

PACIENTES COVID-19 POSITIVO



Usted ha recibido el diagnóstico de infección por COVID 19 -CORONAVIRUS-. Desde COMERO IAMPP, le acercamos este material útil durante el transcurso de la enfermedad en su domicilio.

LOS SÍNTOMAS

La infección por COVID 19 presenta una gran variabilidad de síntomas, una persona puede presentar 1 síntoma, ningún síntoma, o muchos de los síntomas que se detallan a continuación:

- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Resfrío
- Tos
- Fiebre
- Dolor en músculos y articulaciones
- Decaimiento
- Poco apetito
- Diarrea
- Vómitos
- Pérdida de gusto
- Pérdida de olfato
- Erupciones en la piel
- Dolor en el tórax
- Falta de aire

Durante los días que dura la enfermedad, pueden ir apareciendo los síntomas de a uno, o presentar varios de estos síntomas a la vez.

La mayoría de los pacientes cursan esta infección en su domicilio, sin la necesidad de realizarse estudios de laboratorio ni radiografías.

TRATAMIENTO

Es el tratamiento de los síntomas complementando con las medidas higiénico dietéticas.

Antitérmicos de elección **Paracetamol**.

En NO ALÉRGICOS, también se puede tomar Ibuprofeno o dipirona si presentan fiebre (Temperatura axilar mayor a 37.5°C), dolor muscular, dolor de cabeza, etc.

Se pueden tomar 1 comprimido cada 8hs. mientras dure el estado febril y/o dolor de cabeza-corporal.

Para el dolor de garganta, se recomienda dieta blanda, gárgaras o buches con antisépticos bucofaríngeos (tipo bucoseptine).

En caso de diarrea, se recomienda consumir una dieta anti diarreica (abundantes líquidos, arroz o fideos con queso, carnes rojas o blancas a la plancha/horno, etc).

¿CUÁNDO DEBO LLAMAR AL MÉDICO A DOMICILIO?

Cuando identifico alguno de los signos de alarma que se detallan a continuación.

SIGNOS DE ALARMA:

- Dificultad para respirar
- Sensación de ahogo
- Dolor torácico al respirar
- Fiebre más de 38 grados por 5 días seguidos
- Más de 10 deposiciones líquidas en 1 día
- Dolor fuerte de cabeza que no calma con analgésicos
- Pérdida de conocimiento
- Confusión

¿A QUÉ NUMERO PUEDO LLAMAR SI NECESITO UN MÉDICO A DOMICILIO?

- **ROCHA** / 4472 3333 / 4472 2691
- **LA PALOMA** / 4479 6150 / 4479 9140
- **CASTILLOS** / 4475 8269
- **CHUY** / 4474 3626 / 092 056 314
- **LASCANO** / 4456 7800

TIEMPO DE AISLAMIENTO / CUARENTENA:

Duración y criterios de levantamiento de aislamiento ante CASO CONFIRMADO				
Estado vacunal	Sintomático (cuadro leve de manejo ambulatorio)		Asintomático	
	Duración aislamiento	Criterios levantamiento aislamiento	Duración aislamiento	Criterios levantamiento aislamiento
Vacunado con tres dosis y más de 7 días desde la última dosis	7 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2	7 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2
		Deberá haber cumplido las últimas 72 horas sin fiebre y/o síntomas respiratorios		Deberá permanecer asintomático al día 7
Vacunado con dos dosis y menos de 180 días desde la última dosis	10 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2	7 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2
		Deberá haber cumplido las últimas 72 horas sin fiebre y/o síntomas respiratorios		Deberá permanecer asintomático al día 7
No vacunado o vacunado con dos dosis y más de 180 días desde la última dosis	14 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2 Deberá haber cumplido las últimas 72 horas sin fiebre y/o síntomas respiratorios	10 días de aislamiento	NO requiere test para SARS-COV-2
	10 días de aislamiento	Test de antígeno negativo para SARS COV-2 al día 10 Deberá haber cumplido las últimas 72 horas sin fiebre y/o síntomas respiratorios		Deberá permanecer asintomático al día 10

📍 18 de julio 1892 of. 402 📠 1934 4010 ✉️ vigilanciaepi@msp.gub.uy

Exhortamos tener presente que:

* Todo caso confirmado, independientemente de la cantidad de días en la que realice aislamiento, deberá continuar utilizando mascarilla facial siguiendo las recomendaciones realizadas por el MSP (*) especialmente hasta completar los 14 días desde el inicio de síntomas, o desde la fecha de positividad (en los asintomáticos), así como evitar la concurrencia a áreas con aglomeración de personas sin condiciones de ventilación adecuadas.

(*)<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/noticias/uso-mascarillas-facialesetapa-transicion>

SI MI CONVIVIENTE Y YO CURSAMOS LA ENFERMEDAD POR COVID 19:

Las altas se dan de forma independiente aunque haya otros convivientes positivos en el domicilio. El criterio de alta es clínico, y será explicado por su médico de seguimiento en base a su estado vacunal.

Recuerde que algunos pacientes requieren extender el alta por enfermedades subyacentes o por la evolución del cuadro clínico.

CONDUCTAS EN CASA:

Lo ideal es que la persona que tiene COVID no interaccione con el resto de la familia. Si tiene un sector de la casa con baño individual es de preferencia que resida ahí mientras curse su enfermedad.

Si tiene que transitar por áreas comunes (pasillos, patios, etc) debe utilizar tapabocas.

Se deben desinfectar superficies de contacto con alcohol 70%, o con otros antisépticos (dilución de hipoclorito de sodio, amonio cuaternario). Ventilar bien los ambientes la mayor parte del día.

Si no tiene un baño individual deberá desinfectar el mismo cada vez que lo utilice.

En caso de personas dependientes o niño, se deberá limitar número de personas que cuidan al paciente.

No compartir objetos de uso personal, sean utensilios de cocina, objetos del baño, vestimenta, toallas, jabones, celulares, tablets, etc.

Trate de descansar, sostenga en lo posible hábitos (horarios de despertar, acostarse, baño, etc). Si los síntomas se lo permiten, busque tareas simples en el hogar, opte por la lectura, realice comunicaciones con su familia y mantenga la tranquilidad. Pequeñas acciones podrán hacer que sobrelleve mejor el aislamiento recomendado.

MI FAMILIA:

Deberán contactarse al **CIH (COMITÉ DE INFECCIONES DE COMERO)**, donde le explicarán cómo proceder para realizarse el hisopado correspondiente.

- **TELÉFONOS** / 098 606 309
/ 4472 8785 internos 2262 / 2263 / 2264
- **HORARIO** / De 8:00 a 18:00hs.

LUEGO DE CURSAR LA ENFERMEDAD:

Podrían persistir algunos síntomas leves, como cansancio y tos.

Debo seguir utilizando mascarilla facial, de preferencia quirúrgica simple hasta completar al menos 14 días desde que tuve mi resultado positivo.

Evitar aglomeraciones y lugares cerrados.

LAS VACUNAS:

Según recomendaciones del MSP se puede vacunar cuando la agenda lo habilite y habiendo cumplido 1 mes desde que cursó la enfermedad (criterio en constante revisión).

La vacuna antigripal u otras vacunas pueden administrarse con un plazo mayor a 7 días de la vacuna anticovid.

**¡Agradecemos su compromiso, le auguramos una pronta recuperación!
¡Nos cuidamos entre todos!**

COMERO IAMPP.

