

Manejo de casos de aislamiento

Requisitos para el Aislamiento Preventivo Domiciliario:

- No es necesario que el trabajador viva acompañado si se puede asegurar una asistencia telefónica.
- La vivienda debe disponer de un ambiente con buena ventilación y que pueda ser dedicada de forma específica para el aislamiento del trabajador, con posibilidad de designar un baño para uso exclusivo del trabajador, o en su defecto deberá ser limpiado con lejía doméstica tras su uso.
- Disponibilidad por parte del trabajador, de un teléfono que garantice la comunicación permanente con el personal sanitario hasta culminar el período de aislamiento.
- El trabajador debe medirse constantemente la temperatura para que se genere un control diario de temperatura (3 VECES POR DÍA), con una cartilla de registro en la que se anotarán los valores identificados.
- Aunque cada caso se deberá valorar de forma individual, como norma general no debería haber cohabitantes con condiciones de salud que supongan una vulnerabilidad: personas con edad avanzada, enfermedades crónicas, inmunodeprimidas o inmunosuprimidas por terapias con corticoesteroides (para tratamiento de enfermedades autoinmunes como Lupus Eritematoso Sistémico, Artritis Reumatoidea, entre otras), embarazadas, etc. Tanto el trabajador, como sus cohabitantes deben ser capaces de comprender y aplicar de forma correcta y consistente las medidas básicas de higiene, prevención y control de la infección.

Lugar de Aislamiento:

- El trabajador deberá permanecer de preferencia en un ambiente o habitación de uso individual o, en caso de que esto no sea posible, en un lugar en el que se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los convivientes. La puerta de la habitación deberá permanecer cerrada. En caso de que sea imprescindible ir a las zonas comunes del domicilio deberá utilizar mascarilla quirúrgica simple y realizar higiene de manos al salir de la habitación. Se mantendrán bien ventiladas las zonas comunes.
- El ambiente o habitación deberá tener una ventilación adecuada directa a la calle. No deben existir corrientes forzadas de aire provenientes de sistemas de calor o refrigeración.
- Sería importante que pudiese disponer de un intercomunicador (como los utilizados para la vigilancia de los bebés) para comunicarse con los familiares, sin necesidad de salir de la habitación. También se puede hacer a través del móvil.
- En el interior del ambiente o habitación deberá colocarse un cubo de basura, con tapa de apertura de pedal, y en su interior una bolsa de plástico que cierre herméticamente para los residuos.
- Se recomienda disponer utensilios de aseo de uso individual y de productos para la higiene de manos como jabón o solución hidroalcohólica.
- Las toallas deberán ser de uso exclusivo. Deberán cambiarse periódicamente.
- La persona aislada no deberá recibir visitas durante el periodo de aislamiento.
- Se recomienda disponer de un registro de entrada y salida diario de personas que accedan a la habitación.

Medidas de protección de las personas en el domicilio:

- Los miembros de la familia y cohabitantes deben permanecer en una habitación diferente, teniendo el mínimo contacto con el trabajador aislado. Evitar el contacto directo con los fluidos corporales, especialmente los orales o secreciones respiratorias, y heces. No se deben compartir objetos de uso personal tal como cepillos de dientes, vasos, platos, cubiertos, toallas, etc.
- El trabajador deberá permanecer en un ambiente o habitación de uso individual con la puerta cerrada hasta la finalización del aislamiento. En caso de que sea imprescindible ir a las zonas comunes del domicilio deberá utilizar mascarilla quirúrgica simple y realizar higiene de manos al salir de la habitación. Se mantendrán bien ventiladas las zonas comunes. Puede comunicarse a través de un intercomunicador o el móvil.
- El trabajador debe lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón. También puede utilizar soluciones hidroalcohólicas si las tuviera disponibles.
- Todos los cohabitantes deben lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el trabajador o su entorno inmediato.
- Si el caso en aislamiento es una madre lactante, se desaconseja la lactancia hasta que sea descartada o confirmada la infección. En este último caso deberá seguir lo indicado por el personal sanitario correspondiente. En todo caso deberá llevar una mascarilla cuando esté cerca de su bebé y realizar una cuidadosa higiene de manos antes del contacto cercano con el bebé.
- Se informará a los miembros de la familia y cohabitantes de que, si el trabajador es un caso en aislamiento y se convierte en un caso sospechoso y/o confirmado, serán considerados contactos.
- 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; consultando con los servicios de salud si éstos aparecieran.

Medidas de protección específicas para cuidadores:

- Se ha de procurar que sea una única persona la que proporcione atención al trabajador:
- El trabajador llevará una mascarilla quirúrgica simple mientras el cuidador permanezca cerca de él.
- Como medida de precaución general, la persona que realice los cuidados no debe tener factores de riesgo de complicaciones para el COVID-19: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes o embarazo. No obstante, se deberá evaluar cada caso de forma individual.
- Deberá extremar las medidas de precaución cada vez que entre en contacto con el trabajador o con sus fluidos (sangre, heces, orina, vómitos, saliva) para lo cual deberá llevar idealmente:
 - Mascarilla quirúrgica simple. No hay que tocar ni manipular la mascarilla mientras se lleve puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, se cambiará. Se desechará después de su uso en un contenedor de residuos con tapa y se realizará higiene de manos.
 - Guantes desechables. Se utilizarán para cualquier contacto con las secreciones del enfermo y tras su uso se desecharán y se lavará inmediatamente las manos.
- Deberá lavarse las manos de forma frecuente con agua y jabón, o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el trabajador o su entorno inmediato.

Manejo de residuos en el domicilio:

- Lavar la ropa de cama, toallas, etc. de las personas en aislamiento con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y dejar que se seque completamente. Esta ropa deberá colocarse en una bolsa con cierre hermético hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de lavarla.

- El material desechable utilizado por la persona en aislamiento y sus cuidadores (guantes, pañuelos, mascarillas), el EPP del personal sanitario (excepto gafas y mascarilla) y cualquier otro residuo del paciente, se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferentemente con tapa y pedal de apertura. La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de sacarse de la habitación. La mascarilla y las gafas se deben retirar fuera de la habitación del paciente, donde también habrá un recipiente para tal efecto.
- La bolsa con los residuos podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón.

Duración del aislamiento:

- El aislamiento se debe asegurar por el periodo efectivo de 7 a 10 días, salvo indicación del médico tratante.