



UNIVERSIDAD DE
GUADALAJARA

Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco



GUÍA DE CUIDADOS EN CASA PARA CONVIVIR

CON UN PACIENTE CON COVID - 19

Respuestas para saber
cómo aislar a un paciente y
cómo evitar la transmisión
de la enfermedad en casa.





¿CÓMO SABER SI soy un caso COVID?

SÍNTOMAS

COMUNES

Fiebre

Dolor de cabeza

Secreción y
congestión nasal

Tos y estornudo

Dolor de garganta

* Los síntomas podrían
aparecer de **1 a 14**
días después de la
exposición al virus

GRAVE

Neumonía o
dificultad para respirar



Si tienes algunos de estos síntomas o tuviste contacto de riesgo con un caso de COVID-19 es importante realizarte la prueba; sin embargo, incluso antes del diagnóstico es necesario que te aísles 14 días aplicando las medidas de esta guía. **Vigila en todo momento síntomas de alarma (insuficiencia respiratoria) que pudieran requerir hospitalización.**

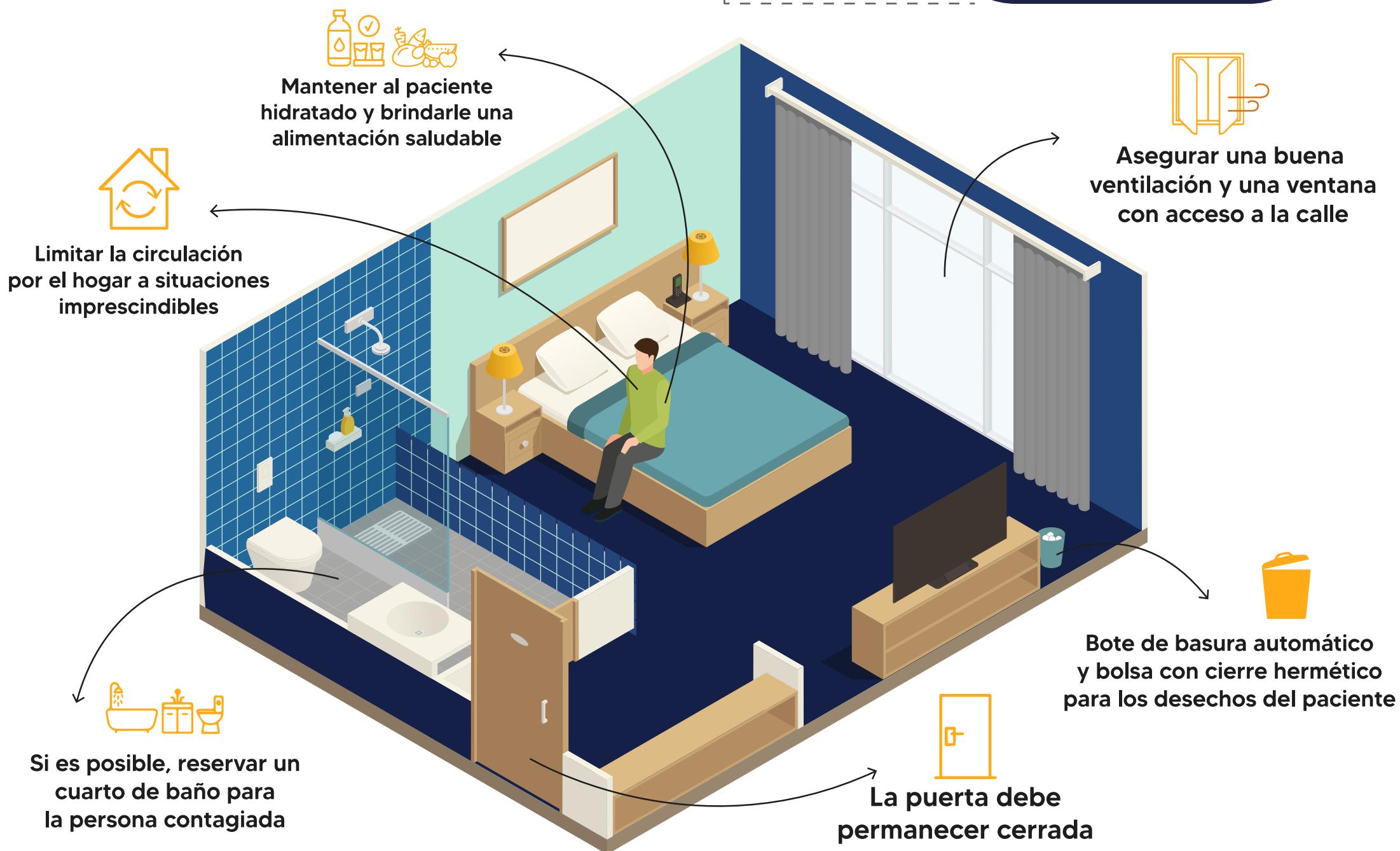
CÓMO AISLAR

un enfermo en casa



Sala de Situación en
Salud por COVID-19
de la Universidad de Guadalajara

Siempre que se pueda, se recomienda instalar al paciente en una habitación de uso exclusivo



Si sale de la habitación, es necesario el uso de cubrebocas y una correcta higiene de manos con agua y jabón o un desinfectante a base de alcohol.



Si no es posible aislar al paciente en una habitación, el uso de cubrebocas es necesario en todo momento para todos los integrantes de la familia



CÓMO LIMPIAR

con un enfermo en casa

Cuando convive con un paciente,
es imprescindible una limpieza exhaustiva
diaria para evitar nuevos contagios

¡Se debe prestar especial atención a las superficies!



La persona encargada
de la limpieza deberá usar
 cubrebocas y guantes



Para la limpieza debe usarse
una solución de agua con cloro:
 2 cucharadas de cloro
 en 1 litro de agua



Limpie todas las superficies
de contacto frecuente:
 picaportes, mesas, grifos,
 interruptores, inodoros, etc.



La vajilla y el menaje debe lavarse
 con agua caliente y jabón,
si es posible en un lavaplatos
para alcanzar los 60°



La ropa debe lavarse **por separado**
 con detergente habitual, se sugiere
que sea a una temperatura entre 60° y 90°.
Deje que se seque totalmente

RESIDUOS

de un enfermo en casa

Los residuos pueden ser peligrosos para el resto de las personas con las que convive

Tire los guantes y el cubrebocas a la basura y lávese las manos a continuación



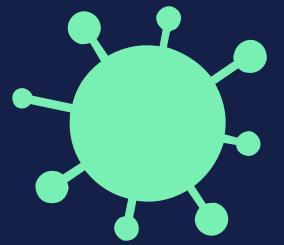
La basura debe estar dentro de una **bolsa de plástico cerrada**



La toalla del enfermo tendrá **un único uso** y se meterá en un cesto específico



Imprescindible el uso de elementos de limpieza desechables e higiene personal exhaustiva tras el tratamiento de residuos



UNIVERSIDAD DE
GUADALAJARA

Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco

Cuídate
del COVID-19

**Sala de Situación en
Salud por COVID-19**

de la Universidad de Guadalajara

Consulta esta y otras guías de cuidados del COVID-19



gaceta.udg.mx/cuidate

