

## Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

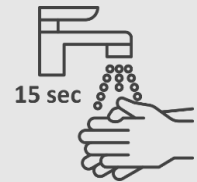
# Autoaislamiento: Guía para cuidadores, miembros de la familia y contactos cercanos

Si cuida o vive con alguien que tiene el virus, se considera que usted es un “contacto cercano”.

La unidad de salud de su localidad le dará instrucciones especiales sobre cómo controlar su salud, qué hacer si comienza a sentirse enfermo y cómo contactarlos. Asegúrese de informarle a los profesionales de la salud que usted es un contacto cercano de alguien con COVID-19.

### Lávese las manos a menudo

- Lávese las manos con agua y jabón después de cada contacto con la persona infectada.
- Como alternativa, use un desinfectante de manos a base de alcohol.



### Use mascarilla, guantes y protección ocular

- Use mascarilla, guantes y protección ocular cuando esté en contacto con la saliva u otros fluidos corporales de la persona (p. ej. sangre, saliva, vómito, orina y materia fecal).
- La protección ocular puede ser gafas de protección y pantalla facial.



### Elimine los guantes y la mascarilla después de usarlos

- Retírese los guantes y mascarilla después de atender a la persona infectada y deséchelos en un bote de basura revestido con una bolsa de plástico.
- Antes de retirarse la mascarilla, retire primero los guantes y lávese las manos con agua y jabón
- Las pantallas faciales y gafas de protección suelen ser reutilizables luego de limpiarlas con detergente para vajilla y agua o con una toallita desinfectante.
- Lávese las manos con agua y jabón nuevamente antes de tocar su cara o cualquier otra cosa.



### Limite la cantidad de personas que visitan su casa

- Solo acepte visitantes que debe ver y mantenga las visitas cortas.
- Las personas mayores o con afecciones médicas crónicas (problemas de pulmón, deficiencia inmunitaria o diabetes) no deben acercarse al enfermo.



## Evite compartir artículos de uso doméstico

- No comparta platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas u otros artículos con la persona bajo observación.
- Después de su uso, estos artículos deben ser lavados con jabón o detergente en agua tibia. No se necesita un jabón especial.
- Se pueden usar lavavajillas y lavadoras de ropa.
- No comparta los cigarrillos.



## Limpie

- Limpie su casa con limpiadores domésticos comunes.
- Limpie a diario los artículos que se tocan con regularidad, como inodoros, manijas del lavabo, manijas de puertas y mesitas de luz.



## Lave bien la ropa

- No es necesario lavar la ropa por separado, pero asegúrese de usar guantes cuando la manipula.
- Lávese las manos con agua y jabón inmediatamente después de quitarse los guantes.



## Tenga cuidado al tocar los desechos

- Todos los desechos pueden ir a los botes de basura comunes.
- Cuando vacíe los cestos de basura, asegúrese de no tocar con las manos los pañuelos desechables usados. Revestir el cesto con una bolsa de plástico hace que eliminar los desechos sea más fácil y seguro.
- Lávese las manos con agua y jabón o desinfectante para manos después de vaciar el cesto.



## Infórmese sobre el virus

El virus de la COVID-19 es nuevo. Se transmite a través de las gotitas respiratorias de una persona contagiada a otros con quienes ha estado en contacto cercano, como personas que viven en la misma casa o que la cuidan. También puede obtener información actualizada sobre la COVID-19 en el sitio web del Ministerio de Salud de Ontario: [ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Para más información comuníquese con: \_\_\_\_\_

La información en este documento está actualizada al 31 de julio de 2020