

PROTOCOLO DE AISLAMIENTO EN CASA PARA CASOS POSITIVOS O SOSPECHOSOS A COVID-19

1. MEDIDAS DE HIGIENE

Para aislar a una persona contagiada o sospechosa de contagio de COVID-19, en su propia casa es conveniente que disponga de una habitación de uso exclusivo o de un lugar aislado del resto de las personas que habitan en el mismo lugar. También es recomendable no compartir baño, en dado caso este sea compartido implementar el mismo procedimiento de desinfección (abajo descrito – solución desinfectante) con el infectado o posible infectado y evitar en la medida de lo posible, coincidir con otras personas en las distintas habitaciones de la vivienda para cumplir el protocolo de mantener al menos dos metros de distancia con cualquier caso positivo o sospechoso.

ES IMPORTANTE RECORDAR QUE UN GRAN PORCENTAJE DE PORTADORES DE LA ENFERMEDAD NO VAN A PRESENTAR SINTOMAS, PERO PUEDEN CONTAGIAR A OTRAS PERSONAS.

Tomar en cuenta las siguientes medidas:

- Siempre que se pueda, se recomienda instalar al paciente en una habitación de uso exclusivo.
- Asegurar una buena ventilación y una ventana con acceso a la calle.
- Si es posible, reservar un cuarto de baño para la persona contagiada.
- La puerta debe permanecer cerrada.
- Un cubo de basura con tapa automática y bolsa en su interior con cierre hermético para desechos del paciente.
- Para minimizar el contacto, el paciente intentará comunicarse con el resto de los familiares o convivientes a través del móvil.
- Debe limitar la circulación por el hogar a situaciones imprescindibles.
- Mantener al menos una distancia al menos 2 metros con el paciente.
- Si sale de la habitación, se recomienda el uso de la mascarilla y una correcta higiene de manos con agua y jabón o un desinfectante a base de alcohol.

Cuando convive con un contagiado o sospechoso de COVID-19 es imprescindible una limpieza exhaustiva diaria para evitar nuevos contagios. Se debe prestar especial atención a las superficies que haya podido tocar la persona.

No compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas ni ropa de cama con las demás personas de la vivienda. Se recomienda identificarlos con marcador indeleble o pintura de uñas en los utensilios de la persona infectada o posiblemente infectada. Se puede utilizar platos y cubiertos desechables, con los cuales se debe de tener cuidado al desecharlos.



La persona encargada de la limpieza deberá usar **mascarilla y guantes**

Para la limpieza debe usarse una **solución desinfectante**.

Limpie diariamente **todas las superficies de contacto frecuente** picaportes, mesas, interruptores, grifos, modoros, teléfonos y teclados

Lavar los trastos que utilice el paciente por separado con **agua caliente**.

Lavar la **ropa del paciente** por separado con detergente y **agua caliente**.

Permitir que seque bien.

La **solución desinfectante** se puede preparar utilizando una dilución de cloro en una proporción de 2 tazas de cloro por cada 4 litros de agua, limpie con esta solución y luego enjuague con agua limpia.

Los residuos contaminados de un infectado o sospechoso de contagio por el coronavirus COVID-19 pueden ser peligrosos para la seguridad del resto de personas que conviven con él o ella. Por ello, un tratamiento correcto de los restos generados puede evitar posibles contagios. Es imprescindible el uso de elementos de limpieza desechables, aislar correctamente y en bolsa de plástico la basura, y una higiene personal exhaustiva tras el tratamiento de estos residuos.



Tire los **guantes** y la **mascarilla** a la basura y lávese las manos a continuación.

La basura debe estar dentro de una **bolsa de plástico cerrada**.

La toalla del contagiado tendrá **un único uso** y se meterá en un cubo específico.

2. RECOMENDACIONES DE CUIDADO Y ALIMENTACIÓN:

- Procure dormir bien, descanse y manténgase bien hidratado.
- Se recomienda ingerir frutas y verduras, sopas y bebidas calientes.

