

GUIA PROVISIONAL PARA EL MANEJO DOMICILIARIO EN EL CONTEXTO DE LA EMERGENCIA COVID-19

27-03-2020

Se brindan las recomendaciones para la atención domiciliaria de pacientes con COVID-19 que presentan signos y síntomas leves de Infección Respiratoria Aguda y para evitar la transmisión entre contactos.

Para decidir por el manejo domiciliario de pacientes con COVID-19 se deben de cumplir con las recomendaciones siguientes:

1. El paciente tiene una Infección Respiratoria Aguda Sin Signos de Gravedad y se encuentra estable para recibir cuidados en casa
2. Existe en el hogar una persona de bajo riesgo para COVID-19 (menor de 50 años, sin comorbilidades, no fumador), que le puede proporcionar los cuidados adecuados por lo menos durante 14 días.
3. Hay acceso en el domicilio a teléfono o internet para asegurar la vigilancia diaria establecida por la SESAL durante 14 días
4. Existe en el domicilio un cuarto separado con ventilación e idealmente un baño que pueda ser usado solo por el paciente con COVID-19
5. Se disponen de recursos en el domicilio para acceder a alimentos y otras necesidades
6. Tanto el paciente como la persona cuidadora disponen del equipo mínimo de protección recomendados como lo son mascarillas quirúrgicas y guantes descartables, y ambos evidencian comprender la importancia de las normas de bioseguridad (higiene respiratoria, código para toser y estornudar, lavado de manos, disposición de material desechable) y expresan su compromiso de seguirlas.
7. No existen en el domicilio personas con alto riesgo de presentar complicaciones por COVID-19: adultos mayores (> 60 años), personas con enfermedades crónicas transmisibles, no transmisibles (Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus, Enfermedad Cardiovascular, Asma Bronquial, Bronquitis, Enfermedad Renal Crónica) o con inmunosupresión.

Si la persona con COVID-19 y con Infección Respiratoria Aguda Sin Signos de Gravedad no reúne las condiciones antes enumeradas que garanticen el bienestar personal, el de su familia y el de sus vecinos deberá de ser referida a una unidad de aislamiento para personas con COVID-19 designada por SESAL y COPECO en cada ciudad.

RIESGO DE INFECCIÓN POR COVID-19

Los miembros del hogar, las parejas y la persona cuidadora de un paciente con COVID-19 asignado a atención domiciliaria están en alto riesgo de contraer la infección, aun cuando la persona diagnosticada tenga IRA leve o moderada o se encuentre asintomático. Por tal motivo, se debe de tener estricto cumplimiento y control de normas de bioseguridad en el hogar y ante la aparición de signos y síntomas de IRA en cualquier otro miembro, se debe de colocar una mascarilla y reportar al personal de salud que da seguimiento al caso diagnosticado.

SEGUIMIENTO DIARIO DE PRESENCIA DE SIGNOS Y SÍNTOMAS DE UNA INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA CON SIGNOS DE GRAVEDAD

Por lo menos cada 24 horas el personal de salud dará seguimiento al caso de COVID-19 asignado a atención domiciliaria, constatando la presencia o ausencia de signos y síntomas de una IRA severa en el paciente:

1. Temperatura $\geq 40^{\circ}\text{C}$
2. Frecuencia respiratoria > 20 / minuto
3. Dolor pleurítico
4. Disnea
5. Alteraciones en conciencia
6. $\text{PO}_2 < 90\%$

Ante la presencia de dos o más signos el paciente debe de ser referido de emergencia al hospital asignado.

HIGIENE EN CASA

Además de su cuarto asignado, la persona con COVID-19 deberá de disponer para su uso exclusivo de vasos, platos, cubiertos, cucharas, tenedores, ropa de cama, toallas y cualquier otro artículo que utilice para su aseo y cuidado personal. No se deben de compartir cepillos de dientes, bebidas, cigarrillos, comidas con otros miembros del hogar. Todas las superficies del hogar deben de ser limpiadas con una solución a base de cloro (al 0.1% equivalente a 1000 ppm) o con desinfectante: piso, puertas, picaportes, inodoro, lavamanos, espejos, utensilios utilizados por la persona con COVID-19. Se debe de tomar precauciones especiales y usar guantes descartables cuando se limpian superficies que contengan esputo, sangre o cualquier otro fluido corporal.

Se debe de remover de forma inmediata y lavar los utensilios y la ropa que contenga esputo, sangre o cualquier otro fluido corporal. Si se cuenta con lavadora, esta ropa debe de ser lavada sin mezclarse con la ropa del resto de miembros del hogar. Si se lava a mano, se debe de usar guantes descartables y tener precauciones para evitar el contacto de la ropa contaminada con la piel. Los materiales descartables usados, como guantes y mascarillas, y cualquier otro material desechado por la persona con COVID-19 deberán de ser colocados de forma inmediata en una bolsa con color rojo (proporcionada por SESAL), la cual debe de mantenerse siempre sellada y ser guardada en el cuarto exclusivo del paciente hasta el momento en que sea colectada.

CUIDADOS GENERALES EN EL HOGAR

Limitar la movilización de la persona con COVID-19 en casa y minimizar el compartir espacios. Asegurar que los espacios compartidos (baños, cocina, comedor, sala) tengan buena iluminación. Si no se dispone de un cuarto exclusivo, asegurar de que se mantenga por lo menos un metro de distancia entre persona y persona en el hogar. La persona con COVID-19 debe de dormir en cama separada. Limitar el número de cuidadores, idealmente sólo uno y que sea una persona de bajo riesgo. No se permitirán visitas por 14 días como mínimo.

