

# Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en casos leves de COVID-19



Estas son las recomendaciones que se deben seguir si se está en aislamiento domiciliario por ser un caso leve de COVID-19.

Lea atentamente estas recomendaciones y pregunte (telefónicamente) cualquier duda. Sus familiares y convivientes deben recibir también la información.

## Lugar de aislamiento (debe disponer de teléfono en la habitación)



**Quédese en su casa**, evite salir de la habitación, manteniéndola ventilada y con la puerta cerrada.



**Evite distancias menores de 2 metros** de los convivientes.



**Evite visitas a su domicilio.**



**Utilice su propio baño**; si lo comparte, debe desinfectarse antes de que lo usen otros.



Tenga en la habitación **productos de higiene de manos.**



**Tenga un cubo de basura de pedal** en la habitación.

Los productos de desecho deben tirarse en la bolsa de plástico colocada dentro del cubo de basura. Anúdela bien antes de tirarla.

## Prevenir el contagio



**Tápese al toser y estornudar** con un pañuelo de papel



Tire el pañuelo en la **papelera**



**Lávese las manos** con agua y jabón



**No comparta utensilios** personales como toallas, vasos, platos, cubiertos y cepillo de dientes



**Póngase la mascarilla** si sale a espacios comunes o entra alguien en la habitación, y lávese las manos al salir.



**Limpie a diario las superficies** que se tocan a menudo, baño e inodoro con bayetas desechables y lejía (1 parte de lejía al 5% por 99 de agua). **Lávese las manos al terminar.**

## Persona cuidadora



**Guantes para cualquier contacto** con secreciones



**Utilice mascarilla** cuando compartan espacio



**Lave las manos** si entra en contacto, aunque haya usado guantes.



La persona cuidadora **no debe tener factores de riesgo de complicaciones**, y debe realizar **autovigilancia de los síntomas.**

## Limpieza



Use **lavavajillas** o friegue con agua caliente



**No sacudir** la ropa, meterla en **bolsa hermética. Lavarse siempre las manos** después de tocar la ropa.



Lave la ropa a **60-90º** y séquela bien

**Si nota empeoramiento comuníquelo a su profesional de referencia o al 112. Si algún conviviente o cuidador presenta síntomas no acuda a un centro sanitario y llame al teléfono habilitado por su Comunidad Autónoma.**

13 marzo 2020

### Fuentes:

- Basada en la [Infografía de Recomendaciones para el paciente caso en investigación o caso confirmado leve en aislamiento domiciliario](#). Consejería de Sanidad de Asturias.
- [Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19](#). Ministerio de Sanidad.
- COVID-19: self-isolation for patients undergoing testing. Public Health England.



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD