# Tratamientos y cuidados del paciente positivo por COVID-19

Publicado el Miércoles, 25 Marzo 2020 05:40 Visto: 1524

San José, Costa Rica. Marzo 2020.

Si usted o un familiar se han hecho la prueba por COVID-19 y el resultado ha sido positivo, lo más importante es mantener la calma. Conozca la enfermedad, sus síntomas e inicie un proceso de monitoreo de su estado físico. Estas son parte de las recomendaciones que nos brinda la **Dra. Karla Chamorro, médica general de Hospital Clínica Bíblica**.

Al hacer el diagnóstico, su médico habrá indicado el tratamiento para los síntomas y hecho recomendaciones para su aislamiento en casa. Es de especial importancia que las respete, poniendo especial énfasis en el aislamiento en casa para **evitar la propagación masiva de COVID-19**. El tratamiento sintomático más recomendado con la evidencia actual es el acetaminofén, un excelente antipirético y analgésico que ha probado ser seguro y eficaz en COVID-19.

Muchos pacientes de diversos grupos etarios han sido diagnosticados con COVID-19, recuerde, no está solo. Entre los grupos con mayor riesgo de complicaciones se encuentran aquellos con otros padecimientos (enfermedad pulmonar, obesidad, enfermedades autoinmunes, etc.) y aquellos pacientes mayores de los 65 años.

Dentro de los síntomas más frecuentes, se encuentra la fiebre (99 %), fatiga (70 %), tos seca (56 %) y dolor de cuerpo (35 %). Los pacientes se clasifican como leve (81 %), severo (14 %) y crítico (5 %), en que leve representa al paciente sin neumonía o con neumonía leve; severo, a aquel paciente con neumonía severa, y crítico el que requiera internamiento en salas de cuidados intensivos. Dado que el 81 % de los casos se recuperará sin secuelas posteriores y con poca sintomatología, es importante que la persona diagnosticada preste especial atención a sus síntomas respiratorios.

Los cuidados en casa incluyen restringir contacto con otras personas presentes, lavado de manos adecuado, protocolo al estornudar y toser y restringir contacto con mascotas. Estas se resumen en los siguientes enunciados:

- Instalar al paciente en una habitación individual y bien ventilada.
- Limitar el número de personas que cuiden al paciente; idealmente, asignarle una persona que goce de buena salud y no tenga enfermedades de riesgo. No permitir visitas.
- Los demás habitantes del hogar deben instalarse en una habitación distinta; si ello no es posible, deben mantener una distancia mínima de un metro con el enfermo (por ejemplo, dormir en camas separadas).
- Limitar el movimiento del paciente y reducir al mínimo los espacios compartidos (por ejemplo, cocina, baño), garantizando en todo caso que estén bien ventilados (dejando las ventanas abiertas).
- El cuidador deberá llevar una mascarilla médica bien ajustada a la cara cuando esté en la misma estancia que el enfermo. No hay que tocar ni manipular la mascarilla mientras se lleve puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, habrá que cambiarla de inmediato. Desechar la mascarilla después de usarla y lavarse bien las manos después de sacársela.
- Aplicar las medidas de higiene de manos después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato, al igual que antes y después de preparar alimentos, antes de comer, después de usar el baño y siempre que se advierta suciedad en las manos. Si no hay suciedad visible en las manos, también pueden usarse lociones a base de alcohol. Cuando haya suciedad visible, habrá que lavarse las manos con agua y jabón. Antes de recomendar las lociones a base de alcohol para uso doméstico, conviene sopesar los riesgos potenciales (por ejemplo: ingestión accidental, incendios, etc.).
- Para secarse las manos después de lavárselas con agua y jabón, es preferible usar toallitas de papel descartables. De no haberlas, se utilizará una toalla de tela exclusivamente para esa finalidad, cambiándola cuando esté húmeda.
- Todas las personas deberán seguir medidas de higiene respiratoria en todo momento, sobre todo las que estén enfermas. Por higiene respiratoria, se entiende taparse la boca y la nariz al toser o estornudar, con mascarillas médicas o de tela, con pañuelos de papel o con el codo, y lavarse las manos a continuación.
- Desechar los materiales empleados para taparse la boca y la nariz o lavarlos adecuadamente (por ejemplo, lavar los pañuelos de tela con agua y jabón corriente o detergente).
- Evitar el contacto directo con los fluidos corporales, sobre todo las secreciones orales y respiratorias, y con las heces. Utilizar guantes descartables en el contacto con la boca y la nariz y en la manipulación de heces, orina y desechos. Aplicar la higiene de manos antes y después de quitarse los guantes.
- Los guantes, los pañuelos, las mascarillas y todos los desechos que genere el enfermo o la atención al enfermo deberán colocarse en un recipiente con una bolsa, dentro de la habitación del enfermo, hasta que se eliminen junto con los residuos generales de la casa.
- Evitar otras formas de exposición a las personas enfermas o a los objetos contaminados en su entorno inmediato (por ejemplo: no compartir cepillos de dientes, cigarrillos, cubiertos, platos, bebidas, toallas, esponjas, sábanas, etc.). Los platos y cubiertos deben lavarse con agua y jabón o detergente después de cada uso, pero no hace falta tirarlos.
- Limpiar y desinfectar con frecuencia diaria las superficies que hayan estado en contacto con el enfermo, como la mesilla de noche, la estructura de la cama y otros muebles de la habitación, con desinfectante de hogar.
- Limpiar y desinfectar las superficies del baño y del retrete al menos una vez al día, con un desinfectante de hogar.
- Lavar la ropa, sábanas, toallas, etc., de las personas enfermas con agua y jabón ordinario, o a máquina a 60 °C–90 °C con detergente ordinario, y dejar que se sequen bien. La ropa contaminada debe colocarse en una bolsa hasta el momento de lavarla. No sacudir la ropa sucia y evitar el contacto directo de la piel y la ropa con los materiales contaminados.
- Usar guantes descartables y ropa protectora (como delantales de plástico) para limpiar y manipular superficies, ropa o sábanas manchadas con fluidos corporales. Aplicar la higiene de manos antes y después de quitarse los guantes.
- Las personas que tengan síntomas deben permanecer en casa hasta que remita el cuadro clínico o por orden médica.
- Si uno de los contactos presenta síntomas de infección respiratoria aguda, fiebre, tos, dolor de garganta y dificultad respiratoria debe consultar al médico.

**Fuente:** Dra. Karla Chamorro, médica general.

Página principal: SOLUCIONES DE SALUD

DEJE SU COMENTARIO

Comentar como invitado

Nombre (Obligatorio): Email (Obligatorio):

0

Su comentario está sujeto a aprobación por parte del administrador.

Cancel Enviar

COMENTARIOS

Ordenar por más antiguos Ordenar por más recientes

Sin comentarios

Pacientes

PACIENTES

Artículos más leídos

- 8 causas de dolor en el lado izquierdo del pecho
- Una mala alimentación puede causar enfermedades crónicas
- ¡Atención! Cansancio, náuseas y fiebre son síntomas de hepatitis
- Escalofrío, dolor de garganta y fiebre alta son síntomas de la neumonía atípica
- Un nuevo método anticonceptivo que se lleva en la piel

Clínica Bíblica