



COLEGIO NIRVANA

MÓDULOS CON ARTICULACIÓN

PP
GUÍA N°2

NIVEL: 3° ENFERMERÍA

PROFESORA: YULY MARILUÁN CARRASCO

GUÍA DE APRENDIZAJE ENFERMERÍA

“PLAN DE ACCIÓN COVID-19”

Objetivo: Integrar la emergencia sanitaria de covid-19 al diseño de diferentes planes de acción, en relación a los objetivos de aprendizaje de cada módulo, con responsabilidad.

¿Qué es el Nuevo Coronavirus COVID-19?

El Nuevo Coronavirus COVID-19 es una cepa de la familia de coronavirus que no se había identificado previamente en humanos. Es el nombre definitivo otorgado por la OMS. Los coronavirus son causantes de enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como Insuficiencia Respiratoria Aguda Grave.

¿Cómo se contagia?

La vía de transmisión es gotitas y por contacto.

El virus se transmite de persona a persona cuando tiene contacto cercano con un enfermo. Por ejemplo, al vivir bajo el mismo techo, compartir la misma sala en un hospital, viajar por varias horas en un mismo medio de transporte, o cuidar a un enfermo sin la debida medida de protección. Mas del 80% de los casos han sido leves y la mortalidad máxima observada a sido de un 2,3%

¿Cuáles son los signos y síntomas?

En la mayoría de los casos donde se han presentado los síntomas son:

- Fiebre sobre 38° grados
- Tos
- Dificultad para respirar (a diferencia de un resfriado)

Teniendo los tres primeros síntomas, hay que acudir al médico. Si la enfermedad no se trata a tiempo, estos síntomas pueden agravarse. Los síntomas se presentan leves y aumentan de forma gradual.

¿Cómo se previene esta enfermedad?

Por ser una enfermedad de tipo respiratoria, se transmite a través de gotitas provenientes de la tos y los estornudos. Las medidas de prevención son:

- Cubrirse con pañuelo desechable o con el antebrazo (nunca con la mano) la nariz y la boca al estornudar o toser.
- Lavarse las manos frecuentemente con jabón o un desinfectante a base de alcohol por más de 20 segundos.
- Mantener una distancia mínima de 1 metro entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- No compartir bombilla, vaso o cubiertos con otras personas.
- Evitar saludar con la mano o dar besos.
- Permanecer en casa si no se encuentra bien. Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica.

INDICACIONES PARA PERSONAS EN AISLAMIENTO DOMICILIARIO POR COVID-19

¿Por qué me indicaron estar en aislamiento domiciliario (cuarentena)?

1. Porque he regresado de un país que tiene un brote activo de COVID-19.
2. Porque estuve en contacto estrecho con un caso confirmado de COVID-19.

¿Qué cuidados debo tener durante el aislamiento domiciliario (cuarentena)?

1. No salir del hogar, no invitar visitas, ni realizar o participar de eventos sociales, tales como fiestas y encuentros.
2. Mantener un metro de separación de los otros miembros del hogar cuando se encuentre en compañía.
3. Mantener las siguientes medidas básicas personales:
 - a. Realizar higiene de manos frecuente con agua y jabón o solución de alcohol.
 - b. No compartir artículos de higiene personal ni de alimentación con otros habitantes del hogar.
 - c. Si lo requiere, usar pañuelos desechables y eliminarlos en bolsas plásticas dentro de un basurero con tapa.
 - d. En caso de estornudar o toser, cubrir la nariz y boca con pañuelo desechable o el antebrazo.
4. Ocupar una pieza solo, con ventana para mantener una ventilación frecuente. a. En caso de no ser posible tener pieza individual, mantener una distancia de al menos 1 metro con otros miembros del hogar, limitando el uso de espacios comunes.
5. Mantener ambientes limpios y ventilados.
 - a. Limpiar y desinfectar frecuentemente superficies como veladores, mesas, WC u otras superficies que toca a diario con desinfectante que contienen solución desinfectante como cloro, alcohol o similar. La concentración de cloro se obtiene con una cucharada de cloro doméstico en un litro de agua fría.
 - b. Lavar la ropa, ropa de cama, toallas, etc, usando detergente de uso común y lavando la ropa a 70 °C o más por al menos 20 minutos. Si no tiene lavadora, lave a mano con su detergente habitual

¿Cómo medir la temperatura axilar?

Espere al menos 15 minutos después de bañarse o ejercitarse, antes de tomar la temperatura axilar. Le recomendamos utilizar un termómetro digital:

Modo de uso del termómetro digital: - Lávese las manos.

- Saque el termómetro del estuche.
- Limpie la punta del termómetro usando agua tibia y jabón o alcohol. Luego enjuáguelo con agua fría.
- Ponga el termómetro debajo de la axila.
- Mantenga el termómetro debajo de la axila, apretando el brazo contra el cuerpo hasta que el termómetro suene con un pito.
- Retire el termómetro del brazo cuando aparezcan los números en la ventana o visor.
- Lea los números que aparecen en la ventana. Estos números indican su temperatura.
- Escriba la temperatura que aparece en el visor cada vez que se la tome.
- Guarde el termómetro en el estuche.

Se recomienda leer las indicaciones de uso del termómetro que usted tiene.

Enlaces de Referencias:

https://www.gob.cl/coronavirus/?qclid=CjwKCAjw3-bzBRBhEiwAgnnLCIhUAKLFTdxyC1d6EI4WpTTlu1eB-s1wgSs81ebT6GjITrMhInTRvBoCbSoQAvD_BwE#preguntasfrecuentes

https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/2020.03.13_INDICACIONES-EN-CUARENTENA.pdf

<https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-Y-DESINFECCE%3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf>