



Procedimientos Operativos Estandarizados
Fuerza de Tarea UASLP para COVID-19
Facultad de Medicina UASLP



MANUAL PARA EL CUIDADO EN CASA DE CASOS DE COVID-19



FUERZA DE TAREA UASLP PARA COVID-19
FACULTAD DE MEDICINA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ

San Luis Potosí, SLP. México
Versión 1.4, Marzo 26, 2020



FACULTAD DE MEDICINA, UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ
MÉXICO



Documento distribuido a través de una licencia Creative Commons Attribution (BY) otorgando al usuario el derecho a copiar, distribuir, exhibir y realizar trabajos derivados basado en esta obra, incluyendo el uso comercial, siempre y cuando se haga mención y otorgue crédito a los autores como "Fuerza de Tarea UASLP para COVID-19 de la Facultad de Medicina UASLP".



Agradecimiento Especial

Esta guía se basa en el documento ***Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19*** elaborado en Marzo 2020 por el Ministerio de Sanidad de España.

Estamos muy interesados en incorporar a este documento cualquier sugerencias o comentario que resulte en un beneficio para su contenido práctico, contáctenos al covid19.uaslp@gmail.com.





NOTA IMPORTANTE

Los síntomas mas comunes de COVID-19 son **FIEBRE, FATIGA y TOS SECA**, si alguno de los individuos de su vivienda presenta dichos síntomas deberá considerarse como un **CASO SOSPECHOSO DE COVID-19** y deberá ser reportado inmediatamente al teléfono de abajo, este manual aplica a usted.

Algunos pacientes podrán presentar dolores musculares, congestión nasal, escurrimiento nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas generalmente tienen un inicio gradual y son leves. Algunas personas se infectan de COVID-19 pero nunca llegan a presentar síntomas. La gran mayoría de las personas (>80%) se recuperan solos de la enfermedad sin necesitar tratamiento. Una de cada 6 personas infectadas por COVID-19 desarrollan síntomas graves como la dificultad respiratoria. Las personas mayores de 60 años de edad y aquellas que padecen de hipertensión arterial (presión alta), problemas de corazón o diabetes son mas propensos a desarrollar síntomas graves.

Si se identifica un **CASO SOSPECHOSO DE COVID-19** en su vivienda, dicho individuo deberá ser aislado de inmediato de acuerdo a los lineamientos de este manual. Si el individuo posteriormente resulta **NEGATIVO A COVID-19**, el aislamiento se dará por terminado y se habrá ejercitado una disciplinada respuesta sanitaria. Si el caso resulta **POSITIVO A COVID-19**, usted habrá evitado el contagio de otros miembros de su familia y deberá continuar con el aislamiento del individuo y acatar las indicaciones que las autoridades de salud de su estado determinen.

**Número de emergencia para reporte de casos de
Coronavirus en el estado de San Luis Potosí**

800 123 8888





Números de emergencia para reporte de casos de Coronavirus por estados Mexicanos

Aguascalientes	449 910 7900 Ext. 7133	Morelos	777 314 3336
Baja California	664 108 2528	Nayarit	311 217 9556
	646 239 0955		911
	646 947 5408	Michoacán	800 123 2890
Baja California Sur	612 199 5386	Nuevo León	818 361 0058
	624 228 6855		70
Campeche	911		
Coahuila	911	Oaxaca	951 516 1220
Colima	800 337 2583		951 516 8242
	800 DE SALUD	Puebla	800 420 5782
Chiapas	800 772 2020		911
	961 607 7674	Querétaro	800 004 480
Chihuahua	614 4293 300 Ext. 10004	Quintana Roo	800 832 9198
	*911	San Luis Potosí	800 123 8888
Ciudad de México	555 658 1111	Sinaloa	667 713 0063
Durango	618 137 7306	Sonora	662 216 2759
	618 325 1573	Tabasco	800 624 1774
	618 134 7042	Tamaulipas	834 318 6320
Guanajuato	800 627 2583 y 911		834 318 6321
Guerrero	747 47 118 63	Tlaxcala	911
Hidalgo	771 719 4500	Veracruz	800 123 456
Jalisco	333 823 3220	Yucatán	999 9303 050
Estado de México	800 900 3200		911
Michoacán	800 123 2890	Zacatecas	800 YO SALUD





