 Pueblo Libre	MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS- PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19 SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO-	VERSIÓN:	01
		FECHA:	15/04/2020
		PAGINA:	1 / 6

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS

PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19

1. OBJETIVO:

Establecer las medidas y correspondiente PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNÓSTICADOS CON COVID-19, con el fin de asegurar el correcto manejo de estos casos procurando hacer las recomendaciones y seguimiento de cada caso presentado.

El presente protocolo es de cumplimiento obligatorio, contiene pautas que los trabajadores deben de seguir una vez confirmado el diagnóstico médico. Este protocolo es un extracto normativo del documento denominado MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS (COVID-19) - PROTOCOLO -, aprobado con fecha 08 de abril del 2020.

Es importante tomar en cuenta cada uno de los puntos que aquí se detallan.

2. DEFINICIONES:

2.1. Coronavirus:

Son una familia de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) o el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). Pueden transmitirse entre animales y personas.

2.1.1. COVID-19

El nuevo coronavirus (COVID-19) es una cepa no identificada previamente en humanos, que se propaga de persona a persona, a través de gotitas o partículas acuosas que se quedan en el ambiente al toser o estornudar. También se puede efectuar el contagio si mantienes contacto físico con una persona infectada o si tienes contacto con objetos o superficies contaminadas con el virus y te llevas las manos a la cara, ojos, boca o nariz.


En los casos confirmados con el virus, el 80% de los infectados se recupera sin acceder a ningún tratamiento especial. Sin embargo, 1 de cada 6 personas lo desarrollan en nivel grave con dificultades al respirar y al 2% les causó la muerte.

La OMS informa que las personas mayores y las que sufren enfermedades respiratorias, diabetes o cardiopatías podrían desarrollar el virus en un nivel grave, si llegan a contraerlo.

Pueden presentar los siguientes **SÍNTOMAS**:

- Fiebre (mayor a 38.5 grados) y escalofríos.
- Tos y estornudos.
- Dolor de garganta.
- Malestar general intenso.
- Mareos fuertes, dolor de cabeza
- Respiración rápida, sensación de falta de aire.
- Podría complicarse con una neumonía



 Pueblo Libre	MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS– PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19 SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO-	VERSIÓN:	01
		FECHA:	15/04/2020
		PAGINA:	2 / 6

2.2. Estado de Emergencia:

El estado de emergencia o de excepción es uno de los regímenes de excepción que puede dictar el gobierno de un país en situaciones excepcionales como el caso de una Pandemia, que es un período de tiempo donde se aplican medidas urgentes dada la situación excepcional.

Con el Decreto Supremo N° 008-2020-SA, publicado el 11 de marzo de 2020, se declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y se dicta medidas de prevención y control del COVID-19.

Con el Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, publicado el 15 de marzo de 2020, se declara el Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, ya que era necesario que el Estado adopte medidas adicionales y excepcionales para proteger eficientemente la vida y la salud de la población, reduciendo la posibilidad del incremento del número de afectados por el COVID-19, sin afectarse la prestación de los servicios básicos, así como la salud y alimentación de la población.

2.3. Pandemia

Una pandemia es la afectación de una enfermedad infecciosa de los humanos a lo largo de un área geográficamente extensa.

La OMS (Organización Mundial de la Salud) declaró al COVID-19, como Pandemia, el 11 de marzo del 2020.

3. PROTOCOLO

3.1. Medidas de control interno:

3.1.1. Medidas de comunicación e información

- ✓ Como el presente documento, se emitirán instrumentos complementarios referentes a las medidas preventivas a adoptar, protocolos, orientaciones u otra información a aplicar por la entidad.
- ✓ Se brinda el siguiente contacto, al cual pueden dirigirse para brindar información y/o asistencia de prevención:
 - Asistente Social: Srta. Clara León Condori
Celular: 999029845
Telf. Fijo: 2023880 Anexo: 1001
 - Personal SGRH: Central: 2023880 Anexos: 1007 – 1105

3.1.2. Medidas de control

3.1.2.1. Personal con síntomas de resfrío o síntomas sospechosos de coronavirus

- ✓ Todo personal que presente síntomas de fuerte resfrío o síntomas sospechosos de coronavirus, se le brindará de inmediato las facilidades del caso, a fin accedan a los servicios de salud que cuentan, por decir, EsSalud, Ministerio de Salud u otra instalación médica; lo que se ejecutará bajo las siguientes pautas:
 - El jefe inmediato comunicará el hecho a la Subgerencia de Recursos Humanos, para conocimiento y el debido registro.





