

Pacientes con COVID-19. Recomendaciones al alta institucional





PACIENTES CON COVID-19. RECOMENDACIONES AL ALTA INSTITUCIONAL

A usted le han otorgado alta institucional (no aún alta médica) de su internación por infección por coronavirus (COVID 19). Las siguientes son indicaciones para el aislamiento fuera de instituciones de salud.

Alojamiento y contactos

- Los pacientes con alta institucional con infección por COVID-19 confirmada (luego del 7° día de inicio de la sintomatología y con 48 hs. consecutivas de apirexia) podrá ser externado, indicándose el uso de barbijo quirúrgico, pautas de aislamiento y fortalecimiento de las medidas de higiene. El día 21 de inicio de los síntomas se le tomará nuevo hisopado para detección de COVID-19.
 - Con resultado positivo se definirán alternativas de seguimiento con el médico tratante en forma conjunta con el equipo de epidemiología del Ministerio de Salud de la CABA.
 - Con resultado negativo: se considerará alta epidemiológica
- Se recomienda reducir al mínimo el número de contactos con otras personas dentro del hogar especialmente con aquellos cuya acomodación no es posible de otra manera o que se requieren para recibir apoyo. Si es posible, los miembros del hogar sólo deben ser personas con buena salud y sin enfermedades previas. Las personas con factores de riesgo de complicaciones (por ejemplo, inmunosupresión, enfermedades crónicas subyacentes relevantes, vejez) no deberían pertenecer, si es posible, a este grupo de personas.
- Idealmente los miembros del hogar deben estar separados de usted en otras habitaciones. Si esto no es posible, se recomienda que mantenga una distancia de al menos 1.5 metros. Que usted y los miembros de su familia usen barbijo quirúrgico, especialmente si no se alcanza la distancia mínima. El uso de espacios comunes debe mantenerse al mínimo y debe separarse lo más posible, incluidas las comidas.
- Asegúrese de que las habitaciones que utilizan varias personas (por ejemplo, cocina, baño) estén regularmente bien ventiladas.
- Deben evitarse los contactos con personas fuera de su hogar, p. ej. a carteros, servicios de entrega, vecinos, amigos, conocidos. Haga que se entreguen las entregas frente a la entrada de la casa o el apartamento, use una protección de boca y nariz y mantenga la mayor distancia posible de estas personas.



Medidas de higiene

- Al igual que con la gripe y otras infecciones respiratorias agudas, la buena higiene de las manos y la distancia de los pacientes (al menos 1,5 metros) también protegen contra la transmisión del nuevo coronavirus.
- La higiene de las manos debe realizarse antes de cada contacto con otras personas, por ejemplo antes de preparar alimentos, antes de comer, después de usar el baño y siempre que las manos estén visiblemente sucias. Realice la higiene de las manos con agua y jabón.
- Al usar agua y jabón, las toallas de papel desechables para secar las manos son el método de elección. Si no está disponible, use toallas y reemplácelas cuando estén mojadas.
- Las personas sanas no deben usar las mismas toallas que usted.
- Si las manos no están visiblemente sucias, se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol. Preste atención a las instrucciones de seguridad de los desinfectantes para manos.
- La recomendación de tos y estornudos debe ser practicada en todo momento por todos, especialmente las personas enfermas. Implica cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo descartable preferentemente y luego descartado, o un codo doblado mientras se aleja de los demás al toser o estornudar, seguido de la higiene de las manos.
- Deseche los materiales utilizados para cubrir la boca o la nariz, o límpielos adecuadamente después de usarlos.
- Los pañuelos y otros desperdicios generados por personas enfermas no deben guardarse junto con otros desperdicios domésticos y deben descartarse en un recipiente forrado en la habitación antes de desecharse.

Limpieza y desinfección

- Limpie y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia, como las mesitas de noche, sillas y otros muebles de dormitorio con un desinfectante de superficie o agua con lavandina al 1% (10cc de lavandina por litro de agua).
- Las superficies del baño y del inodoro deben limpiarse y desinfectarse al menos una vez al día con un desinfectante de superficie agua con lavandina al 1% (10cc de lavandina por litro de agua).
- Coloque la ropa contaminada en una bolsa separada. No agite la ropa sucia y evite el contacto directo de la piel y la ropa con los materiales contaminados.



- Lave y limpie la ropa, la ropa de cama, el baño y las toallas de mano, etc. con detergente y agua. Lávelos a un mínimo de 60 ° C con un detergente doméstico convencional y séquelos bien.

Medidas de higiene para otras personas cercanas al paciente

- Despues de cada contacto con la persona enferma o sus alrededores inmediatos, se debe realizar la higiene de las manos.
- La higiene de las manos debe realizarse antes y despues de la preparación de alimentos, antes de comer, despues de usar el baño y siempre que las manos estén visiblemente sucias. La higiene de manos se realiza con agua y jabón.
- Al usar agua y jabón, las toallas de papel desechables para secar las manos son el método de elección. Si no está disponible, use toallas y reemplácelas cuando estén mojadas.
- Las personas sanas no deben usar las mismas toallas que las personas enfermas.
- Si las manos no están visiblemente sucias, se puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol que sea compatible con la piel como alternativa al lavado de manos.

Seguimiento de síntomas y alta definitiva

- Se llevará a cabo junto con su médico de cabecera, un seguimiento telefónico de los síntomas que pudieran aparecer hasta 14 días del inicio de los síntomas.
- Se recomienda llevar un diario con los resultados de la autoobservación de los síntomas y de todos los contactos.
- Será llamado por personal del Ministerio de Salud de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en forma diaria.
- Si desarrolla síntomas comuníquelo a su médico de cabecera, y/o durante estos llamados o llame al 107 ante cualquier urgencia.
- Luego de 21 días de inicio de la enfermedad, se le realizará un nuevo análisis de COVID-19; en caso de ser negativo, se le dará el alta definitiva (alta epidemiológica). Con resultado positivo se definirán alternativas de seguimiento con el médico tratante en forma conjunta con el equipo de epidemiología del Ministerio de Salud de la CABA.