1. Requisitos mínimos para garantizar el cuidado seguro y adecuado de personas en aislamiento domiciliario.

- Se deberá asignar una habitación de la vivienda para ser ocupada por el o los casos sospechosos o confirmados de COVID-19 y que no presenten factores de riesgo que hagan necesario su hospitalización.
- Los casos sospechosos de COVID-19 deberán permanecer en habitaciones separadas a los casos confirmados de COVID-19 hasta no realizar la prueba de COVID-19.
- El paciente deberá permanecer la totalidad del tiempo que dure enfermo en una habitación aislada de la vivienda y durante los 15 días siguientes a la desaparición de los síntomas.
- El paciente deberá abstenerse de participar en las actividades familiares o comunitarias grupales (grupos de oración, comidas o cenas, etc.).
- No es necesario acompañar presencialmente al paciente como cuidador si se puede asegurar una constante asistencia y valoración telefónica durante la enfermedad.
- Se recomienda que el paciente cuente con un teléfono celular con saldo y de uso exclusivo e individual de él mismo para comunicarse con los familiares, evitando con ello la necesidad de salir de la habitación. Este celular no deberá ser empleado por ninguno de los demás ocupantes de la vivienda.
- La vivienda que albergue a un paciente enfermo de COVID-19 no deberá ser ocupada por personas de alto riesgo de complicaciones.
 - Mayores de 60 años de edad.
 - Personas con diabetes.
 - Personas con hipertensión arterial.
 - Personas que hayan sufrido accidentes vasculares cerebrales (infartos o trombos).
 - Mujeres embarazadas.





- Personas inmunocomprometidas (SIDA, Tuberculosis, enfermedades autoinmunes, enfermedad hepática, pos-trasplantados, etc).
- Personas que tomen de manera rutinaria inhibidores de la Enzima Convertidora de la Angiotensina II (Enalapril, Captopril, Cilazapril, Fosinopril, Lisinopril, Ramipril).
- Personas que tomen de manera rutinaria bloqueadores del receptor de Angiotensina II (Losartan, Eprosartan, Irbesartan, Candesartan, Olmesartan, Telmisartan y Valsartan).

NOTA: No se recomienda suspender el tratamiento con estos medicamentos, solo incrementar los cuidados de prevención de COVID-19.

- Tanto el paciente como todos los demás habitantes de la vivienda deberán entender y realizar las medidas básicas de higiene y prevención de COVID-19 (ver figura 1).
 - Evitar aglomeraciones de personas.
 - No saludar de mano, beso y abrazo.
 - No tocarse la cara.
 - Lavarse las manos de manera periódica y correcta.
 - Utilizar gel anti-bacterial cuando no sea posible lavarse las manos.
 - Utilizar cubre-boca si estas enfermo (las 24 horas del día).
 - Utilizar respirador N95 si está cuidando a un paciente de COVID-19.
 - Desinfectar periódicamente las superficies y objetos.
 - Estornudar o toser hacia el hueco del codo.
 - Permanecer en casa y aislado.
 - Buscar ayuda médica o asesoría en caso de enfermedad.
- Es importante crear redes de apoyo vecinal que permitan auxiliar a pacientes o sus cuidadores en el abastecimiento de alimentos e insumos necesarios.
- Todo contacto entre el cuidador y el paciente con personas fuera de la vivienda deberá limitarse al mínimo (menos de 5 minutos).



- En caso de que alguna de las personas que vivan con el paciente enfermo de COVID-19 haya tenido contacto con el paciente en los 15 días previos a su diagnóstico, también deberá permanecer en aislamiento hasta no descartar COVID-19 (aunque en otra habitación o vivienda).

Figura 1



- Es muy importante entender que si entre el grupo de personas que habita la misma vivienda, uno solo de ellos es declarado caso confirmado, inmediatamente TODOS los demás se convierten en casos sospechosos y TODOS deberán ser aislados por lo menos 15 días. En ese momento, los vecinos o familiares que les lleven víveres deberán dejar sus insumos y víveres en la puerta de entrada sin ingresar al domicilio ni entrar en contacto con sus ocupantes.



