarazo.
19. El cuidador 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:
 - ✓ **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. La mascarilla se desechará después de su uso en un contenedor de residuos con tapa y se realizará lavado de manos con agua y jabón.
 - ✓ **Guantes desechables.** Se utilizarán **para cualquier contacto con las secreciones del enfermo.** Tras su uso se desecharán y se lavará inmediatamente las manos.
20. Deberá lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.