

# Aïllament domiciliari per a possibles casos de coronavirus SARS-CoV-2

## 1 Què és l'aïllament domiciliari? 4 Quant de temps dura l'aïllament?

/ És una mesura que consisteix a mantenir aïllades les persones que puguin estar afectades pel virus i evitar-ne la propagació.

/ Segons la valoració individual de cada cas, els professionals sanitaris determinen la durada i el seguiment que se'n fa. És important estar localitzable i seguir en tot moment les seves instruccions.

## 2 Per què es fa?

/ La UE i l'OMS el recomanen com una de les mesures més efectives per evitar la transmissió del virus.

## 5 Es pot conviure amb la família?

/ La persona ha d'estar aïllada en una habitació separada de la resta de persones de la casa i fer servir un lavabo diferent. Si això no fos possible, s'ha d'extremar el distanciament, especialment amb persones de més de 65 anys, persones amb malalties cròniques, gestants i infants menors de 5 anys.

## 3 Qui decideix l'aïllament de la persona?

/ Els professionals sanitaris decideixen si la persona és candidata a l'aïllament domiciliari.

## Com s'ha de fer un aïllament?

### Característiques que ha de tenir l'habitació per a l'ús de la persona aïllada

1. / Cal instal·lar-se en una habitació **individual**, que quedi sempre amb la porta tancada.
2. / L'habitació ha de tenir **ventilació directa** de l'exterior i s'ha de **ventilar un mínim de 10 minuts, 3 cops al dia**.
3. / Cal designar un **lavabo per a ús exclusiu** de la persona aïllada. Si no és possible, cal **desinfectar-lo amb lleixiu domèstic** després de cada ús.

#### / Elements que cal tenir a l'habitació:

- mascaretes
- solució hidroalcohòlica
- cubell d'escombraries amb tapa i pedal d'obertura amb una bossa de plàstic per als residus
- mocadors d'un sol ús
- fàrmacs prescrits pel professional sanitari
- telèfon per estar localitzable

## Mesures que ha de prendre la persona aïllada

- No pot sortir de les zones d'aïllament designades. En cas que sigui imprescindible anar a zones comunes, s'ha de rentar les mans i portar mascareta.
- No pot rebre visites i cal **evitar el contacte proper amb qualsevol persona** i amb animals domèstics.
- S'ha de rentar les mans molt sovint**, preferiblement amb solució hidroalcohòlica.
- Cal tapar-se la boca i el nas amb **mocadors d'un sol ús en tossir o esternudar o utilitzar la part interna del colze** i, de seguida, llençar el mocador i **rentar-se les mans**.
- S'ha de dutxar i canviar de muda diàriament. Les tovalloles s'han de canviar després de cada ús.
- S'ha de **ventilar l'habitació un mínim de 10 minuts, 3 cops al dia**.
- Cada vegada que algú necessiti entrar a l'habitació, cal **ventilar l'espai prèviament un mínim de 10 minuts i posar-se la mascareta, tant la persona aïllada com la persona cuidadora**.
- En el cas que la persona aïllada sigui una mare lactant, ha de posar-se la mascareta sempre que estigui a prop del seu nadó i rentar-se les mans molt acuradament abans del contacte.
- És aconsellable disposar d'un telèfon mòbil per tal de comunicar-se amb la resta de persones.

Cal vigilar l'aparició de nous símptomes, sobretot dificultat respiratòria, empitjorament de l'estat general i febre alta i, si és el cas, comunicar-ho ràpidament a través de l'aplicació STOP COVID19 CAT, o bé trucant al professional sanitari de contacte o al **061** /Salut Respon

## Mesures que han de prendre les persones que conviuen amb la persona aïllada

S'ha de designar una única persona com a **cuidadora principal** i totes les persones que estan en contacte amb la persona afectada han d'extremar les mesures de precaució.

- Es recomana entrar a l'habitació de la persona aïllada com menys vegades millor, i quan sigui imprescindible, cal planificar-se per estar el mínim temps possible. En entrar a l'habitació, tant la persona aïllada com la persona cuidadora han de portar **mascareta**, i quan hi hagi contacte amb la persona afectada o amb els seus fluids, cal dur, a part de la mascareta, **guants de làtex i bata resistent als fluids. La mascareta i els guants han de ser d'un sol ús**.
- 10 minuts abans d'entrar a l'habitació de **la persona aïllada, se l'ha d'avisar** perquè ventili l'habitació.
- Cal rentar-se les mans amb sabó o solució hidroalcohòlica sovint.
- Cal utilitzar **tovalloles de paper** després de rentar-se les mans.
- S'ha de mantenir una bona ventilació de les àrees compartides de la llar, i ventilar un mínim de 10 minuts, 3 cops al dia.



- Cada dia cal llençar tota la brossa generada a la llar en una bossa tancada.
- En el cas que tots els membres de la llar estiguin aïllats, tots han de seguir les mesures d'aïllament. Els productes que necessitin els han de proporcionar altres persones de l'entorn social o familiar, o bé mitjançant lliuraments a domicili. Aquestes persones no poden entrar a la llar i han de deixar els productes a la porta, i les persones aïllades els han de recollir amb mascareta, tot mantenint una distància mínima de 2 metres.

**Les persones que conviuen a la llar, en cas de tenir símptomes com febre, tos o sensació de falta d'aire, cal que ho comuniquin ràpidament mitjançant l'app STOP COVID19 CAT o trucant al **061**/Salut Respon**

## Maneig de residus i neteja de superfícies

- / Cal netejar diàriament i de forma exhaustiva els lavabos amb lleixiu, començant per la pica i acabant pel vàter.
- / S'ha de rentar la roba de llit, les tovalloles, etc. de les persones aïllades amb sabons o detergents habituals a 60-90 °C i deixar que s'eixugui completament. Aquesta roba s'ha de col·locar en una bossa fins que es renti. Cal evitar sacsejar la roba abans de rentar-la.
- / El material d'un sol ús utilitzat per la persona aïllada i les persones cuidadores (guants, mocadors, mascaretes) i qualsevol altre residu s'ha d'eliminar al cubell d'escombraries col·locat a l'habitació, preferiblement amb tapa i pedal d'obertura. La bossa de plàstic s'ha de tancar abans de treure-la de l'habitació.
- / Els estris de cuina s'han de rentar amb aigua calenta i sabó o, preferiblement, al rentaplats per separat dels de la resta de persones.
- / Els residus de la persona aïllada es poden posar amb la resta dels residus domèstics sempre que estiguin introduïts en una bossa tancada.
- / Després del contacte amb els residus sempre s'han de rentar les mans.
- / Les superfícies que es toquen sovint (tauletes de nit, somiers, mobles del dormitori), les superfícies del lavabo i el vàter s'han de netejar amb material d'un sol ús i desinfectar diàriament amb un desinfectant domèstic que contingui lleixiu en una dilució 1:100 (1 part de lleixiu i 99 parts d'aigua), preparat el mateix dia que s'ha d'utilitzar. La persona encarregada de la neteja ha de protegir-se amb mascareta i guants. Després cal rentar-se les mans.

Per a més informació sobre el coronavirus i el procediment, consulteu [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](https://canalsalut.gencat.cat/coronavirus)

o truqueu al

**061**/Salut  
Respon