- Los ocupantes de toda la vivienda, al igual que el paciente, deberán aprender, memorizar y realizar el lavado de manos de acuerdo a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (ver figura 2).
- Es muy recomendable que tanto el cuidador como el paciente como los otros ocupantes de la vivienda eviten el uso de joyas, relojes o pulseras en las manos. De lo contrario, será necesario desinfectar estos implementos también cada vez que se lave las manos.
- Cuando el paciente de COVID-19 haya salido de su habitación por alguna necesidad imperante, todas las superficies cercanas a su área de tránsito deberán ser desinfectadas con la solución diluida de cloro y las manos de todos los ocupantes deberán ser lavadas.
- En el caso extremo en que sea imprescindible que el paciente ingrese a zonas comunes de la vivienda, el paciente deberá
 - Lavarse las manos de acuerdo al protocolo de la OMS.
 - Utilizar una mascarilla quirúrgica (cubre-bocas) en todo momento.
 - Evitar tocar objetos o superficies fuera de su área asignada para incluir (mesas, vasos, dinero, aparatos electrónicos, etc).
- La persona enferma deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con pañuelos desechables o el codo flexionado, lavándose las manos inmediatamente después. No deberá relajar estas medidas por el mero hecho de estar aislado.
- La desinfección de superficies y objetos de la vivienda ocupada por un enfermo de COVID-19 deberá realizarse empleando una solución diluida de cloro doméstico preparada con 10 mililitros de cloro doméstico (dos cucharaditas) en medio litro de agua. Esta solución de cloro deberá prepararse fresca cada dos días para evitar la pérdida de su efectividad desinfectante.





- La persona enferma no deberá recibir visitas durante el periodo de aislamiento.
- En el caso de que la vivienda albergue a mas de un caso de COVID-19 confirmado, estos podrán ocupar (dentro de lo posible) la misma habitación o área de aislamiento.



Figura 2

Protocolo OMS de lavado de manos

Duración promedio : 45 segundos

Antes de iniciar retírese reloj, joyería y pulseras.

<p>1</p> <p>Moje las manos con agua antes de servirte jabón.</p>	<p>2</p> <p>Deposite suficiente jabón en la palma de la mano para cubrir toda la superficie.</p>	<p>3</p> <p>Frote las palmas de las manos entre sí.</p>
<p>4</p> <p>Frote la palma de una mano contra el dorso de la opuesta entrelazando dedos.</p>	<p>5</p> <p>Frote región interdigital entrelazando dedos nuevamente.</p>	<p>6</p> <p>Frote el dorso de los dedos de una mano contra la palma opuesta.</p>
<p>7</p> <p>Frote cada pulgar envolviéndolo en la palma de la mano contraria.</p>	<p>8</p> <p>Frote con movimiento circular la punta de los dedos contra la palma contraria.</p>	<p>9</p> <p>Enjuague las manos con agua durante al menos 10 segundos.</p>
<p>10</p> <p>Seque sus manos con una toalla desechable.</p>	<p>11</p> <p>Utilice la toalla desechable para cerrar el grifo y secar la palanca del despachador de toallas.</p>	<p>12</p> <p>Inspeccione sus manos en busca de suciedad o heridas.</p>



- De existir la posibilidad y cercanía social entre habitantes de una misma comunidad, será posible albergar a otras personas enfermas por COVID-19 confirmadas en la misma habitación, aunque no sean familiares. La solidaridad comunitaria en este caso podría aminorar el riesgo a otras personas y distribuir de manera equitativa la carga que el cuidado de pacientes con COVID-19 implica así como las labores de logística d insumas y alimentos de ambas familias.



