

MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN DOMICILIO

Los pacientes deben mantener aislamiento en su domicilio hasta que se haya resuelto toda la sintomatología, las lesiones cutáneas hayan desaparecido y las costras se hayan caído por completo.

Es importante asegurarse de que los pacientes comprenden las precauciones que deben mantener y se recomienda facilitárselas por escrito.

a. Precauciones con convivientes y otras personas

- Informar a sus profesionales sanitarios y a salud pública de todas las personas que han podido estar en contacto el paciente, es fundamental colaborar para poder evitar contagios.
- No abandonar el domicilio, excepto cuando necesite atención médica de seguimiento.
- No debe utilizar transporte público.
- Si está fuera de su localidad, no viajar hasta finalizar el aislamiento o realizarlo en transporte privado.
- Si es imprescindible el uso de transporte público utilizar mascarilla quirúrgica bien ajustada y cubrir las lesiones cutáneas que queden expuestas.
- Permanecer en una habitación separada de otros convivientes manteniendo la puerta cerrada y limitar las visitas. Si es posible se recomienda utilizar baño propio, si no es posible es aconsejable aumentar las medidas de limpieza después del uso del paciente.
- Evitar el contacto físico (abrazos, besos) y las relaciones sexuales hasta que las lesiones hayan desaparecido.
- Se recomienda el uso de preservativo en las relaciones sexuales durante las primeras 12 semanas tras finalizar el aislamiento.
- Usar mascarilla quirúrgica bien ajustada siempre que haya otra persona presente. Es recomendable que los convivientes usen mascarilla FFP2 cuando se acerquen al paciente. 5 de agosto de 2022 19/20
- Cubrir las lesiones en zonas expuestas (zonas como brazos o piernas que no quedan cubiertas por la ropa).
- No compartir el menaje del hogar (cubiertos, vasos, toallas, sábanas, etc.). Lavar platos y utensilios en lavaplatos o agua caliente y jabón. No manipular ropa sucia, retirar en bolsas cerradas y lavar separadamente a 60 grados.
- Evitar el contacto con animales silvestres o mascotas hasta terminar el aislamiento.
- Los residuos potencialmente contaminados deben colocarse en bolsas dobles y gestionarse como residuos urbanos.
- Adecuada higiene de manos (jabón o soluciones hidroalcohólicas).

a. Limpieza y desinfección de la casa

- Evitar barrer, pasar la aspiradora y quitar el polvo en seco. En su lugar utilizar métodos de limpieza en húmedo, como paños o fregonas.
- Abrir puertas y ventanas al desinfectar.
- La lejía doméstica es muy efectiva para la desinfección de superficies donde pueda haber virus como pomos de las puertas, superficies que se tocan con frecuencia: mesas y sillas, mesitas de noche, grifos, superficies del baño y el inodoro.
- Se recomienda usar guantes para proteger la piel de la lejía.
- Para que la lejía sea eficaz hay que limpiar previamente las superficies con bayetas húmedas, para recoger el polvo.
- Después limpiar esas mismas superficies con otra bayeta humedecida en una disolución de lejía al 1:50. Limpiar la bayeta con agua del grifo tras cada uso.

¿Cómo se prepara la lejía al 1:50?

1. Coger 20 ml de cualquier lejía doméstica.
2. Echarla dentro de una botella de 1 litro.
3. Rellenar la botella con agua del grifo fría hasta completar.
4. Remover con cuidado para mezclar.

Atención: Preparar la mezcla el mismo día de su uso, pierde eficacia en unas horas. Nunca se debe mezclar la lejía, ni ningún otro producto, con amoníaco, sulfamán, alcohol, vinagre u otra sustancia, se potencia su toxicidad y puede producir gases peligrosos.

a. Desinfección de objetos personales

Los objetos personales se pueden desinfectar con alcohol de 70º: gafas, teléfonos, teclados, mandos a distancia, llaves.

¿Cómo preparar el alcohol de 70º?

1. Usar alcohol de heridas normal (alcohol de 96º)
2. Coger 70 ml de alcohol de 96º
3. Rellenar con agua del grifo hasta 100 ml
4. Cerrar y darle la vuelta varias veces para mezclar.

Mojar un paño limpio con esta disolución para desinfectar los objetos personales.

Para más información puede consultar la página del ministerio de Sanidad en el siguiente enlace:

<https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/alertaMonkeypox/home.htm>