

# COMITÉ DE CRISIS DE GRIPE DE GENERAL PUEYRREDON

## RECOMENDACIONES PARA CUIDADO DE PACIENTES CON GRIPE EN DOMICILIO

- Por un período de 7 días evitar las visitas.
- En lo posible trate de permanecer solo en su habitación (preferentemente con su propio baño)
- Al estornudar o toser cúbrase con pañuelos descartables o con el codo. Lávese las manos varias veces.
- Descarte los pañuelos en bolsas que luego se tirarán cerradas a la basura.
- Use toallas de papel para secarse las manos o asigne una toalla de tela para cada miembro de la familia. Por ejemplo, cada persona puede tener una toalla de un color distinto.
- Procure que un solo adulto de la casa sea el que cuide de la persona enferma. Evite que una mujer embarazada sea la que cuide del enfermo
- Si alguien entra a la habitación debe permanecer a más de 1 metro suyo. En caso de que esto no sea posible la persona que entra deberá usar barbijo.
- En ambos casos la persona que salga de su habitación deberá lavarse bien las manos con agua y jabón o solución alcohólica. Es importante el lavado de manos después de sacarse el barbijo.
- Higienizar bien la habitación al menos una vez al día. Si fuese posible airear la misma al menos una hora. Limpiar bien con cualquier producto habitual todas las superficies, principalmente mesas de luz y picaportes. La ropa de cama y los utensilios para comer se lavan en la forma habitual. Cuando lleve la ropa a lavar, evite ponerla encima de su cuerpo para no contaminarse.
- La persona que haga la higiene debe usar barbijo y guantes y lavarse bien las manos al salir de la habitación y luego de tocar la ropa sucia.
- Si Ud. sale de la habitación es preferible que lo haga con barbijo.
- Estas medidas se deben mantener por 7 días, aunque Ud. mejore los síntomas. En este período no debe ir a trabajar.
- Si en su grupo familiar o de contactos cercanos hay personas que tienen otras enfermedades o son mayores de 60 años deben consultar con sus médicos para evaluar si precisan algún tratamiento preventivo.

Mientras permanezca en su domicilio debe prestar atención a los siguientes síntomas:

- Dificultad para respirar a falta de aliento
- Dolor de pecho o abdomen.
- Mareos, confusión o tendencia al sueño
- Aparición de vómitos.
- Persistencia de fiebre elevada después de 48 horas.
- Mejoría de los síntomas con empeoramiento posterior.

**Ante esta situación debe consultar urgente a la guardia.**