

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



**Lineamientos generales para el aislamiento domiciliario a costarricenses, residentes y diplomáticos que ingresen al país debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19)**

Versión 2  
20 de marzo 2020

Contenido

<b>Alcance</b> .....	3
<b>Características Generales</b> .....	3
<b>Recomendaciones generales a la población</b> .....	4
<b>Lineamientos</b> .....	5
<b>Acciones para el ingreso por vía aérea, terrestre y marítima</b> .....	5
<b>Aislamiento domiciliar</b> .....	6
<b>Anexos</b> .....	7

## Alcance

La aplicación de estas medidas para el aislamiento domiciliario a costarricenses, residentes y diplomáticos que ingresen al país; es de acatamiento obligatorio, en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la alerta por COVID-19.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

## Características Generales

**Los coronavirus (CoV):** son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV).

**Tipos:** Es importante tener en cuenta que existen cuatro coronavirus humanos (HCoV) endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43, además de otros dos coronavirus que causan infección zoonótica en humanos: MERS-CoV y SARS-CoV. Estos coronavirus son diferentes al COVID-19 circulante en la actualidad.

**COVID-19:** es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes

de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

## Recomendaciones generales a la población

Actualmente no existe una vacuna para prevenir la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). Sin embargo, como recordatorio, se recomiendan acciones diarias para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, que incluyen:

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa cuando presente síntomas (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta) relacionados con esta enfermedad.
- Cúbrase cuando tose o estornude con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura o utilice el protocolo de estornudo y tos en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con un desinfectante, con alcohol o paño de limpieza doméstico.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos 70%.

## Lineamientos

Estas medidas se recomiendan para todos aquellos costarricenses, residentes y diplomáticos que ingresen al país y que puedan favorecer el surgimiento de una cadena de transmisión por COVID-19.

### Acciones para el ingreso por vía aérea, terrestre y marítima

- El ciudadano que ingrese que haga su ingreso al país por vía aérea debe de notificar a la tripulación si tiene síntomas gripe o resaca (tos, fiebre y dolor de garganta), para que el piloto notifique a los aeropuertos y ellos a su vez al al Ministerio de Salud.
- El Ministerio de Salud activa el protocolo y junto con los equipos de Cruz Roja se preparan para la valoración inicial en una sala especial y aislada del resto de personas que deben ser valoradas para darles seguimiento de nivel de riesgo.
- Los ciudadanos que hagan su ingreso al país por vía marítima o terrestre de igual forma deben de notificar a los encargados del transporte para que estos se comuniquen con los equipos del Ministerio de Salud y otras autoridades responsables para que se prepare la valoración inicial y el aislamiento de la persona conforme los protocolos existentes.
- En caso de que la persona no presente síntomas, según el decreto ejecutivo N°42227 todo costarricense, residente y diplomático que ingrese por vía marítima, aérea y terrestre deberá como medida de prevención y contención de COVID-19 permanecer en aislamiento preventivo obligatorio por 14 días a partir de su llegada al país, ese mismo será instruido por orden sanitaria, que será entregada por los oficiales de migración que fueron legitimados como autoridad sanitaria.

## Aislamiento domiciliario

- Disponibilidad de teléfono en la vivienda o celular, que garantice la comunicación permanente con el personal sanitario para hacer el seguimiento, coordinar visitas y que posibilite la atención en caso de que se desarrolle síntomas relacionados con COVID-19
- Se debe tratar de que los familiares con condiciones de riesgo (adultos mayores, con enfermedades crónicas, inmunodeprimidas, embarazadas) puedan alojarse con otros parientes en otra casa de habitación, mientras la persona se encuentre en aislamiento.
- Las superficies que se tocan con frecuencia mesitas de noche, estructura de la cama, muebles del dormitorio, pomos de puertas, las superficies del baño y el inodoro entre otras deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico o solución a base de alcohol a un grado mínimo del 70%.
- Tanto la persona en aislamiento como sus familiares deben ser capaces de comprender y aplicar de forma correcta y consistente las medidas básicas de higiene, prevención y control de la infección, que se encuentran en sitio web: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/version\\_1\\_lineamientos\\_aislamiento\\_domiciliar\\_06032020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf)
- Se recomienda que las zonas comunes del domicilio se mantengan bien ventiladas y se intensifiquen las medidas de higiene.

- La persona permanecerá en una habitación de uso individual. La habitación deberá tener una ventilación adecuada directa a la calle. No deben existir corrientes recirculadas de aire provenientes de sistemas de calor o refrigeración.
- En el interior de la habitación de la persona aislada 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, que la persona tenga un baño para uso exclusivo, o en su defecto, deberá ser limpiado con cloro cada vez que sea utilizado por la persona que se encuentra en aislamiento.
- Se recomienda disponer utensilios de aseo de uso individual y de productos para la higiene de manos, se utilizará jabón y agua, en el caso de que no haya disponibilidad de este puede utilizarse soluciones a base de alcohol con un grado del 70%.
- Los paños deberán cambiarse periódicamente siempre que se encuentren húmedos, se recomienda el uso de toallas de papel para el secado de manos de preferencia.
- La persona aislada solo puede salir sí se requiere atención médica.
- Es importante que se mantenga informado por los medios oficiales sobre la situación del COVID-19 en Costa Rica y evitar situaciones de riesgo que le puedan provocar ansiedad.

## Anexos

Protocolo de lavado de manos

# ¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2 Aplique suficiente jabón



3 Frote sus manos palma con palma



4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9 Enjuague abundantemente con agua



¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



Protocolo de estornudo



## Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ  
CON LA PARTE SUPERIOR DEL  
BRAZO, HACIENDO UN SELLO  
PARA EVITAR SALIDA



Otras formas de Saludar

# Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo



CON EL PIE



JUNTANDO LAS  
MANOS



AGITANDO LAS  
MANOS



CON EL PUÑO DE LEJOS



CON EL CODO



No tocarse la cara



