

**Este documento es un documento  
elaborado por Matia Fundazioa y de  
aplicación interna.**

**Lo ponemos a disposición para su  
consulta**

# **CORONAVIRUS**

## **Protocolo de Intervención en Viviendas con Apoyos**

- **ACTIVIDAD ESENCIAL**
- **SE DEBE GARANTIZAR EN TODOS LOS CASOS LAS PRESTACIONES EN EL DOMICILIO SIEMPRE QUE SE PRECISEN DE CUIDADOS Y APOYOS PARA LAS ACTIVIDADES DE VIDA DIARIA ESENCIALES.**

- ESCENARIO 1
  - No contacto/no sospecha/ no caso
  - Persona con infección respiratoria NO COVID19
- ESCENARIO 2
  - Caso SOSPECHOSO/EN INVESTIGACION
- ESCENARIO 3
  - Caso Confirmado

## **ESCENARIO 1**

**No caso sospechoso, no caso, no  
contacto**

- PDF 1 CUIDA TU SALUD EN CASA
- PDF 2 PREVENCIÓN EN CASA

- ESCENARIO 1: NO SOSPECHA/NO CASO/NO CONTACTO
- ESCENARIO 1: PERSONA CON PROCESO INFECCIOSO NO COVID-19 (\*tras valoración mèdica )

# Medidas de precaución generales

( no caso/no sospecha/ no contacto)

## Medidas generales de prevención:

- Extremar medidas de higiene de manos e higiene respiratoria y recoger el pelo y usar ropa de trabajo
- Guantes en todas las intervenciones de contacto directo.
- Mascarilla quirúrgica + mascarilla impermeable para el personal
- **Minimizar la rotación de trabajadores y el movimiento de los usuarios entre unidades/pisos ( según estructura de cada recurso)**
- Higiene de manos a todas las personas residentes con agua y jabón/ hidroalcohol en las tres comidas principales y distancia de seguridad (1,5m)
- Formación a todo el personal en medidas de prevención y de actuación ante diferentes escenarios.
- Toma de temperatura a todo el personal por turno.
- **Toma de temperatura a todos los usuarios 2 veces al día.**
- **Vigilancia aparición de sintomatología de los residentes y del personal**



# Persona con proceso infeccioso (\*)

- Cuando detectemos una persona con algún **SINTOMA RESPIRATORIO Y/O INFECCIOSO** (temperatura : >37º, tos repetida NO PRODUCTIVA, DIFICULTAD RESPIRATORIA, MALESTAR GENERAL, DOLOR DE GARGANTA) hay que AISLAR A ESA PERSONA EN HABITACIÓN INDIVIDUAL ( SI ES DOBLE SACARÍAMOS A SU COMPAÑERO ) Y AVISAR A SU MEDICO DE CABECERA EL CUAL NOS INDICARÀ EL PROCEDIMIENTO A SEGUIR Y RESTO DE MEDIDAS A TOMAR ( valorarà si es candidato a un traslado a otro centro si no se cumplen con las medidas que permitan el AISLAMIENTO EN EL PROPIO DOMICILIO.
- El mèdico de cabecera serà el que diagnostique si ese proceso es infeccioso NO CORONAVIRUS ó SOLICITARÀ TEST SI ESTA INDICADO.

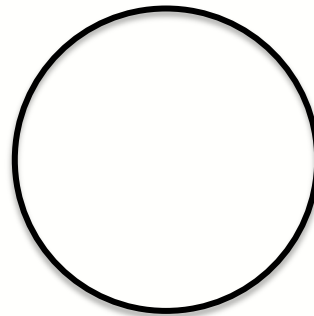
# Personas con proceso infeccioso (no coronavirus)\* según criterio médico

PERSONA QUE ATIENDE	RESIDENTE	MISMA UNIDAD/PISO
<b>Higiene manos extrema:</b> Limpieza manos antes y después de la intervención	<b>Recomendable estar en su habitación</b> (no hace falta aislamiento)	<b>Higiene manos en las tres comidas principales</b>
<b>Guantes + mascarilla quirúrgica</b> > en la atención al caso	<b>Mascarilla quirúrgica</b> (en presencia de terceros y cuando sale de la habitación)	<b>Distancia de seguridad</b>
<b>Atención por las mismas auxiliares</b>	<b>Limpieza de manos</b> (agua jabón / hidroalcohol) <b>en comidas principales como mínimo.</b>	<b>RESTO CENTRO/RESTO RECURSOS (SI NO COMPARTEN ESPACIOS)</b>
<b>Tras contacto con residente limpiar todo el material</b> utilizado con alcohol	<b>Control temperatura tres veces al día</b>	<b>Resto de unidades recomendaciones generales</b>
<b>Control de temperatura del personal</b>		

