

INDICACIONES DE AISLAMIENTO DOMICILIARIO

PARA PACIENTES SOSPECHOSOS O CON
DIAGNÓSTICO CONFIRMADO DE COVID-19

1



¿Dónde debo transcurrir el aislamiento domiciliario?

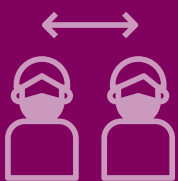
El aislamiento debe realizarse en una habitación individual y con buena ventilación al exterior, manteniendo la puerta cerrada.

Baño de uso exclusivo, de no tener limpiarlo después de cada uso con lavandina diluida 1/50 (1 litro de agua + 20 ml de lavandina).

Debe contar con teléfono para garantizar una comunicación permanente en caso de requerirlo.

Debe tener asistencia para realizar las compras mientras dure el aislamiento. De solicitar un delivery, y no hay nadie para recibirlo, deben dejarlo en la puerta.

2



¿Con quién puedo convivir?

Se debe reducir al mínimo el número los convivientes y otros contactos.

Las personas mayores de 65 años o menores de 12 meses, o con factores de riesgo (hipertensión, diabetes, cáncer, insuficiencia renal, defensas disminuidas, enfermedad pulmonar crónica, etc.) no deberán compartir la misma vivienda.

Evitar el uso de espacios comunes y mantenerlos bien ventilados. Si esto no es posible, mantener una distancia de al menos a 2 metros y usar barbijo quirúrgico.

No debe recibir visitas (excepto personal que esté involucrado en forma directa en su seguimiento y atención), ni salir de su domicilio.

De tener mascotas, no puede sacar a pasearlas.

3



¿Qué medidas de higiene debo cumplir?

Limpie y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia. El baño y el inodoro deben limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día con un desinfectante de superficie como agua con lavandina al 1/50 (1 litro de agua + 20 ml de lavandina).

En el caso de las superficies que no sean aptas para la limpieza con detergentes o lavandina (celulares, teclados, etc.) utilizar solución alcohólica al 70%.

4



¿Cuándo y cómo debo lavarme las manos?

Debe lavarse las manos de manera frecuente y con la técnica correcta, con agua y jabón durante al menos 60 segundos. Puede usar un desinfectante de manos si no hay agua y jabón disponibles.

Puede acceder a un instructivo con la técnica de lavado de manos haciendo [click aquí](#).

Recuerde cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con el codo flexionado o pañuelos desechables.

5



¿Qué debo hacer con la ropa sucia?

No agitar la ropa sucia y colocarla en una bolsa separada.

Lavar en el lavarropas separado del resto de la ropa sucia, con los jabones o detergentes habituales a 60-90 °C.

Deje secar completamente antes de utilizarla.

Las personas que manipulen la ropa para su lavado deberán usar barbijo quirúrgico.

6



¿Puedo compartir elementos con otras personas?

No se deben compartir platos, vasos, cubiertos, etc., con otras personas en el hogar. Después de su uso, deben lavarse minuciosamente con detergente o jabón y agua.

Los efectos de aseo deben ser de uso individual, al igual que los productos para la higiene de manos como el jabón o la solución hidroalcohólica.

La ropa de cama y toallas deben ser de uso exclusivo del paciente y cambiarse cada 72 h.

7



¿Qué debo hacer con los residuos?

Debe colocar en el interior de la habitación un tacho de basura, preferentemente con tapa de apertura de pedal. Una vez llena la bolsa, se cierra y coloca dentro de una segunda bolsa, para luego colocarla dentro de la bolsa de basura del resto de la casa.

Esta basura no debe reciclarse.

8



¿Qué me debe alertar sobre mi evolución?

En caso de presentar **empeoramiento del estado general, fiebre persistente, dificultad para respirar o cualquier otro síntoma que le llame la atención**, consulte al Equipo Médico designado por su Obra Social o al Servicio de Emergencias.