

# CUIDADO DE ENFERMOS DESDE EL HOGAR



Formación productiva alternativa,  
apoyo para la erradicación  
de la pobreza en poblaciones  
vulnerables de Nicaragua con  
enfoque de emergencia sanitaria.





## Tema:

### Medidas para cuidar enfermos en el hogar.

Módulo:  
Eduacación sanitaria para prevención de enfermedades como el Covid-19

## Unidad 3: Manejo y cuidado de enfermos en el hogar

### Objetivos de la unidad:

Comprender la importancia de la higiene para la salud de las familias, no sólo el aseo personal sino el de nuestro entorno.

### Tema: Manejo y cuidado de enfermos desde el hogar

### Medidas a seguir para cuidar a un paciente con COVID en casa

Si tiene síntomas leves, como tos o fiebre leves, generalmente no es necesario que busque atención médica. Quédese en casa, aíslese y vigile sus síntomas. Siga las orientaciones nacionales sobre el autoaislamiento. **Sin embargo, si vive en una zona con paludismo (malaria) o dengue, es importante que no ignore la fiebre. Busque ayuda médica.**

Cuando acuda al centro de salud lleve mascarilla, manténgase al menos a un metro de distancia de las demás personas y no toque las superficies con las manos. En caso de que el enfermo sea un niño, ayúdelo a seguir este consejo.

**Busque inmediatamente atención médica si tiene dificultad para respirar o siente dolor o presión en el pecho.**

Practicar la higiene respiratoria y de las manos es importante en TODO momento y la mejor forma de protegerse a sí mismo y a los demás.

Cuando sea posible, mantenga al menos un metro de distancia entre usted y los demás. Esto es especialmente importante si está al lado de alguien que esté tosiendo o estornudando.

Dado que es posible que algunas personas infectadas aún no presenten síntomas o que sus síntomas sean leves, conviene que mantenga una distancia física con todas las personas si se encuentra en una zona donde circule el virus de la COVID-19.

## ¿Qué significa aislarse?

El aislamiento es una medida importante que adoptan las personas con síntomas de COVID-19 para evitar infectar a otras personas de la comunidad, incluidos sus familiares.

El aislamiento se produce cuando una persona que tiene fiebre, tos u otros síntomas de COVID-19 se queda en casa y no va al trabajo, a la escuela o a lugares públicos.

Lo puede hacer voluntariamente o por recomendación de su médico.

**Si no vive en una zona con paludismo (malaria) o dengue, por favor haga lo siguiente:**

*Si una persona se encuentra en aislamiento, es porque está enferma pero no gravemente enferma (en cuyo caso requeriría atención médica).*

- Ocupe una habitación individual amplia y bien ventilada con retrete y lavabo.
- Si esto no es posible, coloque las camas al menos a un metro de distancia.
- Manténgase al menos a un metro de distancia de los demás, incluso de los miembros de su familia.
- Controle sus síntomas diariamente.
- Aíslese durante 14 días, incluso si se siente bien.
- Si tiene dificultades para respirar, póngase en contacto inmediatamente con su médico. Llame por teléfono primero si es posible.
- Permanezca positivo y con energía manteniendo el contacto con sus seres queridos por teléfono o internet y haciendo ejercicio en casa.



Formación productiva alternativa, apoyo para la erradicación de la pobreza en poblaciones vulnerables de Nicaragua con enfoque de emergencia sanitaria

## CUIDADO DE ENFERMOS EN EL HOGAR

