

# Medidas precautorias recomendadas para los miembros del hogar, parejas íntimas y cuidadores de pacientes con sospecha o confirmación de COVID-19

# COVID-19

Actualización: 14 de febrero de 2020

## Medidas precautorias recomendadas para los miembros del hogar, parejas íntimas y cuidadores de pacientes con sospecha o confirmación de COVID-19

Los miembros del hogar, las parejas íntimas y los cuidadores en un entorno no sanitario podrán tener contacto cercano con una persona con COVID-19 sintomática y confirmada por el laboratorio, o con una persona que esté siendo investigada. Las personas en contacto cercano deben monitorear su salud; deben llamar a su proveedor de atención médica de inmediato si desarrollan síntomas que sugieran la presencia de COVID-19 (por ejemplo, fiebre, tos, falta de aire).

Las personas con contacto cercano también deben seguir estas recomendaciones:

- Asegúrese de comprender y poder ayudar al paciente a seguir las instrucciones de su proveedor de atención médica con respecto a la medicación y el cuidado. Usted debe ayudar al paciente con las necesidades básicas en el hogar y proporcionar apoyo para obtener alimentos, recetas médicas y otras necesidades personales.
- Monitoree los síntomas del paciente. Si el paciente empeora, llame a su proveedor de atención médica y dígame que el paciente tiene COVID-19 confirmado por el laboratorio. Esto ayudará al personal médico a tomar medidas para evitar que otras personas en las instalaciones médicas o en la sala de espera se contagien. Pida al proveedor de atención médica que llame al departamento de salud local o estatal para obtener orientación adicional. Si el paciente tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de traslado que el paciente tiene o está siendo analizado por COVID-19.
- Los miembros del hogar deben permanecer en otra habitación o estar separados del paciente tanto como sea posible.  
Los miembros del hogar deben usar un dormitorio y un baño separados, si los hay disponibles.
- Prohíba las visitas de personas que no tengan una necesidad esencial de estar en la casa.
- Los miembros del hogar deben encargarse de las mascotas de la casa. Evite el contacto con mascotas u otros animales mientras esté enfermo. Para más información, consulte COVID-19 y los animales.
- Asegúrese de que los espacios compartidos en el hogar tengan un buen flujo de aire, como el generado por un dispositivo de aire acondicionado o una ventana abierta, si el clima lo permite.
- Higienice las manos con frecuencia. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o utilice un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga entre un 60 y un 95% de alcohol. Asegúrese de cubrir toda la superficie de las manos y frótelas hasta que se sientan secas. Si las manos están visiblemente sucias, debe usarse de preferencia agua y jabón.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se ha lavado las manos.
- Usted y el paciente deben usar una mascarilla si están en la misma habitación.
- Use una mascarilla y guantes desechables cuando toque o entre en contacto con sangre, heces o fluidos corporales del paciente, como saliva, esputo, moco nasal, vómito u orina.
  - Deseche las mascarillas y guantes descartables después de usarlos. No los reutilice.
  - Al quitarse el equipo de protección personal, primero retire y deseche los guantes. Después, lave inmediatamente sus manos con agua y jabón o desinfectante de manos a base de alcohol. A continuación, quítese y deseche la mascarilla e inmediatamente vuelva a higienizar las manos con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Evite compartir los artículos del hogar con el paciente. No debe compartir platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas, ropa de cama u otros artículos. Después de que el paciente utilice estos artículos, debe lavarlos a fondo (véase más abajo "Lavar la ropa a fondo").
- Limpie diariamente todas las superficies de "contacto frecuente", como mostradores, mesas, perillas de las puertas, accesorios del baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche. Asimismo, limpie cualquier superficie sobre la que pueda haber sangre, heces o fluidos corporales.
  - Utilice aerosol o toallitas de limpieza doméstica, según las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen las instrucciones para el uso seguro y efectivo del producto de limpieza, incluyendo las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como usar guantes y asegurarse de tener una buena ventilación durante el uso del producto.
- Lavar la ropa a fondo.
  - Retire y lave inmediatamente la ropa o la ropa de cama que tenga sangre, heces o fluidos corporales.
  - Use guantes desechables mientras manipule objetos sucios y mantenga los objetos sucios lejos de su cuerpo. Lávese las manos (con agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol) inmediatamente después de quitarse los guantes.
  - Lea y siga las instrucciones de las etiquetas de la ropa o de las prendas de vestir y del detergente. En general, utilice un detergente normal para ropa según las instrucciones de la lavadora y séquela bien utilizando las temperaturas más cálidas recomendadas en la etiqueta de la ropa.
- Coloque todos los guantes desechables usados, mascarillas y otros elementos contaminados en un contenedor forrado antes de eliminarlos junto con otros residuos domésticos. Inmediatamente después de manipular estos artículos, lávese las manos (con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol). Si las manos están visiblemente sucias, debe usarse de preferencia agua y jabón.
- Comente cualquier duda adicional con su departamento de salud estatal o local, o con su proveedor de servicios de salud.