## ESCENARIO 2

### Caso sospechoso

**Fiebre, malestar, clínica respiratoria, o que está en estudio**



- Ante cualquier SOSPECHA → AISLAMIENTO
- Sacar a su compañero de habitación.
- Notificar a su médico de OSAKIDETZA.
- Seguir indicaciones generales de

**AISLAMIENTO EN EL DOMICILIO**

## Para los CASOS SOSPECHOSOS

- Siempre que se pueda, habitación y baño de uso exclusivo.
- La habitación debe estar ventilada y con la puerta cerrada.
- Teléfono operativo para comunicarse.
- Si necesita salir de la habitación, la persona debe llevar mascarilla quirúrgica y mantener la distancia de seguridad. **PERO HAY QUE EVITAR QUE SALGA.**
- Hay que evitar durante el aislamiento convivir con personas mayores, enfermedades crónicas, diversidad funcional, inmunodeprimidos o embarazadas.
- Colocar un cubo de basura en la habitación con tapa y pedal y bolsa de cierre hermético.

- Seguir en todo momento las RECOMENDACIONES DE HIGIENE RESPIRATORIA: cubrirse la nariz y la boca al estornudar/toser y/o con el codo flexionado y después lavarse las manos.
- Lavado de manos frecuente (video 1)
- Se recomienda NO COMPARTIR ENSERES: Vajilla, toallas, ropa de cama...
- VIGILAR EL ESTADO DE SALUD. Si empeoramiento → llamar al CENTRO DE SALUD

## Para el RESTO DE PERSONAS:

- NO contactar con la persona en aislamiento de manera presencial.
- Tomarse la temperatura 2 veces al día.
- Sólo una única persona debe proporcionar atención al paciente.
- Lavarse siempre las manos después de contacto o utensilios de la persona aislada.

## Limpiar con frecuencia las áreas de contacto: grifos, interruptores, pomos de las puertas...

— Tener en cuenta:

- Para la limpieza usar LEJIA ( 1 Cucharada sopera por litro de agua)
- La ropa y sàbanas usadas por la persona en aislamiento deben introducirse en una bolsa cerrada para trasladarle a la lavadora.
- Los platos, vasos y utensilios de cocina deben lavarse a altas temperaturas, preferiblemente en lavavajillas.
- Y recordar un correcto LAVADO DE MANOS: 40-60s con agua y jabón.

\*En centros la ropa personal o ropa de cama que pueda tener fluidos se deshecha como residuo biológico.



## 2.1 MEDIDAS

PERSONA QUE ATIENDE	RESIDENTE	PISO
<p><b>Higiene manos extrema:</b> Limpieza manos antes y después de la intervención</p> <p><b>Guantes + mascarilla quirurgica + mascarilla de tela impermeable+ bata semi impermeable</b> en la atención al caso sospecha</p> <p><b>Guantes + mascarilla QUIRURGICA</b> &gt; con el resto de personas usuarias</p> <p><b>Atención por las mismas auxiliares</b></p> <p><b>Control Tª 2 veces al día.</b></p> <p><b>Tras contacto con residente limpiar</b> todo el <b>material</b> utilizado con alcohol</p>	<p><b> AISLADO EN HABITACIÓN INDIVIDUAL</b></p> <p><b>Mascarilla QUIRURGICA</b> (en presencia de terceros)</p> <p><b>Limpieza de manos (agua jabón / hidroalcohol) en comidas principales como mínimo.</b></p> <p><b>Control Tª y Saturación 3 veces al día.</b> Termómetro y saturómetro en habitación</p> <p>Sacar al <b>acompañante</b> a habitación individual</p>	<p><b>Higiene manos en las tres comidas principales</b></p> <p>Intentar <b>que estén en las habitaciones</b></p> <p>Respetar <b>distancia</b> de seguridad</p> <p><b>Toma de temperatura</b> 3 veces día</p>
		CENTRO
		<p>Resto de unidades recomendaciones generales</p>

## 2.2. GESTIÓN DE ROPA Y RESIDUOS

### EN LAS HABITACIÓN DE AISLAMIENTO

**Residuos:**



Todos los residuos que se meten en bolsa dentro de la habitación. La bolsa se cierra en la habitación y se manipula con guantes. Medidas universales de higiene de manos.

