

Instrucciones para cuidadores ante la COVID-19

¿Cuida de un paciente cuyo análisis de laboratorio de COVID-19 arrojó un resultado positivo y que presenta síntomas, o al que están analizando ya que se sospecha que tiene COVID-19?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan a los cuidadores que sigan los pasos a continuación en el hogar a la hora de asistir a los pacientes que presenten síntomas y tengan un diagnóstico de laboratorio confirmado de COVID-19 positivo, o a personas que están siendo examinadas por sospecha de COVID-19.

CUANDO CUIDA AL PACIENTE

Asegúrese de que pueda entender y ayudar al paciente a seguir las instrucciones de su proveedor de atención médica con respecto a su medicación y sus cuidados.

Debe ayudar al paciente con sus necesidades básicas en el hogar y brindarle asistencia para comprar alimentos, buscar recetas médicas y resolver otras necesidades personales.

Monitoree los síntomas del paciente. Si el estado del paciente empeora, llame a su proveedor de atención



médica y dígame que se confirmó que el paciente tiene COVID-19 mediante un análisis de laboratorio. Esto ayudará a que la oficina del proveedor de atención médica tome las precauciones necesarias para impedir que se infecten otras personas presentes en el consultorio o en la sala de espera. Pídale al proveedor de atención médica que le ponga en contacto con el departamento de salud local o estatal para recibir más instrucciones. Si el paciente tiene una emergencia médica y usted necesita llamar al 911, notifique al personal de atención que el paciente tiene COVID-19 o que se le realizó un análisis para confirmar si lo tiene.

PARA EL HOGAR

Los miembros del hogar deben permanecer en otra sala o en un lugar separado del paciente lo más que puedan.

Los miembros del hogar deberían usar una habitación y un baño aparte, si los hubiera.

Pídale al paciente que use una tela o una mascarilla desechable (que le cubra la nariz y la boca) cuando esté con otras personas, incluido el cuidador. Si el paciente no puede usar una mascarilla, el cuidador deberá usar una mientras esté en la misma habitación que el paciente. Si el paciente debe estar en el mismo lugar que otras personas, como, por ejemplo, dentro de su hogar, en un vehículo

o en el consultorio de un médico, deberá usar una mascarilla que le cubra la boca y la nariz.

Prohíba la visita de aquellas personas cuya presencia no sea esencial en el hogar.

Los miembros del hogar deberán cuidar de las mascotas del lugar. El paciente no debe tocar mascotas u otros animales mientras esté enfermo.

Asegúrese de que tengan buena ventilación los espacios compartidos del hogar, ya sea porque haya un aire acondicionado o una ventana abierta, si el clima lo permite.

Evite compartir objetos del hogar con el paciente. No debe compartir vajilla, vasos, tazas, cubiertos, toallas, ropa de cama ni otros elementos. Después de que el paciente use todos esos elementos, deberá lavarlos meticulosamente (consulte la sección "Lavar la ropa meticulosamente").



831.430.3000
hospicesantacruz.org

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional de Vacunación y Enfermedades Respiratorias (NCIRD, por sus siglas en inglés), División de Enfermedades Virales. Información al 8/4/2020.
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/prevention.html>

PARA PREVENIR UNA INFECCIÓN



Lávese las manos adecuadamente con frecuencia. Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos, o utilice desinfectante de manos a base de alcohol que contenga 60 a 95 % de alcohol en toda la superficie de las manos. Frote las manos entre sí hasta que estén secas. Utilice agua y jabón, preferentemente si tiene las manos visiblemente sucias.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos no higienizadas.

Pídale al paciente que use una mascarilla que le cubra la nariz y la boca cuando esté con otras personas, incluido el cuidador. Si el paciente no puede usar una mascarilla (por ejemplo, porque le impide respirar), usted, al ser el cuidador, deberá usar una cuando esté en la misma habitación que el paciente.

Use una mascarilla y guantes cuando toque sangre, heces o fluidos corporales del paciente como saliva, esputo, mucosidad nasal, vómito y orina, o entre en contacto con estos.



CUANDO USE UNA MASCARILLA DESECHABLE:

- Deseche las mascarillas y los guantes desechables luego de usarlos. No los reutilice.
- Cuando se quite el equipo protector, primero quítese los guantes y deséchelos. Luego límpiase las manos de inmediato con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol. A continuación, quítese y tire la mascarilla, y límpiase las manos de inmediato nuevamente con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol.

