



Proveedores de cuidados en el hogar que no pertenecen a agencias (por ejemplo, PCA, enfermeras independientes, etc.) Orientación sobre el nuevo Coronavirus de 2019 (COVID-19)

12 de marzo de 2020

Audiencia clave: Proveedores de cuidados en el hogar que **no** trabajan para una agencia.

Nota especial: El término “cliente” se utiliza en este documento para referirse a las personas que reciben los servicios, con el reconocimiento de que los diferentes programas utilizan términos diferentes. Por ejemplo, el Programa de PCA de MassHealth utiliza el término “consumidor” en lugar de “cliente”. Se ha hecho así para dar mayor aplicabilidad y estandarización.

Esta orientación se basa en lo que se conoce actualmente acerca de la transmisión y la gravedad de la nueva enfermedad del Coronavirus de 2019 (COVID-19). El Departamento de Salud Pública de Massachusetts está trabajando estrechamente con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) para proporcionar información actualizada sobre el brote del COVID-19.

Esta orientación será actualizada según sea necesario y a medida que se disponga de información adicional. Revise con regularidad mass.gov/2019coronavirus para obtener la orientación provisional actualizada.

A **menos** que haya **viajado** recientemente a un **área geográfica afectada por el COVID-19 fuera de los EE. UU. en los últimos 14 días**, tenga **fiebre o síntomas respiratorios nuevos como tos, dificultad para respirar o dolor de garganta**, haya tenido **contacto cercano con una persona diagnosticada con el COVID-19 en los últimos 14 días**, o un **proveedor de atención médica le haya dicho que puede tener el COVID-19**, usted deberá:

- **Continuar trabajando y brindando los servicios a personas que necesitan ayuda con sus actividades de la vida diaria;**
- **Realizar las preguntas de evaluación a sí mismo y a los clientes antes de cada visita** (o diariamente, si usted es un proveedor de cuidado interno); y
- **Siga los pasos de precaución** descritos a continuación.

Antecedentes

¿Qué es la enfermedad del Coronavirus de 2019 (COVID-19) y cómo se propaga?

- El COVID-19 es un virus respiratorio. Los síntomas actuales incluyen enfermedad respiratoria leve a severa con fiebre, tos y dificultad para respirar.
- De acuerdo con los CDC, el virus se propaga principalmente de persona a persona, entre las personas que están en contacto cercano entre sí (dentro de aproximadamente 6 pies).
- La propagación se da de las gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.

¿Quién debe tener más cuidado?

- Las personas consideradas de “alto riesgo” incluyen a personas de más de 60 años de edad, cualquier persona con condiciones de salud subyacentes o con un sistema inmunitario debilitado, y las mujeres embarazadas.

¿Qué debe hacer para mitigar el riesgo de propagar el COVID-19?

- **Realice una evaluación de usted mismo y de los clientes para detectar cualquiera de las siguientes condiciones:**

- Estar enfermo con fiebre (superior a 100.3 °F) o una enfermedad respiratoria recién desarrollada como tos, dificultad para respirar o dolor de garganta
 - Viaje internacional reciente (es decir, en los últimos 14 días) desde [áreas geográficas afectadas por el COVID-19](#)
 - Contacto cercano con una persona diagnosticada con el COVID-19 en los últimos 14 días
 - Los proveedores de cuidados internos deben evaluarse a sí mismos y a sus clientes diariamente.
- **Evite los viajes fuera del estado o internacionales innecesarios y evite las grandes reuniones o multitudes.**
 - Como cuidador, usted proporciona servicios esenciales que ayudan a otros a funcionar durante su vida cotidiana. Su salud y la de aquellos a quienes cuida son de suma importancia. Debe tratar de limitar los viajes tanto como sea posible para limitar el posible contacto con el virus.
 - Cancele y no asista a reuniones grandes (más de 250 personas).
- **Practique una buena higiene diaria.**
 - Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, en especial:
 - Después de ir al baño;
 - Antes de comer;
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar; y
 - Al entrar y salir del hogar del cliente.
 - Si no tiene la disponibilidad inmediata de agua y jabón, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.
 - Cubra la tos o los estornudos con un pañuelo de papel y deséchelo.
 - No se toque los ojos, la nariz o la boca sin antes lavarse las manos cuidadosamente.
 - Limpie de forma adecuada y de manera regular todas las superficies que toca con frecuencia al utilizar [productos de limpieza](#) de uso cotidiano.
 - Evite compartir platos, vasos, utensilios para comer o toallas.
 - Lave los platos sucios en el lavavajillas o, si lo hace a mano, lávelos con agua caliente y jabón.
 - La ropa sucia se puede lavar en una lavadora estándar con agua tibia. No es necesario separar la ropa sucia que haya utilizado un cliente de los demás artículos para lavar de la casa.
 - Para evitar los gérmenes, no agite la ropa sucia ni “abraze” la ropa sucia cerca de su pecho para transportarla.
- **Supervise su propia salud emocional.**
 - Se espera que ocurran reacciones emocionales a situaciones estresantes, tales como los virus nuevos. Recuerde que sentirse triste, ansioso, abrumado, o tener dificultad para dormir u otros síntomas de angustia es normal.
 - Si los síntomas empeoran, duran más de un mes, o tiene dificultades para participar en sus actividades diarias habituales, busque apoyo y ayuda.
 - La Línea Nacional de Ayuda para Desastres está disponible las 24 horas del día y los 7 días de la semana, para brindar apoyo emocional y asesoramiento para crisis a cualquier persona que tenga angustia u otras inquietudes de salud mental. Las llamadas (1-800-985-5990) y los mensajes de texto (envíe un mensaje con TalkWithUs al 66746) son contestados por consejeros capacitados que escucharán sus preocupaciones, explorarán las técnicas de afrontamiento y otros apoyos disponibles, y ofrecerán referencias a recursos de la comunidad para el apoyo y la atención de seguimiento.

Pasos a seguir si usted, o alguien a quien conoce o cuida está enfermo

- **Si está enfermo:**
 - No vaya a trabajar. Llame a su proveedor de atención médica para recibir orientación adicional.
 - Siga los pasos indicados en la página 3.
- **Siga el diagrama de flujo de la página 3 para determinar la mejor ruta para atender a una persona a quien le proporcione cuidado y que sea diagnosticada con el COVID-19 o esté experimentando los síntomas.**
- **Si vive con una persona enferma, algunas orientaciones generales incluyen:**

- Mantener a la persona enferma en una habitación bien ventilada y separada de las demás personas y mascotas tanto como sea posible.
- Si un espacio separado no está disponible, se debe mantener una distancia de por lo menos seis pies de las personas que están bien.
- Un enfermo que esté tosiendo o estornudando debe usar un tapabocas cuando esté alrededor de otras personas. Si la persona enferma no puede ponerse un tapabocas, el cuidador deberá colocárselo.
- Proporcionar al enfermo un cuarto de baño separado, si está disponible, y una bolsa de basura dentro de su alcance. El cuarto de baño debe limpiarse cada día con un desinfectante doméstico según las instrucciones de la etiqueta. Use guantes durante la limpieza.
- Limitar las actividades fuera de la casa hasta que la persona enferma se sienta bien durante al menos un día.
- Limitar las visitas de personas externas al entorno.

Diagrama de flujo de evaluación para los proveedores de cuidados en el hogar que no pertenecen a agencias

Comience aquí