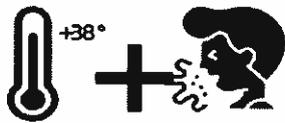
3. MEDICACION

No existe medicamento específico para tratar la enfermedad, únicamente se pueden tratar los síntomas. Si se presenta fiebre se puede tomar Acetaminofén ó Paracetamol, una tableta de 500 mg cada 6 horas.

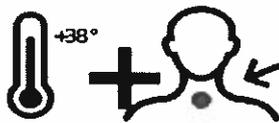
Los antibióticos no funcionan para tratar la enfermedad, **NO SE AUTOMEDIQUE.**

4. VIGILAR SUS SINTOMAS

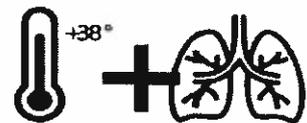
- **Los síntomas comunes del COVID-19 incluyen fiebre y tos.** La dificultad para respirar es un síntoma más grave, lo cual significa que debe de buscar atención médica, contactando al equipo médico para que llegue a su casa o lugar donde se encuentre guardando aislamiento. Por ningún motivo salir del mismo.



Fiebre y tos



Fiebre y dolor de garganta



Fiebre y dificultad para respirar

- **Siga las instrucciones sobre cuidados que le indique su médico.**
- **Si presenta síntomas graves.** Busque atención médica de inmediato, a través de los entes correspondientes (número telefónicos adjuntos al final del texto). Y espere a que estos lleguen a su casa. Por ninguna razón salga de su casa o lugar donde se encuentre guardando su aislamiento. Estos signos de emergencia incluyen:
 - **Dificultad para respirar.**
 - **Dolor o presión persistentes en el pecho.**
 - **Confusión que no haya presentado antes, o que no lo puedan despertar.**
 - **Labios o cara azulados.**

Consultar a su médico si presenta otros síntomas no incluidos en esta lista.

4. COMO FINALIZAR EL AISLAMIENTO

Las personas que se aislaron en casa con COVID-19 pueden poner fin a su aislamiento bajo las siguientes condiciones:

4.1 Si no se hará la prueba para determinar si aún es contagioso, puede salir de la casa después de que hayan sucedido estas tres cosas:

- No ha tenido fiebre por al menos 72 horas (o sea tres días completos sin fiebre y sin uso de medicamentos para la fiebre).
- Han mejorado los otros síntomas (tos y dificultad para respirar).
- Ha pasado al menos 10 días desde que comenzó a tener síntomas.

4.2 Si se hará la prueba para determinar si aún es contagioso, puede salir de la casa después de que hayan sucedido estas tres cosas:

- Ya no tiene fiebre (sin uso de medicamentos para la fiebre).
- Los otros síntomas han mejorado (la tos y la dificultad para respirar).
- Los resultados de la prueba han dado negativo dos veces seguidas, con una separación de 24 horas.

5. EN CASO DE EMERGENCIA

Llamar a los siguientes números:



Teléfono de Emergencia

- 1517 y 1540 del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.
- 122 Bomberos Voluntarios.
- 123 Bomberos Municipales.
- 1554 Bomberos Municipales Departamentales.
- 125 Cruz Roja Guatemalteca.

Lic. Cristian E. Alvarado
Gerente Administrativo



Lic. César Augusto Ibarra
Gerente de Seguridad Institucional



Lic. Marco Antonio Sierra Molin
Gerente de Recursos Humanos Interim
Gerente de Recursos Humanos



Lic. Humberto Caballeros Aguilar
Subgerente
Relación Social Externa



Página 4 de 4

PROTOCOLO DE AISLAMIENTO EN CASA PARA CASOS POSITIVOS O SOSPECHOSOS PARA COVID-19
Gerencia de Recursos Humanos