PDF 4 GESTIÓN DE RESIDUOS /LIMPEZA DOM

PDF 5 GESTIÓN DE RESIDUOS/LIMPIEZA VIVIEN

La ropa sucia no sacudirla, se mete en bolsa que se cierra en la habitación. La bolsa se manipula con guantes. En lavandería\* ( **en centros donde hubiera propia**), no sacudir, usar guantes y mascarilla. Medidas universales de higiene de manos.

**Ropa residente y de cama:**



Los restos de comida se depositan en cubo de la habitación. logur, etc. sobrante, se queda en habitación o se desecha.

**Alimentación:**



En cocina/lavavajillas, manipular con guantes y mascarilla y lavado en lavavajillas industrial. Medidas universales de higiene de manos.

## **ESCENARIO 3**

### **Caso confirmado**

- PDF 6 AISLAMIENTO EN DOMICILIO

# 3.1 MEDIDAS

PERSONA QUE ATIENDE	RESIDENTE	MISMO PISO/UNIDAD
<p><b>Higiene manos extrema:</b> Limpieza manos antes y después de la intervención.</p> <p><b>Acceso a LA HABITACION *SE EXPLICARÁ</b> Guantes + bata impermeable + mascarilla FFP2 + guantes caña larga/guante normal + gafas + calzas + gorro</p> <p><b>Acceso a resto de habitaciones y fuera de las habitaciones :</b> Guante + mascarilla FFP2 + bata semi impermeable</p> <p><b>Atención por las mismas auxiliares</b> (en la medida de lo posible).</p> <p><b>Tras contacto con residente limpiar</b> todo el material utilizado con <b>alcohol</b></p> <p><b>Control T<sup>a</sup> por turno de todo el personal</b></p>	<p><b>AISLADO EN HABITACIÓN INDIVIDUAL.</b></p> <p><b>Control T<sup>a</sup> y Saturación 3 veces al día</b> Termómetro y saturómetro en habitación</p> <p><b>Mascarilla quirúrgica</b> en presencia de terceros.</p> <p>En caso de estar en habitación doble, sacar al <b>acompañante</b> a habitación individual.</p> <p><b>Acompañante</b> (del confirmado) <b>CONSIDERARLO SOSPECHOSO.</b></p>	<p><b>Cada uno en su habitación</b></p> <p><b>Mascarilla quirúrgica</b> al salir de la habitación</p> <p><b>Control T<sup>a</sup> por turno 3 veces al día.</b></p>
		<b>CENTRO</b>
		<p><b>Mantener en la habitación</b> el máximo tiempo posible</p> <p><b>Mascarilla quirúrgica</b> al salir de la habitación</p>

**TODO EL PERSONAL DEL CENTRO TRABAJARA CON GUANTE + MASCARILLA QUIRÚRGICA + BATA SEMI IMPERMEABLE**

## 3.2 COLOCACIÓN Y RETIRADA DE EPIS

### ANTES DE ACCEDER A LA HABITACION:

1. Higiene de manos
2. Colocar guantes
3. Colocar la bata impermeable
4. Colocar guantes de caña larga/guantes normales
5. Colocar la mascarilla
6. Colocar gorro
7. Colocar calzas
8. Colocar las gafas



### ENTRADA CORRECTA

### ANTES DE SALIR DE LA HABITACION:

1. Retirar la bata impermeable y desechar
2. Retirar el primer par de guantes y desechar
3. Retirar calzas y desechar
4. Retirar gafas, limpiarlas (para dejar fuera de la habitación)



Depositar EPIS en el contenedor de residuos antes de salir de la habitación  
Salir con la bolsa de ropa/bandeja comida tras desayuno y cuando sea necesario

### FUERA DE LA HABITACION:

1. Dejar las gafas en su lugar para reutilización
2. Entregar a quien está esperando ropa/bandeja comida
3. Retirar mascarilla, gorro y retirar guantes y desechar
4. Realizar higiene de manos



Depositar EPIS en el contenedor de residuos

**[VIDEO COLOCACION Y RETIRADA DE EPIS](#)**

## 3.3 GESTIÓN DE ROPA Y RESIDUOS

### EN LA HABITACIÓN

**Residuos:** Contenedor con tapa y pedal y bolsa roja



Depositar residuos generados en la habitación tipo **pañal, material de curas, EPIs y ropa** tanto de cama como del residente **si contiene heces, orina y otras secreciones**.