Pueblo Libre

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL
CORONAVIRUS–
**PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA
PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19**
SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL
TRABAJO-

VERSIÓN:	01
FECHA:	15/04/2020
PAGINA:	3 / 6

- Seguidamente el jefe inmediato indicará al servidor que acceda al servicio de salud que cuenta, a fin pueda hacerse la valoración médica respectiva. Asimismo, le indicará que recurra a las líneas telefónicas 113 (MINSA) o 107 (EsSalud)
 - De presentar un cuadro de contagio con el coronavirus o tener que ser evaluado por estar bajo caso sospechoso o probable, solicitará el respectivo Certificado Médico que le otorgue el correspondiente descanso médico.
 - De constatarse que fuera un fuerte resfrío, amigdalitis, laringitis, u otra enfermedad relacionada, pero no el coronavirus, solicitará al médico, el respectivo descanso médico, que le asegure la pronta recuperación.
 - Si el médico no le otorga el respectivo descanso médico, entonces el trabajador a través de su respectiva jefatura entregará la debida documentación de atención médica y tratamiento que disponga, documentación que deberá ser remitida a la Subgerencia de Recursos Humanos, a fin sea el caso evaluado por la Asistente Social quien emitirá el respectivo informe, que permita otorgar al trabajador la respectiva licencia y/o permiso, compensable.
- ✓ Si los servidores que están “resfriados” refieren que han estado en contacto con personas diagnosticadas como casos sospechosos, probables o confirmados de Coronavirus o que días atrás visitaron áreas de riesgo de transmisión de este virus, se les debe indicar que acudan al centro médico respectivo para hacerse el chequeo médico.
- ✓ Se reitera que el personal que presente síntomas de fuerte resfrío o síntomas sospechosos de coronavirus, el que de inmediato deberá de acceder a alguno de los servicios de salud dispuestos para el descarte del coronavirus (COVID-19), por ningún motivo debe continuar laborando.


Como ya se ha indicado, se cuenta con las siguientes líneas exclusivas para personas con síntomas de coronavirus, a las cuales el trabajador debe dirigirse: MINSA: Línea 113 o ESSALUD: Línea 107

3.1.2.2. Personal con resultado positivo a COVID-19

Como parte de las pruebas de descarte del COVID-19 que gestiona el Municipio, pueden presentarse resultados positivos, en dicho caso se procede de inmediato a las siguientes acciones:

- ✓ La Subgerencia de Recursos Humanos comunica, con la debida celeridad, dichos resultados a la correspondiente jefatura, con la reserva que corresponde.
- ✓ La correspondiente jefatura contacta a dicho personal, comunicándole del resultado de la prueba, motivo por el cual no podrán continuar laborando, enviándolos a sus domicilios o indicándoles que deben permanecer en sus domicilios, a efectos de cumplir con el aislamiento social y con el tratamiento médico indicado por los especialistas del MINSA o EsSalud (estas instituciones se comunican con el personal infectado).
- ✓ La Subgerencia de Recursos Humanos realizará el respectivo seguimiento y monitoreo a dicho personal, remitiéndoles fundamentalmente las Recomendaciones del Numeral 6.3.3., hasta el total restablecimiento del trabajador.
- ✓ Es conveniente tener presente, que dicho personal tiene garantizado su puesto de trabajo, el pago de sus remuneraciones y todos sus derechos laborales, de acuerdo a su régimen laboral.



 Pueblo Libre	MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS– PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19 SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO-	VERSIÓN:	01
		FECHA:	15/04/2020
		PAGINA:	4 / 6

3.1.3. Recomendaciones EN CASO DE DAR POSITIVO A COVID-19 (Mantener cuarentena en casa – Casos Leves o asintomáticos)

¿Qué debo hacer si tengo COVID-19 y debo permanecer en casa?

