

# CUIDADORES

Si tienes a tu cuidado a un paciente con COVID-19 sigue estas recomendaciones:

## ¡Cuídate!

- Evita salir de casa.
- Lávate muy bien las manos con agua y jabón, especialmente, después de tener contacto con el paciente, ingresar a su cuarto o tocar sus objetos.
- Si vas a ingresar a la habitación donde permanece el paciente usa tapabocas. Al salir, retíratelo de las tirantas, sin tocar la parte frontal, y deséchalo.

## ¡Cuídalo!

- Vigila sus síntomas. Toma su temperatura varias veces al día.
- Sigue el tratamiento y las indicaciones del personal médico.
- Recuérdale lo importante que es para ti. Pregúntale cómo se siente. Dedicale tiempo de calidad.

- Mantén desinfectada tu casa, usa hipoclorito para pisos, paredes y baños. Para limpiar superficies de alto contacto como cerraduras, enchufes, teléfonos, controles y computadores, usa alcohol.
- Evita compartir utensilios de cocina, ropa de cama y toallas para el cuerpo.
- Procura que el paciente bote sus propias secreciones.
- No aceptes visitas
- Ante cualquier signo de alerta: (dolor en el pecho o dificultad para respirar, convulsión, dificultad para despertar o vómito) **contacta al personal médico a través de las líneas 123 o #774** y sigue sus instrucciones.

## TEN EN CUENTA

*Puedes hacer tapabocas con tela, preferiblemente, algodón. Estos son de un solo uso. Así que, después de quitártelo, debes lavarlo.*