

# **Pautas para el cuidado de personas mayores en residencias para el contexto del coronavirus (COVID-19), aplicables al ámbito familiar.**

Este documento proporciona orientaciones y consejos para el cuidado de las personas mayores que se encuentran en residencias en el contexto de alerta sanitaria por coronavirus o COVID-19, que también son aplicables al ámbito familiar y a sus cuidadores. Si bien las personas mayores que se encuentran en residencias son particularmente vulnerables a COVID-19, existen una serie de medidas que se pueden adoptar para reducir el riesgo y garantizar su bienestar. El personal y los cuidadores también deben estar preparados, equipados e informados para protegerse a sí mismos y a los que están bajo su cuidado. Este documento incluye información sobre cómo actuar, las medidas a tomar dentro de la residencia, la interacción con el exterior, las responsabilidades de gestión y dirección, la comunicación con las autoridades y la información a las familias y, finalmente, qué hacer si una persona está contagiada.

Estas pautas han sido elaboradas en base a la experiencia en China, Corea y Japón.

## **1 Pautas de conducta**

- El personal, los residentes mayores y todos los que visiten una residencia, incluidos los proveedores de servicios, deben tomar precauciones para protegerse a sí mismos y a los que están bajo su cuidado de contraer el Covid-19. Estas precauciones incluyen:
  1. Lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
  2. Usar un desinfectante de manos hidroalcohólico (a base de alcohol).
  3. Estornudar o toser en un pañuelo desechable, y tirarlo inmediatamente, o en el codo, y luego lavarse las manos.
  4. Mantener, al menos, un metro de distancia entre una persona y otra siempre que sea posible.
- El personal que cuida a los residentes mayores que no se encuentran bien debe usar mascarillas. Debe lavarse las manos después de ponerse la mascarilla, si la tocan mientras la usan, y después de quitársela y tirarla.

- El personal debe recordar y ayudar a las personas mayores a tomar estas precauciones.

## 2 Dentro de la residencia

- El personal no debe ir a trabajar si tiene síntomas, como fiebre, tos o dificultad para respirar. Esto se aplica a todos los miembros del personal, desde los que tienen contacto directo con los residentes mayores, hasta los que no lo tienen (empleados en las oficinas, por ejemplo).
- Si es posible, el personal debe medir la temperatura corporal de los residentes mayores por la mañana y por la tarde.
- Los picaportes de las puertas, los pasamanos, las mesas, las sillas y otras superficies deben limpiarse con desinfectante regularmente.
- El personal debe vaciar regularmente los contenedores de basura en los que se tiran los pañuelos desechables.
- El personal debe estar pendiente de la salud mental y el bienestar de las personas mayores. Las muestras de cariño pueden ayudar a aliviar la ansiedad.
- Los residentes mayores y el personal deben estar bien alimentados.
- En las residencias debe mantenerse una temperatura cálida y los distintos espacios deben ventilarse regularmente.
- El personal debe tratar de mantener el horario normal y la rutina diaria de los residentes mayores.
- Si es posible, el personal debe organizar o facilitar el contacto online entre los residentes mayores y sus familiares y amigos (a través de Skype, WhatsApp y otros sistemas análogos). Esto ayudará a aliviar el estrés y el aislamiento.
- El personal con síntomas que no pueda trabajar no debe ser sancionado laboralmente (con reducciones de salarios o la pérdida de su trabajo, por ejemplo).

### 3 Interacción con el exterior

- La decisión de permitir o no las visitas a las residencias de mayores deben basarse en las medidas adoptadas por el gobierno u otras autoridades relevantes. Las visitas deben evitarse siempre que sea posible.
- Todos los visitantes deben tener en cuenta si han tenido algún tipo de contacto con personas infectadas o que podrían estar infectadas antes de entrar en una residencia. Si piensan que pueden haber estado en contacto con una persona infectada, no deben visitar una residencia de mayores.
- Las personas no deben visitar una residencia si tienen síntomas, como fiebre, tos o dificultad para respirar.
- El personal de las residencias debe preguntar a todos los visitantes si tienen síntomas antes de permitirles entrar.
- Todos los visitantes deben tomar una serie de precauciones básicas. Estas medidas de precaución incluyen lavarse las manos, estornudar o toser en un pañuelo o en el codo, mantener una distancia de un metro con los residentes mayores y evitar el contacto personal.
- En un brote generalizado o una situación de alto riesgo, las visitas deben limitarse a necesidades de emergencia, por ejemplo, para profesionales médicos si un residente mayor está enfermo.
- La entrega de bienes y mercancías debe restringirse a una sola entrada. Si un prestador de servicios o un transportista necesita acceder a la residencia, el personal debe preguntar si tiene síntomas como fiebre, tos o dificultad para respirar. Si presentan alguno de estos síntomas no se les debe permitir el acceso a la residencia.