- ✓ Permanecer en una habitación individual adecuadamente ventilada (p. ej. ventanas abiertas)
- ✓ Reducir al mínimo el uso de espacios compartidos (cocina, sala, entre otros) y garantizar que estos espacios estén muy ventilados (dejando ventanas abiertas)
- ✓ Usar una mascarilla quirúrgica descartable durante todo el día, solo retirar para dormir
- ✓ Descansar y evitar actividades que demanden actividad física
- ✓ Beber líquidos de manera adecuada como agua, caldos, bebidas deportivas, para evitar deshidratación
- ✓ Cubrir mi boca cuando tosa y estornude con la flexura del codo o utilizar pañuelos desechables.
- ✓ Lavarme con frecuencia las manos con agua y jabón, mínimo de 20 a 30 segundos, formando espuma, o con alcohol en gel (si tiene disponible), especialmente después de utilizar los pañuelos desechables y de toser o estornudar en las manos.
- ✓ No ir al trabajo, escuela, reuniones o eventos si estoy enfermo.
- ✓ De ser posible, debo utilizar un baño aparte. Este baño, se debe limpiar todos los días con un desinfectante casero o con una solución de lejía al 5%
- ✓ Evitar contacto con animales.

¿Cuándo debo acudir al establecimiento de salud?

Cuando presente alguna de las siguientes molestias:

- ✓ Dificultad para respirar.
- ✓ Desorientación, confuso o me desmayo.
- ✓ Fiebre continua a pesar de medicamentos (mayor de 38°C).
- ✓ Dolor en el pecho.
- ✓ Coloración azulada alrededor de los labios, manos o pies.

Es recomendable, previamente, recurrir a las líneas 113 (MINSA) o 107 (EsSalud), para comunicar dichos síntomas.

¿Qué deben hacer la(s) persona(s) que me cuida(n) en casa?

Cuando se cuide de un familiar enfermo con COVID-19 en el hogar, las principales medidas de protección para usted y las demás personas que no estén enfermas son:

- ✓ Limitar el número de personas que lo cuiden; idealmente, asignarle una persona que goce de buena salud y no tenga enfermedades de riesgo o esté embarazada
- ✓ No permitir visitas
- ✓ Evitar colocarse directamente enfrente de la persona enferma (cara a cara)
- ✓ Para la manipulación de pañuelos usados, ropa, o durante cada procedimiento de atención al enfermo debe utilizar una mascarilla y guantes descartables
- ✓ Lavarse las manos con agua y jabón o con alcohol en gel o con una loción para manos a base de alcohol (si tiene disponible) después de tocar a una persona enferma, manipular sus pañuelos usados o su ropa, o antes y después de cada procedimiento de atención al enfermo
- ✓ Utilizar una mascarilla cada vez que entre a la habitación del paciente





MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL
CORONAVIRUS–
**PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA
PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19**
SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL
TRABAJO-

VERSIÓN:	01
FECHA:	15/04/2020
PAGINA:	5 / 6

- ✓ Las mascarillas usadas deben quitarse de la cara sin tocar la parte de adelante, solo los costados (ya sea desanudando o retirando los elásticos detrás de las orejas) y botarse inmediatamente en la basura para que nadie más los toque
- ✓ Después de quitarse la mascarilla, lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol
- ✓ No reutilizar las mascarillas ni los guantes
- ✓ Las personas que cuidan de una persona con COVID-19 pueden contagiarse y a su vez propagar la enfermedad a los demás, incluso antes de que aparezcan los síntomas. Por eso es importante que una persona que cuida de un enfermo utilice una mascarilla o tapabocas cuando salga de su casa
- ✓ Manténgase atento a los síntomas de COVID-19 que puedan presentar usted o los miembros de su familia y, en caso de que se produzcan, comuníquese con la línea de atención telefónica 113 o acérquese al establecimiento de salud más cercano utilizando una mascarilla


¿Qué deben hacer las demás personas que viven en mi casa?

- ✓ Todas las personas de la casa deben lavarse con frecuencia las manos con agua y jabón o con una loción para manos a base de alcohol (si tiene disponible), y también después de cada contacto con una persona enferma, con su habitación o su baño
- ✓ 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
- ✓ Si debe estar en contacto cercano con la persona enferma (por ejemplo, cargar a un bebé enfermo) intente que este contacto dure el menor tiempo posible y procure utilizar una mascarilla

¿Qué cuidados de limpieza de la casa, lavado de ropa y manejo de desechos en casa se debe de tener?