2. Características de la vivienda y de la habitación de aislamiento

- La habitación designada deberá estar localizada lo más lejos posible de las áreas comunes de la vivienda.
- Cuando no se cuente con habitaciones separadas en una vivienda, el paciente deberá permanecer lo más lejos posible de los lugares de uso común de la vivienda (cuando menos 2 metros de distancia).
- La vivienda y deberá contar con buena ventilación y tener una habitación específicamente designada para el aislamiento del caso, preferentemente con un baño para uso exclusivo del paciente.
- Si la vivienda cuenta con puertas que separen a las habitaciones, la habitación de aislamiento del paciente deberá permanecer cerrada en todo momento.
- Cuando la vivienda no cuente con puertas, será necesario demarcar el área ocupada por el paciente de COVID-19 con cortinas de plástico (preferentemente) o de tela. Estas siempre deberán permanecer cerradas.
- La habitación o vivienda ocupada por el paciente deberá contar con ventanas para permitir la ventilación libre para disminuir la carga de aerosoles dentro de la habitación o vivienda y evitar la concentración de aire viciado. Dentro de lo posible, evite la exposición del paciente u ocupantes a corrientes de aire.
- Cuando no sea posible brindar un baño de uso exclusivo al paciente, los baños compartidos deberán ser desinfectados tras su uso por el paciente empleando una solución de cloro preparada con 10 ml de cloro comercial para ropa mas medio litro de agua. La limpieza deberá incluir a las perillas de la puerta y las orillas de la puerta, el interior del lavamanos, las perillas del lavamanos y regadera, el tanque, asiento y anillo de cerámica del baño, al igual que las superficies completas (pisos y paredes). El paciente deberá





hacer uso de su propia toalla (y llevársela consigo a su cuarto de aislamiento, no dejarla colgada en el baño común).

- En el interior del área o habitación de aislamiento deberá colocarse un bote de basura con bolsa donde el miso paciente deberá colocar todo material desechable contaminado (papeles, cubre-bocas, etc.).
- En el interior del área o habitación de aislamiento deberá colocarse un gel anti-bacterial, jabón y material de limpieza DE USO EXCLUSIVO por el paciente. No deberán ser utilizados por los cuidadores durante sus visitas.
- En el interior del área o habitación de aislamiento deberá colocarse un paquete o rollo de bolsas de plástico para permitir la limpieza de su interior por parte del paciente o cuidador.
- A menos de que el paciente con COVID-19 esté discapacitado, la limpieza y desinfección del área o habitación de aislamiento serán su responsabilidad y su terapia ocupacional.
- En el interior del área o habitación de aislamiento deberán colocarse los utensilios de limpieza, baño y secado del paciente para evitar su presencia en áreas comunes. Estos deberán incluir, cuando sea posible, gel anti-bacterial, jabón y su propio papel de baño.
- Los utensilios de alimentación del paciente (cuchara, cuchillo, tenedor, vaso, tasa y platos) deberán ser inmediatamente lavados con solución de cloro tras el consumo de los alimentos, preferentemente después o en un tiempo diferente al de haber realizado lo mismo con los utensilios del resto de los ocupantes de la vivienda.
- Se recomienda llevar un registro de entrada y de salida diario de personas que ingresan a la habitación del paciente con COVID-19.





3. Precauciones para los ocupantes no enfermos de COVID-19 que habiten el mismo domicilio de un caso.

- Los miembros de la familia y personas que vivan en la misma vivienda que alberga casos de COVID-19 deberán permanecer en una habitación diferente, teniendo el mínimo contacto con el o los casos.
- Los miembros de la familia y personas que vivan en la misma vivienda que alberga casos de COVID-19 deberán evitar el contacto directo con los fluidos corporales, especialmente los orales o secreciones respiratorias, y heces de pacientes con COVID-19 confirmada.
- Los miembros de la familia y personas que vivan en la misma vivienda que alberga casos de COVID-19 deberán evitar compartir objetos de uso personal tal como cepillos de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, etc. con pacientes con COVID-19 confirmada.
- El paciente deberá permanecer en una estancia o habitación de uso individual con la puerta cerrada hasta la finalización del aislamiento y hasta 15 días después de la desaparición de síntomas.
- Se mantendrán bien ventiladas las zonas comunes.
- Toda comunicación entre los miembros de la familia y personas que vivan en la misma vivienda con los pacientes de COVID-19 deberán darse a distancia (mas de 2 metros), sin ingresar a su habitación y preferentemente a través de medios electrónicos o a través de teléfono celular.
- Todos os miembros de la vivienda ocupada por un paciente de COVID-19 deberán lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón o utilizar geles anti-bacterianos de manera periódica cuando el lavado no sea posible.
- Si el caso sospechoso o confirmado es una madre lactante, deberá llevar una mascarilla cuando esté cerca de su bebé y realizar una cuidadosa higiene de manos y cuerpo antes del contacto cercano con el bebé.





