

**DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA**

**RECOMENDACIONES  
PARA PREVENIR LA  
INFECCION POR COVID-19  
EN LAS RESIDENCIAS**

**CON CASOS DE COVID-19**

9/04/20

Para las personas que viven en residencias la infección por COVID-19 puede ser grave y en algunos casos incluso mortal. El contacto frecuente con otros residentes y con el personal puede contribuir a la transmisión del virus. Por tanto, es vital seguir unos **pasos que pueden ayudar a prevenir** la infección:

## 1. HIGIENE DE MANOS

La higiene de manos, con agua y jabón o con soluciones de base alcohólica, es la medida más importante para prevenir la transmisión.



## 2. HIGIENE RESPIRATORIA

Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.

Para preservar a residentes asintomáticos que no han tenido contacto con casos COVID-19 se recomienda a trabajadores (sanitarios y no sanitarios) el uso de mascarilla quirúrgica cuando se atiende a los residentes asintomáticos a una distancia inferior a 2 metros. Con esta medida se pretende disminuir la posibilidad de contagio a residentes no infectados.

## 3. USO DEL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPI)

a. **Mascarilla** si hay atención al residente a una distancia menor de 2 metros.

b. **Bata y guantes** si va a entrar en contacto con la persona residente o su entorno. Los guantes deben cambiarse entre cada residente.

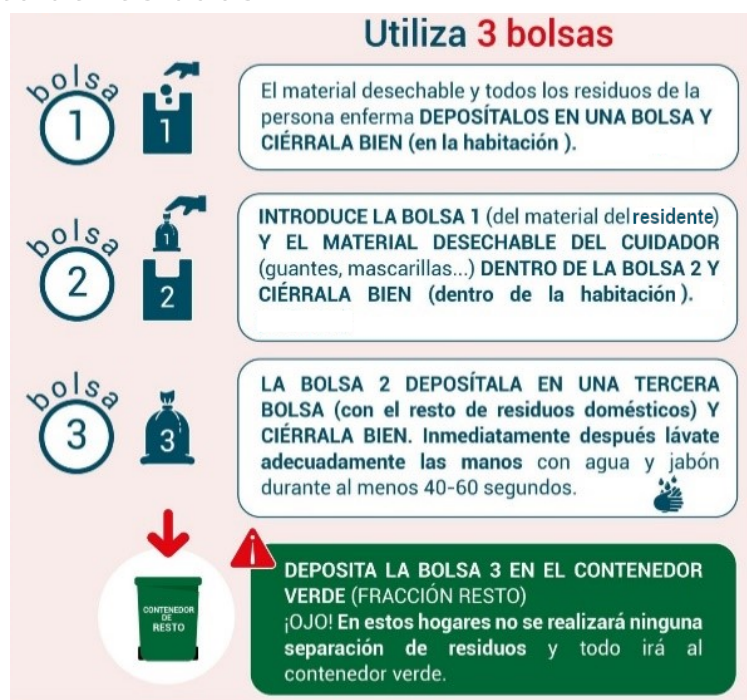
- c. Si va a entrar en contacto con fluidos del residente ponerse **gafas protectoras/pantalla y delantal impermeable**.
- d. Es importante seguir el **orden adecuado** de retirada y colocación del EPI.
- e. Antes y después de quitarse los guantes hay que realizar **higiene de manos**.

### ¿Cómo utilizar correctamente la mascarilla?

- Realizar siempre **higiene de manos antes y después** de quitarse la mascarilla.
- Coloque la mascarilla  **cubriendo completamente boca y nariz**.
- Durante su uso **evite tocar** la mascarilla.
- **Quitarse la mascarilla desde la parte posterior** sin tocar hacia la parte delantera.
- **Desecharla** inmediatamente después de su retirada y realizar higiene de manos.

## 4. GESTIÓN ADECUADA DE LOS RESIDUOS

Los residuos generados por las personas residentes pueden ser una fuente de contaminación. Para prevenir contagios, dentro de la habitación debe haber un  **cubo con tapa y pedal**  para depositar sus residuos (Bolsa 1). Esta  **bolsa se introduce en otra**  (Bolsa 2) donde se introducen los  **residuos generados por las personas cuidadoras y posteriormente en otra bolsa**  (Bolsa 3) que van con el resto de residuos.



## 5. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Realice la limpieza y desinfección frecuente de todas las **superficies**, pero especialmente las de mayor contacto: pomos, mandos, interruptores, entorno próximo al residente, etc. Para la desinfección puede utilizarse **lejía 20 ml** (3-4 cucharadas) en 1 litro de agua o los desinfectantes autorizados.

Es muy importante desinfectar aquellos **objetos** destinados a la persona residente (ej: teléfono inalámbrico, mandos a distancia, tableta, juegos de mesa, materiales de manualidades o terapia...) que no son de uso individual entre cada residente. Para la desinfección del **teléfono** puede utilizarse **alcohol 70º C**; si no se dispone, 70 ml de alcohol de 96º C y 100 ml de agua, mezclarlo y mojar un paño impregnado en esta mezcla.

## 6. MANEJO DE ROPA Y VAJILLA

No sacudir la ropa, meterla en una **bolsa hermética** dentro de la habitación y lavarla separada a **60º - 70º C**. Utilizar el **lavavajillas** para la limpieza de la vajilla, no utilizar ciclo corto. **Lavar las manos** siempre después de tocar la ropa o la vajilla.

## 7. EDUCACIÓN E INFORMACIÓN

Personal y residentes pueden ayudar a prevenir la diseminación de la infección. Se colocarán, a la entrada de los centros, pasillos y zonas comunes, carteles informativos sobre **higiene de manos e higiene respiratoria**. Es clave que las personas trabajadoras del centro refuercen en residentes y en sus compañeros de trabajo, la importancia de realizar con frecuencia la higiene de manos y en realizar una adecuada higiene respiratoria.

*Resumen de la Guía de salud pública para centros residenciales dirigida a la prevención y control de la infección por COVID-19 (7-abril-2020). <https://bit.ly/GuiaResidencias>*

### Más información en:

Salud Pública de Aragón - [aragon.es/saludpublica](http://aragon.es/saludpublica)

Ministerio de Sanidad - [mscbs.gob.es](http://mscbs.gob.es)