También material de limpieza desechable (El resto se queda en la habitación hasta cese aislamiento).

Los residuos se llevan al contenedor especial (organizar gestión residuos en cada centro)

**Ropa** residente y de cama (sin fluidos)



Introducir en bolsa transparente, sin agitar la ropa. Cerrarla en la habitación, llevar al lugar indicado según como va a gestión residuos de cada centro.

**Alimentación**



Los restos de comida se depositan en cubo de la habitación. logur, etc. sobrante, se queda en habitación o se desecha.

Tras finalizar se mete la vajilla y bandeja en bolsa de plástico transparente, cerrar en la habitación . Esta bolsa transparente se depositará en contenedor especial al efecto en la zona del lavavajillas. La vajilla se lava en lavavajillas industrial. El carro se limpia tras servicio.

**Medidas universales de higiene de manos, uso de guantes y mascarilla para todo el proceso.**

## Ante EVENTOS ALTAMENTE IMPACTANTES es normal experimentar...

... PENSAMIENTOS	... EMOCIONES	... CONDUCTA
<ul style="list-style-type: none"><li>• Dificultad de atención</li><li>• Dificultad para asimilar información</li><li>• Sensación de incredulidad</li><li>• Bloqueo en la toma de decisiones</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ansiedad, miedo, impotencia, rabia</li><li>• Culpa</li><li>• Estado de ánimo muy cambiante</li><li>• Tensión interna</li><li>• Desconexión emocional</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comportamientos impulsivos</li><li>• Bloqueo</li><li>• Evitación de situaciones</li><li>• Aislamiento social</li></ul>



## Si te sientes desbordad@: ¡¡¡¡ACTÚA!!!!

- **Para 1min cada hora para respirar profundamente:** Usa alarmas para recordarlo
- **Cuida tu lenguaje interno:** Sé comprensiv@ contigo mism@, evitando castigarte y juzgarte
- **Céntrate en el aquí y el ahora:** Es normal que tengas pensamientos intrusivos, anticipatorios, preocupaciones, ... pero evita engancharte a ellos
- **Sé operativ@:** Céntrate en cumplir las indicaciones y confía en tus responsables pues tienen más información
- **Evita el lenguaje catastrofista:** La situación es compleja pero la superaremos
- **Cuida tu compañerismo** con el resto del equipo. Sé agradecido
- **Respetar el tiempo de desconexión** temporal: Comidas, descansos, relajación, ...
- **Evita la sobreexposición** a información: Conversaciones, notificaciones al móvil, ...
- **Sal físicamente del espacio de crisis:** Date un respiro de vez en cuando
- **Comparte tus emociones:** Verbaliza cómo te sientes con tus compañer@s, familiares, ...
- **Respira relajadamente:** Inhala 4seg, aguanta 4seg y exhala 4seg
- **Sé consciente de toda la ayuda que has prestado** durante la jornada
- **Evita la culpa bloqueante:** Sé constructiv@ al revisar tus decisiones
- **Cuestiona juicios rígidos:** Sé comprensiv@ con tus limitaciones y la de tus compañer@s
- **Evita el consumo de tabaco, alcohol y tóxicos en general**
- **Busca apoyo fuera** el trabajo, te vendrá bien
- **Presta atención a tu propia salud física** respetando tiempos de comidas, descansos, etc.
- **Haz actividades de disfrute personal y particularmente ejercicio físico**
- **Balancea bien tu voluntad de ayudar respecto a tus fuerzas disponibles**

## INFOGRAFÍAS COVID19 MATIA FUNDAZIOA



# MATIA

FUNDAZIOA

*Avanzamos por un bienestar mayor*

¡Síguenos!

