

Indicaciones para personas en aislamiento domiciliario por Coronavirus

AISLAMIENTO DOMICILIARIO = CUARENTENA

¿Qué es aislamiento domiciliario?

Es la **restricción de realizar actividades fuera del hogar**, definido para aquellas personas que estuvieron expuestas a un agente infeccioso, y que actualmente no tienen síntomas, pues pueden desarrollar la enfermedad y transmitirla a otras personas.

¿Por qué me indicaron estar en aislamiento domiciliario?

1. Porque he **regresado** de un **país que tiene un brote activo** de COVID-19.
2. Porque estuve en **contacto** estrecho con un **caso confirmado** de COVID-19.

¿Para qué debo estar en aislamiento domiciliario?

1. Para **prevenir contagio** a otras personas.
2. Para **acceder al tratamiento** en caso de presentar la enfermedad.

¿Cuánto durará el aislamiento domiciliario?

Dura 14 días, **desde que estuvo en contacto** con una persona con COVID-19 en su periodo sintomático o desde la fecha de salida de un país que tiene un brote activo de COVID-19.

El **tiempo** del aislamiento domiciliario (cuarentena) está determinado por el periodo de incubación del SARS-CoV-2.

14 días

¿Qué cuidados debo tener durante el aislamiento domiciliario?

1.

No salir del hogar, salvo indicación médica y/o por presentar síntomas, para acudir al centro de salud.

2.

No recibir visitas.

3.

Mantener un metro de separación de los otros miembros del hogar cuando se encuentre en compañía.

4.

Mantener las siguientes medidas básicas personales:

- a. **Realizar higiene de manos** frecuente con agua y jabón o alcohol.
- b. **No compartir artículos de higiene personal** ni de alimentación con otros habitantes del hogar.
- c. Si lo requiere, **usar pañuelos desechables y eliminarlos** en bolsas plásticas dentro de un basurero con tapa.
- d. En caso de estornudar o toser, **cubrir la nariz y boca con pañuelo desechable, o con el antebrazo.**



5.

Ocupar una pieza solo, con ventilación frecuente, de no ser posible, mantener una distancia de al menos **1 metro** con otros miembros del hogar, **limitando el uso de espacios comunes.**

6.

Mantener ambientes limpios y ventilados:

- a. **Limpiar y desinfectar frecuentemente** superficies como veladores, mesas, WC u otras superficies que toca diariamente con desinfectante que contienen solución desinfectante como cloro o alcohol. La concentración de cloro se obtiene con una cucharada de cloro doméstico en un litro de agua fría.



- b. **Lavar la ropa**, ropa de cama y toallas, usando detergente de uso común y lavando la ropa a **70 °C o más** por al menos 20 minutos. Si no tiene lavadora, lave a mano con su detergente habitual.

70°C o más

¿Necesito usar yo o mi familia mascarilla?



No, porque no tiene síntomas. Las mascarillas son solo para personas con síntomas o aquellos que cuidan a un paciente enfermo.

Recuerde
mantener



distanciamiento
social de 1 metro

¿Si soy trabajador dependiente y mi empleador me pide licencia?

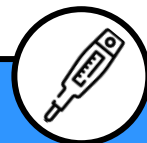
Sí, está será emitida por el médico que confirmó el diagnóstico de COVID-19 o por un médico designado por la SEREMI correspondiente.

¿Qué pasa si enfermo o tengo síntomas durante el aislamiento domiciliario?



Recuerde que todos los días que dure el aislamiento domiciliario (cuarentena) debe estar **atento a la aparición de síntomas**.

Para verificar la aparición de fiebre, debe realizar control de temperatura cada 12 horas y anotar en cuaderno.



Si **presenta síntomas** sugerentes de infección respiratoria o fiebre señalados, debe llamar al teléfono de **Salud Responde (600 360 7777)** o dirigirse al centro de salud más cercano.

El traslado deberá ser, **a través de un medio que involucre el menor contacto con personas**. Para el traslado deberá usar mascarilla, si no posee mascarilla avise al llegar al centro de salud y ellos le brindarán los implementos correspondientes.

¿Qué pasa si no desarrollo síntomas durante el aislamiento domiciliario?



Al día siguiente del término del aislamiento domiciliario (cuarentena), puede volver a retomar sus actividades normales.

Salud responde
600 360 7777

¡Cuidarnos es
obra de todos!