



**SARS-CoV-2
COVID-19**

AISLAMIENTO: Medidas Generales a seguir



quirónprevención

En estos días de Aislamiento, es importante conocer **QUÉ HACER** no sólo nosotros si estamos aislados, sino sobre todo, qué medidas tomar con nuestros familiares y cohabitantes.

HE AQUÍ UNAS RECOMENDACIONES

Web de la COVID-19:

<https://www.quironprevencion.com/prevencion/es/campanas-prevencion-riesgos-laborales/coronavirus-covid-2019>

Sección de Ocio y Bienestar Personal en aislamiento y el teletrabajo.

MEDIDAS DE AISLAMIENTO DOMICILIARIO (COVID-19)



RECOMENDACIONES PARA EL RESTO DE HABITANTES DE LA CASA

- ▲ Evitar el contacto con la persona con síntomas, sobre todo los colectivos vulnerables: personas ancianas, con enfermedades crónicas, inmunodeprimidas o embarazadas.
- ▲ Procurar que sea una única persona la que proporcione atención al paciente.
- ▲ Lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato.
- ▲ Desinfectar con frecuencia grifos, interruptores y pomos de puertas, sobre todo si el enfermo utiliza las zonas comunes.



ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA

SI EL ENFERMO NECESITA SALIR DE LA HABITACIÓN DEBE LLEVAR MASCARILLA QUIRÚRGICA (SIN FILTROS) Y MANTENER LA DISTANCIA DE SEGURIDAD



TELÉFONO OPERATIVO PARA COMUNICARSE CON EL PERSONAL SANITARIO



LIMPIEZA CON LEJÍA 1:100 (10 cc. POR CADA LITRO DE AGUA)



LA HABITACIÓN DEBE ESTAR BIEN VENTILADA HACIA EL EXTERIOR DE LA VIVIENDA



CUARTO DE BAÑO DE USO EXCLUSIVO PARA EL AFECTADO SI ES POSIBLE



CUBO DE BASURA, CON TAPA DE APERTURA DE PEDAL, Y EN SU INTERIOR UNA BOLSA CON AUTOCIERRE



LA ROPA Y LAS SÁBANAS DEBEN INTRODUCirse EN UNA BOLSA CERRADA PARA TRASLADARLA A LA LAVADORA (LAVAR A 60° - 90°)



LAVAR PLATOS Y CUBIERTOS A ALTAS TEMPERATURAS (SI ES POSIBLE LAVAVAJILLAS)



CORRECTO LAVADO DE MANOS: DE 40 - 60 SEGUNDOS CON AGUA Y JABÓN (DE MANERA OCASIONAL, CON SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA)



PUERTA CERRADA