CUANDO USE UNA MASCARILLA NO DESECHABLE:

- En cuanto a las mascarillas de tela no desechables, como aquellas hechas en casa, los CDC recomiendan lavarlas a menudo según la frecuencia de uso. Para higienizar correctamente las mascarillas de tela, es suficiente lavarlas en el lavarropas.
- Cuando se quite el equipo protector, primero quítese los guantes y deséchelos. Luego límpiase las manos de inmediato con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol. A continuación, quítese la mascarilla de tela, siga las instrucciones de lavado (consulte la sección “Lavar la ropa meticulosamente”) y límpiase las manos de inmediato nuevamente con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol.



USE LAS MASCARILLAS CORRECTAMENTE. LAS MASCARILLAS DE TELA HECHAS EN CASA Y LAS TELAS PARA CUBRIR LA CARA DEBEN:

- Quedarle justas, pero cómodas en la cara
- Estar aseguradas con lazos o cintas para las orejas
- Incluir múltiples capas de tela, si es una mascarilla de tela
- Permitir respirar sin restricción
- Poder lavarse y secarse a máquina, en el caso de una mascarilla de tela, sin dañarse ni cambiar de forma



Para obtener más información sobre cómo usar mascarillas caseras para evitar propagar la COVID-19 e instrucciones sobre cómo hacerlas, visite:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

Evite compartir objetos del hogar con el paciente. No debe compartir vajilla, vasos, tazas, cubiertos, toallas, ropa de cama ni otros elementos. Después de que el paciente use todos esos elementos, deberá lavarlos meticulosamente (consulte más abajo la sección “Lavar la ropa meticulosamente”).

(Continuación)

PARA PREVENIR UNA INFECCIÓN (CONTINUACIÓN)



Limpie todas las superficies con las que suele tener más contacto, como mostradores, mesas, picaportes, accesorios del baño, retretes, teléfonos, teclados, tabletas y mesas de luz, todos los días. También, limpie todas las superficies que puedan tener sangre, heces o fluidos corporales.

- Use un rociador o un paño de limpieza para el hogar tal como lo indican las instrucciones en la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para el uso seguro y efectivo del producto de limpieza, e incluyen las precauciones a tener en cuenta cuando aplique el producto, como usar guantes y asegurarse de que haya una buena ventilación cuando use el producto.

Lavar la ropa meticulosamente.



- Quite y lave de inmediato las prendas o la ropa de cama que tengan sangre, heces o fluidos corporales.
- Use guantes desechables cuando manipule elementos sucios y mantenga dichos elementos sucios lejos del cuerpo. Límpiase las manos (con agua y jabón, o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Lea y siga las instrucciones de las etiquetas de la ropa sucia o las prendas, y del detergente. En general, use un detergente normal y siga las instrucciones de la lavadora, y seque la ropa con la temperatura más caliente que recomienden las etiquetas de las prendas.

Coloque todas las mascarillas y los guantes desechables y otros elementos contaminados en un contenedor forrado antes de desecharlos junto con otros residuos del hogar. Límpiase las manos (con agua y jabón, o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de manipular estos elementos. Utilice agua y jabón, preferentemente si tiene las manos visiblemente sucias.



Aclare cualquier duda adicional con el departamento de salud estatal o local, o con su proveedor de atención médica. Consulte las horas de atención antes de comunicarse con su departamento de salud local.

Para obtener más información, visite:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html>

La Agencia de Servicios de Salud del Condado de Santa Cruz emitió una orden que exige que todas las personas utilicen una mascarilla cuando reciban servicios en organizaciones de atención médica. Para garantizar la seguridad de nuestros pacientes, nuestras familias y nuestro personal, el Hospice of Santa Cruz County cumplirá esta orden y solicitará que los miembros de su hogar usen mascarillas durante nuestras visitas.

También le pedimos que respete el distanciamiento social durante nuestras visitas, que implica mantener una distancia de 6 pies (2 metros), y que se limite la cantidad de personas en la habitación a uno o dos familiares o cuidadores.

Estos pedidos son para garantizar la seguridad de su familia, la nuestra, y la de otros pacientes a los que atendemos.



831.430.3000
[hospicesantacruz.org](https://www.hospicesantacruz.org)

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional de Vacunación y Enfermedades Respiratorias (NCIRD, por sus siglas en inglés), División de Enfermedades Virales. Información al 8/4/2020.
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/prevention.html>