- No deberá suspenderse por ningún motivo la lactancia materna. Los beneficios de la lactancia materna superan a los riesgos implicados por el COVID-19 para el menor.
- Se informará a los miembros de la familia y otros ocupantes de la vivienda de que si el paciente en aislamiento se convierte en CASO CONFIRMADO serán considerados todos los contactos como casos sospechosos.
- Los miembros de la familia, cohabitantes y personas encargadas de los cuidados realizarán auto-vigilancia de la aparición de síntomas de infección respiratoria aguda como fiebre, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar. Deberán contactar inmediatamente a las autoridades sanitarias al teléfono anteriormente mencionado si éstos síntomas aparecieran.



4. Medidas de precaución específicas a la persona involucrada en el cuidado de pacientes enfermos con COVID-19.

- Un máximo de dos personas deberán compartir la responsabilidad de brindar los cuidados a pacientes enfermos por COVID-19.
- El cuidador no deberá pertenecer a ningún grupo de riesgo de los mencionados en el primer apartado de este documento.
- Cuando se trate del alojamiento conjunto de personas de distintas familias o viviendas, la responsabilidad de cuidados deberá involucrar a miembros de ambas familias.
- Deberá evitarse en lo posible la responsabilidad exclusiva del cuidado a mujeres de la vivienda, la participación de los varones (fuera de aquellos que pertenezcan a grupos de riesgo) deberá ser vista como necesaria y una importante fuente de educación para la sociedad.
- Cuando el cuidador debiera ingresar a la habitación del paciente con COVID-19:
 - El paciente deberá realizar la limpieza de superficies y utensilios (excepto los de alimentos) dentro de su habitación antes del ingreso del cuidador.
 - El paciente deberá colocarse el cubre-bocas.
 - El paciente deberá lavarse o desinfectarse las manos.
 - El paciente deberá guardar una distancia mínima de 2 metros del cuidador.
 - El paciente deberá permanecer acostado en su cama sin deambular por su habitación o área mientras el cuidador esté dentro de su habitación.
 - El paciente o cuidador podrán colocar todo material contaminado y desechable en la bolsa de basura localizada dentro de su habitación.
 - Cuando la bolsa de basura dentro de su habitación esté llena, el paciente deberá cerrarla y solicitar su reposición.

- Antes de ingresar a la habitación del paciente con COVID-19 el cuidador deberá:
 - Lavarse las manos de acuerdo al protocolo de la OMS o utilizar gel anti-bacterial.
 - Colocarse el respirador N95 certificado o en su ausencia, cubre-bocas.
 - Colocarse guantes de látex, nitrilo o neopreno (de limpieza doméstica) para realizar cualquier tipo de actividad dentro de la habitación de la persona enferma de COVID-19.
 - Colocarse una bata de tela o delantal de uso exclusivo para el interior de la habitación del paciente. Esta deberá ser lavada diariamente y deberá colocarse por fuera de la habitación del paciente y colgada de la perilla de su puerta.

- Antes de salir de la habitación del paciente, el cuidador deberá:
 - Utilizar gel anti-bacterial (propio, no el del paciente) para desinfectarse el exterior de los guantes.
 - Inspeccionar su bata en busca de manchas, derrames de líquidos o contaminación proveniente del paciente. En caso de encontrarlas, lavar la bata inmediatamente al salir o colocarla en una solución de desinfectante comercial. La mayor parte de las diluciones de desinfectantes comerciales como Pinol, Fabuloso, Cloro o detergentes de ropa o trastes tienen la capacidad de desinfectar las prendas si se les permite al menos 15 minutos de tiempo de sumersión.

NOTA: La referencia a marcas o productos comerciales tiene un propósito ilustrativo y de ninguna manera representa un recomendación por encima de otras marcas o productos con características similares.

