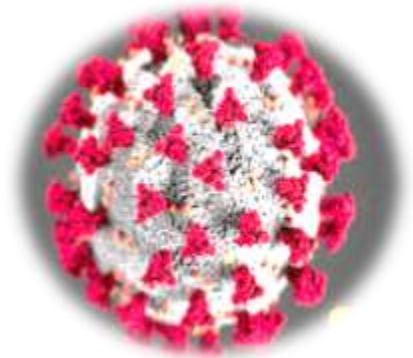


ORIENTACIONES BÁSICAS PARA EL HOGAR Y LA COMUNIDAD



**prevención del Coronavirus
(COVID-19) y otros virus
respiratorios**

Signos y síntomas de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) y otras enfermedades respiratorias?



Los principales son:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Dolor de garganta
- Secreción en la nariz, boca y lagrimeo
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza intenso
- Malestar general
- Diarrea



Signos y síntomas de peligro, que indican la urgencia de acudir al establecimiento de salud:

- ***Dificultad para respirar***
- ***Dolor en el pecho***
- ***Convulsiones***
- ***Desorientación***
- ***Somnolencia***
- ***Secreciones nasales y por boca con sangre***
- ***Vómitos y/o diarrea persistente***



medidas para los cuidadores

- ***Lavarse las manos con agua y jabón después de cualquier contacto con el enfermo, o su entorno inmediato, antes de comer y después de usar el baño.***
- ***Utilizar guantes desechables, en la manipulación de desechos, como orina, materia fecal y vómitos.***
- ***Al retirarse los guantes, debe depositarlos en el recipiente de la basura y lavarse las manos.***
- ***Use tapabocas cuando cuide a una persona enferma.***
- ***Siga las recomendaciones dadas por el personal de salud.***



medidas para los cuidadores

- Mantenga a la persona enferma en reposo, en casa, según indicación médica y alejada de los lugares de concurrencia de personas.
- Evite que comparta objetos personales con otras personas.
- Motive a la persona enferma a ingerir abundantes líquidos y no descuidar la alimentación.
- Evite que se automedique, y asegúrese de que solo use medicamentos indicados por el médico.
- Luego de subir o bajar escaleras, abrir o cerrar puertas, lávese bien las manos con agua y jabón o use un antiséptico en gel a base de alcohol (70%)
- Evite el contacto directo con las secreciones de la nariz y boca.
- Siempre recuérdle a la persona enferma que al estornudar o toser se cubra la boca y nariz con un pañuelo o con el antebrazo y que se lave las manos con agua y jabón o frotándose con una loción para manos, a base de alcohol.
- Motive a todos los miembros del hogar a que se laven las manos con frecuencia, con agua y jabón o frotándose con una loción para manos, a base de alcohol.



Medidas de higiene para el hogar.

- ***Debe desinfectar los objetos utilizados por personas enfermas, tales como teléfonos, celulares, juguetes, manubrios de las puertas, palanca del sanitario, llave del lavamanos y lavadero.***
- ***Desinfecte el baño con cloro todos los días, y si es de uso común hágalo de manera frecuente.***
- ***Limpie la habitación con un paño húmedo para mantenerla libre de polvo.***
- ***Deje abiertas las ventanas el mayor tiempo posible.***



¿Dónde debe permanecer una persona enferma por el coronavirus?

Se recomienda:

- Permanecer en reposo, según indicación médica.
- En una habitación separada de las áreas comunes de la casa, o separar el área con cortinas.
- En un área tranquila y que se limite la entrada de otras personas sin protección a la habitación o área donde esté la persona enferma.
- Abrir puertas, ventanas u otras áreas comunes de la casa, a fin de permitir una buena ventilación.

Utilizar tapabocas



Recomendaciones si está lactando:

- *Continúe la lactancia materna.*
- *Lávese las manos bien antes y después de la alimentación al pecho.*
- *Siempre que esté lactando debe tener un pañuelo, papel o servilleta para cubrirse la boca al toser o estornudar.*



Sugerencias para el apoyo emocional.

La persona enferma y su entorno familiar pueden sentirse emocionalmente afectadas por la situación, se sugiere lo siguiente:

- Escuche tranquilo sin interrumpir mientras la persona se expresa.
- Muestre comprensión y apoyo emocional a quienes están sufriendo angustia o tristeza.
- Muéstrese calmado para no transmitir ansiedad.
- El cuidado físico y emocional de la persona enferma debe ser proporcionado por sus familiares.
- Dele a la persona enferma el tiempo necesario para comprender la información y comparta sus temores, siempre transmitiendo pensamientos esperanzadores.
- Con los niños y niñas se debe tener cuidado de no asustarles, porque pueden no estar preparados para comprender la situación.

UNI
Riesgo



nisalud
Unidad de Servicios de Salud

Referencia:

Organización panamericana de la salud. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. República Dominicana. GUÍA DE ORIENTACIONES BÁSICAS PARA EL HOGAR Y LA COMUNIDAD Para la prevención del Coronavirus (COVID-19) y otros virus respiratorios