

PERSONAS QUE COMPARTAN VIVIENDA

- ✓ **Mantenga la distancia de al menos 2 metros.**
- ✓ **Utilizá siempre barbijo** al salir de la habitación.
- ✓ **No toques ni manipules el barbijo mientras lo lleves puesto** y si lo tocaste, lavate bien las manos después.
- ✓ **De ser posible la persona sospechosa o confirmada de covid-19 debe usar baño propio**, de no ser posible, debe limpiarlo cuidadosamente al salir.
- ✓ **Todos los contactos estrechos** convivientes de un caso positivo, deben **mantener la distancia** mayor a 2 metros y usar **barbijo siempre**, desde la sospecha de covid-19 y mantener estas medidas por 14 días luego del ultimo contacto estrecho con el caso positivo.
- ✓ El **contacto estrecho** debe estar **atento a la aparición síntomas** como fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar para consultar lo antes posible **al 148, a tu Centro de Salud o a tu médico de cabecera.**

PERSONA CUIDADORA

Se aconseja que sea una única persona la que proporcione la atención requerida del enfermo y en lo posible, menor de 60 años, y no tener otras enfermedades de riesgo.

Esta persona debe utilizar:

- ✓ **Barbijo quirúrgico o común** cuando esté a menos de 2 metros de distancia del enfermo y deberá desecharlo al salir de la habitación del paciente.
- ✓ Si el que cuida **no es un conviviente, debe utilizar ropa exclusiva en el domicilio** del enfermo y debe lavarse las manos antes y después de cambiarse.
- ✓ **Lavarse las manos** si entra en contacto con el paciente, a pesar de haber usado guantes.
- ✓ La persona cuidadora debe **estar también atenta a la aparición de cualquier síntoma relacionado con covid-19**, para aislarse inmediatamente y consultar **al 148, a tu Centro de Salud más cercano o a su médico de cabecera.**
- ✓ La persona cuidadora será considerada **contactor estrecho** y deberá realizar aislamiento domiciliario durante 14 días luego del alta del paciente positivo.

Y..NO TE OLVIDES DE REGISTRARTE EN LA
APLICACIÓN SALTA-COVID-19
<https://appcovid.salta.gob.ar/>



RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO EN EL DOMICILIO DE CASOS POSITIVOS DE COVID-19 Y SUS CONTACTOS



Ministerio de
Salud Pública
Gobierno de Salta

salta.gob.ar

DIRECCIÓN GENERAL DE COORDINACIÓN EPIDEMIOLÓGICA



EN EL LUGAR DE AISLAMIENTO

- ✓ **Evitá salir de la habitación**, mantené en lo posible la puerta cerrada y que no entren otras personas.
- ✓ **No podés recibir visitas** durante tu aislamiento.
- ✓ **Mantené ventilada toda la casa**, especialmente tu dormitorio.
- ✓ **Cubrí tu boca y nariz al toser** con el pliegue del codo o un pañuelo de papel.
- ✓ **Lavate bien las manos con agua y jabón** con más frecuencia, o alcohol en gel.
- ✓ Si compartís la casa con otros, **usá barbijo al salir de tu dormitorio**.
- ✓ Los **utensilios de cocina y de higiene** que sean **SIEMPRE de uso personal**.
- ✓ Debés **cambiar frecuentemente la ropa** de uso personal, la ropa de cama, toallas (al menos cada 3 días o si la ves sucia) y deben ser de uso exclusivo del enfermo.
- ✓ **En lo posible disponé de un celular** o algún medio de comunicación desde el dormitorio para estar en contacto con familia, amigos, etc.
- ✓ **Evitá el contacto estrecho con animales** domésticos si compartís el hogar.

CONTACTO ESTRECHO: cualquier persona que haya estado a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras el caso estaba con síntomas, o durante las 48 horas previas al inicio de los síntomas, durante al menos 15 minutos (convivientes, visitas, compañeros de trabajo).



LIMPIEZA

- ✓ **Limpiá las superficies del dormitorio** mínimo 1 vez al día
- Primero:** limpiá con **agua y detergente** (que haga espuma).
- Segundo:** desinfectá con **agua con lavandina** (1lt de agua/10ml o 2 cucharadas soperas de lavandina). La lavandina debe decir "55gr/lt", si es de menor concentración(25gr/lt), colocar el doble. Aquellas **superficies que no se puedan limpiar con lavandina**, hacerlo con **solución alcohólica (30%agua, hervida previamente y 70% alcohol)** NO rociar alcohol directamente sobre las superficies.
 - ✓ En caso de que tengas alguien que haga la **limpieza de la casa**, que use **guantes, barbijo en lo posible quirúrgico y protección ocular**.

ROPA. SÁBANAS Y TOALLAS

- ✓ **NO SACUDIRLAS.**
- ✓ Cuando estén **sucias colocarlas en bolsa**, dentro del dormitorio hasta el momento de lavarlas.
- ✓ **La ropa del enfermo deberá lavarse por separado** y de ser posible con agua caliente entre 60 a 90 grados.



UTENSILIOS

- ✓ Si vivís con otras personas, usá si podés, utensilios descartables, sino **lavá muy bien con agua caliente y detergente**.
- ✓ **Lavate bien las manos antes y después de la limpieza**.

RESIDUOS

- ✓ Dejalos en un cesto que tenga una bolsa negra plástica adentro, **recordá que el cesto debe estar en el dormitorio y debe tener pedal o estar sin tapa** para no tocar nada contaminado (debe estar separado del resto de los residuos de la familia).
- ✓ **Llená la bolsa hasta ¾ partes**, después atala con doble nudo y ponela en una segunda bolsa negra con un cartel que diga "CUIDADO NO ABRIR".
- ✓ **Lavate las manos apenas hayas terminado de manipular la bolsa de residuo**, aunque hayas usado guantes.
- ✓ Sacá la bolsa a la calle en un horario próximo a su recolección.