- Inmediatamente al salir de la habitación del paciente, el cuidador deberá:
 - Colocar el delantal o bata de tela NO CONTAMINADO colgado de la perilla de la puerta del paciente.
 - Lavar el delantal o la bata inmediatamente en caso de que haya sido contaminada.
 - Lavarse el exterior de los guantes con agua y jabón o solución diluida de cloro doméstico.
 - Retirarse los guantes y colocarlos a secar lejos de los utensilios empleados para la preparación de alimentos.
 - Lavarse las manos con agua y jabón.
 - Desinfectar la perilla de la puerta del paciente y cualquier otra superficie que el cuidador haya contactado mientras usaba guantes y mientras se trasladaba de la habitación del paciente hacia otras partes de la vivienda.

- El cuidador deberá entender la responsabilidad que implica reportar inmediatamente si el mismo comienza a presentar manifestaciones de síntomas respiratorios.

- El cuidador deberá mantener al mínimo sus visitas al paciente enfermo, evitará realizar visitas de compañía o sociales al interior de la habitación del paciente enfermo. Deberá minimizar el número de veces que se abre la puerta a la habitación de aislamiento a lo largo del día.

5. Manejo de residuos en el domicilio donde se cuida a un paciente enfermo de COVID-19.

- La ropa de cama así como la ropa del paciente enfermo con COVID-19 deberá ser colocada en una bolsa de plástico grande por el cuidador ANTES de ser retirada de la habitación del paciente y al menos una vez cada dos días.
- La ropa de cama así como la ropa del paciente enfermo con COVID-19 deberá ser lavada inmediatamente empleando detergentes y acondicionantes comúnmente empleados. De ser posible se deberán utilizar ciclos de lavado con agua entre 60 y 90°C de temperatura.
- Cuando el lavado se realice a mano, se recomienda utilizar preferentemente una pequeña cantidad de cloro blanqueador durante el lavado de la ropa. Por ello será preferente que la ropa empleada por el paciente durante su convalecencia sea blanca o resistente al cloro.
- La ropa del paciente NO deberá ser sacudida ANTES del lavado.
- El secado de la ropa de cama y del paciente deberá realizarse a alta temperatura o tenderse a secar bajo la luz directa del sol.
- La basura de la habitación del paciente deberá ser recolectada por el mismo y colocada en la bolsa de basura ubicada en el interior de su habitación. Así mismo, el paciente deberá responsabilizarse de cerrar correctamente la bolsa de sus desechos y de colocar una bolsa de basura nueva en el bote de basura.
- El cuidador retirará de manera periódica la bolsa de basura del paciente y la colocará en el exterior de la casa a la espera de su recolección por el servicio municipal correspondiente.
- En el caso de comunidades rurales, se recomienda la incineración de la basura del paciente.



- Al finalizar la recolección de residuos y material desechable por parte del paciente, éste deberá lavarse las manos con agua o jabón.
- Una vez que el cuidador haya retirado la bolsa de basura de la habitación del paciente (véase el apartado 4. Medidas de precaución específicas a la persona involucrada en el cuidado de pacientes enfermos con COVID-19 de este documento sobre el procedimiento correcto). El cuidador deberá lavarse las manos con agua y jabón.

6. Salud mental y responsabilidad.

- La ocurrencia de un caso de COVID-19 en casa no debe ser fuente de tristeza o temor, mas del 80% de los casos presentan sintomatología leve y se resuelven solos sin hospitalización en unos días sin dejar secuelas.
- La importancia de seguir estas recomendaciones va orientada hacia evitar complicaciones y muertes entre los grupos mas vulnerables.
- La misma presentación clínica leve de los casos NO debe ser objeto de relajación y de menosprecio, la enfermedad de COVID-19 que en una persona solo se presenta como escurrimiento nasal pudiera implicar la muerte de otra persona.
- Es preferible y recomendable el cuidado de la mayor parte de los casos infectados por COVID-19 en casa por que permite que solamente las personas mas graves ocupen camas en el hospital.
- Así mismo, el cuidado en casa del paciente con COVID-19 es mas humano, menos estresante para el paciente y sus cuidadores. Es más cómodo, goza de alimentos de mejor sabor y expone menos al paciente al riesgo de infecciones hospitalarias agregadas.
- Si usted vive solo en casa y cree que pudiera estar en riesgo de infección por COVID-19 o si simplemente quiere preparase para tal eventualidad, asegúrese de contar con una red de apoyo vecinal, de tener un teléfono celular con saldo a la mano y de contar con al menos una persona a quien solicitarle auxilio ante tal eventualidad.
- A la fecha no existe evidencia de que el COVID-19 represente un riesgo para embarazadas y su bebe, no obstante, la OMS recomienda que las embarazadas apliquen al extremo las medidas preventivas (lavado de manos, distanciamiento de personas con la enfermedad o en sospecha de tenerla, etc.). Esto como una precaución exagerada y en el conocimiento de que el embarazo implica cambios físicos e inmunológicos a la mujer.



