



CUIDAR DE ALGUIEN CON COVID-19 EN CASA

La mayoría de las personas que se enferman con COVID-19 solo tendrán una enfermedad leve y deberían poder recuperarse en casa. El cuidado en el hogar puede ayudar a detener la propagación del COVID-19 y ayudar a proteger a las personas que corren riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19.

Si está cuidando de alguien en casa, supervise las señales de emergencia, evite la propagación de gérmenes, trate los síntomas, y considere cuidadosamente cuándo finalizar el aislamiento en el hogar.

*Nota: los adultos mayores y las personas de cualquier edad con ciertas afecciones médicas subyacentes graves como enfermedad pulmonar, enfermedad cardíaca, enfermedad renal o diabetes tienen un mayor riesgo de desarrollar complicaciones más graves causadas por la enfermedad de COVID-19 y deben buscar atención médica tan pronto como sea posible.

Supervisar a la persona para ver si los síntomas empeoran. Conozca las señales de advertencia de emergencia.



- Tenga la información de contacto del proveedor de atención médica de la persona enferma a mano.
- Si se enferma cada vez más, llame al proveedor de atención médica. Para emergencias médicas, llame al 911 e infórmele al personal de despacho que la persona tiene o se sospecha que tiene COVID-19.

Las personas que desarrollan señales de advertencia de emergencia para COVID-19 deben recibir atención médica de inmediato. Las señales de advertencia de emergencia incluyen*:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión persistente en el pecho
- Nueva confusión o incapacidad para despertar
- Labios o rostro azulados

* Esta lista no es del todo inclusiva. Consulte con su proveedor de atención médica por cualquier otro síntoma que sea grave o preocupante.

Proporcionar tratamiento para los síntomas.



- Asegurarse de que la persona enferma beba mucho líquido para mantenerse hidratada y que descanse en casa.
- Los medicamentos de venta libre pueden ayudar con los síntomas.
- Para la mayoría de las personas, los síntomas duran unos días y mejoran después de una semana.

CUIDAR DE ALGUIEN CON COVID-19 EN CASA



Evite la propagación de gérmenes cuando cuida de alguien que está enfermo.



- Haga que la persona permanezca en una habitación, alejada de otras personas, incluido usted mismo, tanto como sea posible.

- ◊ Si es posible, haga que use un baño separado.
- ◊ Evite compartir artículos domésticos como platos, toallas y ropa de cama.
- ◊ Si hay mascarillas disponibles, pídale que use mascarillas cuando esté cerca de otras personas, incluido usted.



- ◊ Si la persona enferma no puede usar una mascarilla, usted debe usar una mientras estén en la misma habitación, si hay mascarillas disponibles.
- ◊ Si la persona enferma necesita estar cerca de otras personas (dentro del hogar, vehículo, o en el consultorio de un médico), debe usar una mascarilla.



- Lave sus manos a menudo con jabón y agua por al menos 20 segundos, especialmente después de interactuar con la persona enferma. Si no hay ni agua ni jabón disponible, use un desinfectante para manos que contenga al menos 60 % de alcohol. Cubra todas las superficies de las manos y frótelas hasta que se sequen.



- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Todos los días, limpie todas las superficies que toque con frecuencia como encimeras, superficies de mesas y pomos.
- Use aerosoles o toallitas limpiadoras para el hogar según las instrucciones de las etiquetas.



- Lave bien la ropa.
 - ◊ Si la ropa está sucia, use guantes desechables y mantenga los artículos sucios lejos de su cuerpo mientras los lava. Lave sus manos de inmediato después de remover los guantes.
- Evite tener visitas innecesarias.
- Si tiene preguntas adicionales sobre el cuidado de la persona enferma, comuníquese con su proveedor de atención médica o con el departamento de salud local o del estado.

Cuándo finalizar el aislamiento (quedarse en casa).



Las personas con COVID-19 que se quedan en casa (están aisladas en el hogar) pueden finalizar el aislamiento en el hogar en las siguientes condiciones:

- Han pasado al menos 10 días desde que los síntomas aparecieron por primera vez; Y
- Han pasado al menos 24 horas desde la última fiebre sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre; Y
- Los síntomas (p. ej., tos, falta de aire) han mejorado.

Las personas con COVID-19 confirmado por laboratorio o con sospecha clínica de padecer COVID-19 que padezcan una enfermedad grave o crítica o que estén gravemente inmunodeprimidos, deben permanecer en aislamiento hasta que se cumplan los tres siguientes criterios:

- Han pasado al menos 20 días desde que los síntomas aparecieron por primera vez; Y
- Han pasado al menos 24 horas desde la última fiebre sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre; Y
- Los síntomas (p. ej., tos, falta de aire) han mejorado.