- ✓ Bote a la basura los pañuelos y todos los artículos desechables que haya utilizado la persona enferma en una(s) bolsa(s), sin mezclar otro tipo de desechos y la cierra herméticamente. Rocíar con una solución de lejía al 1% sobre la bolsa y colocarla dentro de otra bolsa para ser eliminada
- ✓ Lávese las manos con agua y jabón o con una solución a base de alcohol, después de tocar los pañuelos desechables usados o algún otro objeto que haya tocado su familiar enfermo
- ✓ Los tachos que contuvieron los residuos deben ser lavados y desinfectados con una solución de lejía al 1%
- ✓ Primero, realice la limpieza en húmedo (no barrer ni sacudir) utilizando paños, trapeadores, etc. acompañados de un detergente. Realice la limpieza de diferentes superficies como pisos, paredes, ventanas, manijas de las puertas, mesas de noche, superficies de los baños y juguetes de los niños
- ✓ Luego, realice la desinfección con un desinfectante casero (lejía) de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta del producto. Todos los productos que utilice deben contar con el Registro, Autorización Sanitaria o Notificación Sanitaria Obligatoria correspondiente
- ✓ Recuerde cumplir con las especificaciones del uso del producto desinfectante y el tiempo de acción que establece el fabricante en el rotulado del producto, así como verificar la fecha de vencimiento del producto
- ✓ Los utensilios y los platos para comer que ha utilizado una persona enferma deben lavarse con jabón y agua, y mantenerse separados de los utensilios de los demás familiares



 Pueblo Libre	MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL CORONAVIRUS– PROTOCOLO DE CUARENTENA EN CASA PARA PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON COVID-19 SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO-	VERSIÓN:	01
		FECHA:	15/04/2020
		PAGINA:	6 / 6

- ✓ Lave la ropa de cama y otras prendas (toallas) con detergente para lavar ropa y déjelas secar al sol. Cuando lleve la ropa a lavar, evite ponerla encima de su cuerpo para no contaminarse. Después de tocar la ropa sucia para lavar, lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante con alcohol

3.14. Recomendaciones en general para los trabajadores

- ✓ **CUMPLIR** con las medidas de prevención adoptadas por el Municipio.
- ✓ **ASISTIR** a las instrucciones que realice la entidad sobre el Coronavirus (COVID19)
- ✓ **UTILIZAR** elementos de protección personal y responder por el cuidado de dichos elementos.
- ✓ **PROCEDER** responsablemente ante las medidas de prevención y control establecidas por la entidad y la autoridad sanitaria del país.
- ✓ **ACEDER** de inmediato a las líneas de emergencia 113 o 107, o a un centro de salud (ESSALUD, Ministerio de Salud, Policlínico Municipal u otro), de tener síntomas (fiebre, escalofríos estornudos, dolor de garganta, malestar general interno y otros).
- ✓ **PROCEDER** a recibir una licencia yo permiso compensable por los días que pueda tener fuerte resfrió o enfermedades relacionadas, que no sea Coronavirus, por la salud y respeto de los compañeros de trabajo. Las horas que deban ser compensadas, en la oportunidad que corresponda, se descargarán a razón de media o una hora diaria

3.15. Recomendaciones PARA LOS FAMILIARES:

• AL SALIR DE CASA

- Asegurarse de portar sus documentos: Pase personal laboral, fotocheck, D.N.I
- Colocarse en forma correcta, mascarillas y guantes de protección. No tocar la mascarilla con las manos, éstas se manipulan con las tiras que la sujetan.
- Lavarse y desinfectarse las manos antes de salir.
- Evitar mantener contacto con superficies que sean potencialmente fuentes de contagio, tales como pasamanos, manijas, barandas y otros.
- Mantener el distanciamiento social en la calle y vehículos de transporte de al menos 1.5 mts. de distancia.

• AL LLEGAR A CASA

- Limpiarse el calzado con un tapete o paño con una solución con lejía al 10%, antes de ingresar a sus domicilios
- Tener un calzado en casa al ingreso para reemplazar a los que traen
- Retirarse en forma correcta, mascarillas y guantes de protección. No tocar la mascarilla con las manos, éstas se manipulan con las tiras que la sujetan. Desechar el material que ya no podrán usar en una bolsa, asegurar la bolsa convenientemente
- Proceder a un aseo personal meticuloso, antes de interactuar con la familia, cambiarse de ropa.
- Lavarse y desinfectarse las manos
- Desinfectar celulares, llaves, lentes, gorras, tarjetas de crédito o débito, lapiceros, u otros que hayan estado expuestos por necesidad.
- Procurar hábitos de limpieza y desinfección estrictos en casa.