- La OMS no recomienda la suspensión de la lactancia materna ni cuando la mujer se encuentra infectada por COVID-19. No obstante, es recomendable que la mujer lactante extreme la precauciones de higiene al manipular a su bebe o lactarlo, esto incluye:
 - Lavarse las manos antes de tocar al bebe.
 - Lavarse y humectarse el cuerpo diariamente.
 - Utilizar cubre-bocas durante el contacto con el bebe.
 - Uso de ropa limpia diaria.
 - Cambios frecuentes de la ropa de cama y propia del bebe.

- Es sumamente importante reconocer la necesidad de mantener separados a los individuos infectados de los sanos. El aislamiento social, si bien es totalmente ajeno a la naturaleza de la raza humana, es FUNDAMENTAL para contener la infección por COVID-19 y para evitar las complicaciones y muertes.

- Absténgase de hacer caso a los comunicados emitidos a través de redes sociales en relación a los cuidados de pacientes, de la dinámica de transmisión, severidad y estado actual de la pandemia de COVID-19 en México. Para recibir información de calidad, arbitrada y basada en evidencia médica y científica, visite la página de la Organización Mundial de la Salud. Ésta brinda información de gran utilidad práctica, validada, sin sesgos y en tu idioma.






Organización Mundial de la Salud

Buscar temas, términos y siglas

Temas de salud ▼ Países ▼ Centro de prensa ▼ Emergencias ▼ Acerca de la OMS ▼

Acceso / Emergencias sanitarias / enfermedades / Nuevo coronavirus 2019



Imagen

En este sitio web se puede encontrar información y orientaciones de la OMS acerca del actual brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19) que fue notificado por primera vez en Wuhan (China) el 31 de diciembre de 2019. En esta página figura información actualizada diariamente.

La OMS está colaborando estrechamente con expertos mundiales, gobiernos y asociados para ampliar rápidamente los conocimientos científicos sobre este nuevo virus, rastrear su propagación y virulencia y asesorar a los países y las personas sobre la medidas para proteger la salud y prevenir la propagación del brote.

Situación en las Américas

Distribución geográfica de la enfermedad por el coronavirus 2019-nCoV en las Américas

Documentos técnicos - Región de las Américas

- Cómo protegerse
- Preguntas y respuestas
- Consejos para la población acerca de los rumores
- Consejos sobre viajes
- Orientaciones técnicas

www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019





6. Referencias

- Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19. Gobierno de España, Ministerio de Sanidad. España, Marzo 2020.
- Recommended precautions for household members, intimate partners, and caregivers in a nonhealthcare setting of a patient with symptomatic laboratory-confirmed COVID-19 or a patient under investigation. Centers for Disease Control. EUA, Marzo 2020.
- Stay at home: guidance for households with possible coronavirus (COVID-19) infection. Public Health England. Reino Unido de Gran Bretaña, Marzo 2020.
- Pan American Health Organization (PAHO). Interim laboratory biosafety guidelines for the handling and transport of samples associated with the novel coronavirus 2019 (2019-nCoV)1.
- Pan American Health Organization (PAHO). Ethics guidance on issues raised by the novel coronavirus disease (COVID-19) pandemics
- Pan American Health Organization (PAHO). Presentation: Infection Prevention and Control and novel coronavirus (COVID-19): standard precautions and use of personal protective equipment
- Recomendaciones para la gestión de residuos domiciliarios de pacientes en cuarentena por Covid-19. Coordinación de Salud Ambiental. Ministerio de Salud de la Nación (IF-2020-18297284APN-SSGSEI#MS). Argentina, Marzo 2020.

