

### Los comportamientos sociales

1



La persona con sospechada o acertada infección COVID-19 deben estar alejadas de los otros familiares, si es posible, en una habitación individual bien ventilada y no debe recibir visitas.

2



Las manos deben ser lavadas con atención, con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica después de cada contacto con el enfermo o con su ambiente, antes y después de haber preparado la comida, antes de comer, después de haber ido al baño y cada vez que las manos estén sucias.

3



Las manos deben secarse usando toallas de papel desechables. Si ésto no es posible, usar toallas sólo para las manos y cambiarlas cuando están húmedas.

4



Si no se usan pañuelos de papel para la nariz, lavar los pañuelos de tela usando jabón normal o detergente y agua.

5



Evitar el contacto directo con los líquidos del cuerpo, en particular las secreciones de la boca o de la nariz, heces y orina utilizando guantes desechables.

6



Si un miembro de la familia muestra los primeros síntomas de una infección respiratoria aguda (fiebre, tos, dolor de garganta y dificultades respiratorias), contactar el médico de referencia, la guardia médica o los números regionales.

### La asistencia

1



Quien asiste al enfermo debe estar en buena salud y no tener enfermedades que lo pongan en riesgo de contagio.

2



Los miembros de la familia deben estar en otras habitaciones o, si no es posible, mantener una distancia de al menos 1 metro de la persona enferma y dormir en otra cama.

3



Quien asiste al enfermo debe usar una mascarilla quirúrgica cuidadosamente colocada en la cara cuando se encuentra en la misma habitación. Si la mascarilla está mojada o sucia por las secreciones es necesario cambiarla inmediatamente y lavarse las manos después de haberla cambiada.

4



Quien asiste al enfermo debe cubrirse la nariz y la boca cuando tose o estornuda utilizando pañuelos posiblemente desechables o el interior del codo y luego lavarse muy bien las manos.

5



No compartir con el enfermo cepillo de dientes, cigarrillos, instrumentos de cocina, toallas, sábanas, etc.

6



Utilizar la mascarilla cuando se cambian las sábanas de la cama del enfermo.

### La limpieza

1



Utilizar contenedores con apertura a pedal dotados de doble funda (una queda en el contenedor y la otra se bota), puestos dentro de la habitación del enfermo, para botar guantes, pañuelos, mascarillas y otros desechos.

2



En caso de aislamiento domiciliario se suspende la separación de la basura para evitar la acumulación de materiales potencialmente peligrosos que deben ser botados en el contenedor de la basura indiferenciada.

3



Poner la ropa contaminada en una funda dedicada a la ropa sucia usando los guantes. No sacudir la ropa sucia y hay que evitar el contacto directo con la piel o la ropa.

4



Limpiar y desinfectar diariamente usando guantes y delantales protectores (ej. un delantal de plástico) las superficies como veladores, somieres y otros muebles de la habitación del enfermo, servicios higiénicos y superficies de los baños con un normal desinfectante doméstico, o con productos a base de cloro (cloretol) en la concentración de 0,5% de cloro activo o también con alcohol 70%.

5



Lavar ropa, sábanas, toallas, etc. del enfermo en lavadora a 60-90°C usando un normal detergente o también a mano con un normal detergente y agua. Hacer secar bien los indumentos al aire libre.