Los miembros del hogar deben de lavarse adecuadamente las manos, idealmente con agua y jabón, en las situaciones siguientes:

1. Antes y después de preparar los alimentos
2. Antes de las comidas
3. Después de usar el baño
4. Si han estado en contacto cercano con la persona con COVID-19

La persona cuidadora deberá lavarse las manos después de cada contacto con la persona o con los utensilios y artículos usados por la persona con COVID-19. Las manos se secarán con toallas descartables. Si no se dispone de ellas, se pueden usar toallas corrientes, pero deben ser cambiadas a diario. Los baños y los inodoros deben de ser limpiados y desinfectados por lo menos una vez al día. Primero se lavan con jabón o detergente corrientes y luego se desinfectan con una solución a base de cloro (al 0.1% equivalente a 1000 ppm) o con desinfectante

USO Y CUIDADO DE MASCARILLAS

Para contener la contaminación con secreciones respiratorias, el paciente con COVID-19 debe de usar una mascarilla quirúrgica descartable de forma permanente. Al toser o estornudar se debe de hacer cubriéndose con el codo. La persona con COVID-19 podrá cambiarse la mascarilla cada 8 horas, siempre y cuando las misma no se humedezca por secreciones. En dicho caso, la mascarilla debe de ser cambiada de inmediato. El cuidador y cualquier otra persona del hogar deberán de usar una mascarilla cuando se encuentren en el mismo cuarto con la persona infectada con COVID-19. Se deben de tomar cuidados especiales al retirar la mascarilla, no tocando la parte frontal que se considera zona contaminada. Las mascarillas y los guantes no deben de ser reutilizados, al ser retirados deben de ser colocados inmediatamente en una bolsa color rojo, usada para desechos con contaminación biológica.

FINALIZACIÓN DE LA RECLUSIÓN EN EL HOGAR

La OMS recomienda que se puede finalizar la reclusión en el hogar cuando la persona resulte negativa por pruebas antigénicas (PCR) en dos muestras separadas por 24 horas. Si no se dispone de pruebas, la reclusión domiciliaria puede terminar dos semanas después de que finalicen los síntomas respiratorios.

TRATAMIENTO DE LA PERSONA CON COVID-19 INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA SIN SIGNOS DE GRAVEDAD

Hasta el momento no existe tratamiento específico para el COVID-19 ni tampoco existe una vacuna. Por lo tanto, el tratamiento es sintomático.

1. No se debe de automedicar.
2. El uso de antibióticos y de otros medicamentos debe de ser indicado por personal médico.
3. Se recomienda tener una nutrición balanceada, con abundantes vegetales y frutas frescas, tomar líquidos abundantes y si se necesita analgésico, usar acetaminofén o paracetamol.

MANEJO DE CONTACTOS

Todas las personas que han estado expuestas a personas diagnosticadas con COVID-19 se consideran contactos y se recomienda que su estado de salud sea monitorizado por 14 días, a partir del contacto, en cualquiera de las situaciones siguientes:

1. Contacto cara a cara con un caso diagnosticado con COVID-19 a menos de un metro de distancia por más de 15 minutos.
2. Proveer atención en salud a un caso diagnosticado con COVID-19 sin usar el equipo adecuado de protección personal o no haber seguido las normas de bioseguridad.
3. Haber permanecido en el mismo ambiente cerrado, en cualquier cantidad de tiempo, con un caso diagnosticado con COVID-19, incluyendo sitio de trabajo, aula de clase, hogar o cualquier otro evento que disminuya distancia entre personas.
4. Viajar en proximidad (menos de 1 metro de distancia) con un caso diagnosticado con COVID-19
5. Cualquier otra situación que exponga a la persona a entrar en contacto con secreciones nasales, orales o líquidos corporales de un caso diagnosticado con COVID-19.

Si una persona contacto desarrolla signos y síntomas de una IRA con se deben de tomar las siguientes acciones:

1. Colocar una mascarilla de forma permanente
2. Notificar a las autoridades correspondientes para hacer prueba de COVID-19
3. Si hay necesidad de traslado, el mismo debe de hacerse en un medio de transporte autorizado y con las medidas de bioseguridad, evitando el transporte público
4. La persona debe de inmediato adoptar las medidas de bioseguridad, higiene respiratoria y guardar distancia de un metro con otras personas.

RESPONSABILIDAD DEL PERSONAL DE SALUD EN LA ATENCIÓN DOMICILIARIA

1. Llevar ficha de vigilancia epidemiológica y de seguimiento de cada paciente en atención domiciliaria por el tiempo requerido.
2. Proveer de mascarillas, guantes descartables y bolsas color rojo para manejo de material biológico contaminado.
3. Asegurar la logística para el traslado inmediato de pacientes en atención domiciliaria que desarrollen síntomas y signos de una IRA severa.

REFERENCIAS

1. World Health Organization. Home care for patients with COVID-19 presenting with mild symptoms and management of their contacts. WHO reference number: WHO/nCov/IPC/HomeCare/2020.3. Interim Guidance, 17 March 2020.
2. Interim Guidance for Implementing Home Care of People Not Requiring Hospitalization for Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Updated February 12, 2020.
3. COVID-19: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
4. www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/clinical-criteria.html

5. Mapa en tiempo real (Universidad de John Hopkins:
<https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6>
6. La Organización Panamericana de la Salud tiene disponible un curso en línea gratuito de actualización en COVID-19 en:
 - 1) <https://www.campusvirtualsp.org/es/curso/virus-respiratorios-emergentes-incluido-el-2019-ncov-metodos-de-deteccion-prevencion-respuesta>
 - 2) www.oms.org
 - 3) www.cdc.gov
 - 4) <https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19>