### 4 Responsabilidades en la gestión y dirección

- Las residencias deben estar en contacto y coordinarse con su centro de salud más cercano para realizar pruebas y atender cualquier tipo de necesidad.
- Las residencias y el centro de salud más cercano deben establecer y planificar qué hacer si un residente mayor tiene síntomas.
- La dirección de las residencias debe actualizar y recordar de forma periódica las medidas de seguridad al personal. Esto incluye información sobre el

virus y sobre las medidas de precaución básicas. Deben utilizarse carteles y folletos como recordatorios.

- La dirección de las residencias debe proporcionar y gestionar los instrumentos y herramientas de prevención y control, como termómetros, mascarillas, guantes, jabón, gel de manos hidroalcohólico (a base de alcohol), pañuelos y toallas de papel.
- Se prestará apoyo psicosocial y se observará y protegerá el bienestar del personal a través de una comunicación frecuente.

## 5 Comunicación e información

- El personal debe mantener contacto de forma frecuente con las instituciones y las administraciones locales o las autoridades sanitarias. Debe responder con rapidez a las medidas y recomendaciones procedentes de las instituciones y administraciones locales y estatales.
- El personal debe mantener informadas a las familias regularmente (por cualquier medio) sobre la situación y las medidas de seguridad y prevención.

## 6 Qué hacer si una persona está contagiada

- Si un residente mayor o un miembro del personal no se siente bien y tiene síntomas, debe aislarse de los demás residentes, en una habitación separada. Los síntomas incluyen fiebre, tos o dificultad para respirar.
- El personal debe comunicarse de inmediato con las autoridades u otros centros de salud y seguir sus instrucciones.
- Cualquier persona aislada, con alguna probabilidad de estar infectada por el COVID-19, debe usar siempre mascarilla.
- Todo el personal que cuida a alguien con alguna probabilidad de estar infectado por el COVID-19 debe usar una mascarilla siempre.
- La habitación donde esté aislada una persona con alguna probabilidad de estar infectada por el COVID-19 debe estar en un área relativamente separada y bien ventilada. Debe tener una puerta que se pueda cerrar y un

baño independiente si es posible.

- Si las autoridades sanitarias requieren que una persona mayor vaya a una instalación designada para la realización de pruebas o un tratamiento, el personal debe seguir sus instrucciones de inmediato. No debe utilizarse el transporte público para el traslado. La persona mayor y el personal que la acompañe deben usar una mascarilla.
- Un residente mayor aislado debe recibir atención de calidad y recibir apoyo para mantener su salud mental y su bienestar.
- Cualquier residente mayor que haya entrado en contacto con alguien que tenga o se sospeche que pueda tener el COVID-19 debe ser aislado de los otros residents mayores.
- Después de que un residente mayor o un miembro del personal con síntomas haya sido trasladado a un centro de salud, el resto del personal debe limpiar y desinfectar a fondo cualquier área en la que esas personas hayan estado.
- El personal debe dividirse, tanto como sea posible, entre aquellos que brindan atención a los residentes mayores sospechosos de tener el COVID-19 o que han estado en contacto con aquellos que tienen el COVID-19, y aquellos que brindan atención a otros residentes mayores.
- Las personas mayores cuyos síntomas hayan remitido y se hayan recuperado del COVID-19, que regresen a la residencia, deben quedar aisladas en una habitación separada durante 14 días.

**Recuerde: El Covid-19 es una enfermedad grave, pero hay cosas que todos podemos hacer para protegernos a nosotros mismos y a los demás. Tomar precauciones con sensatez es fundamental, es muy importante no sentir miedo, ni actuar con pánico.**

Más información (pinchar sobre el enlace):

**[Helpage.org/coronavirus-COVID19](https://helpage.org/coronavirus-COVID19)**

**[Helpage.org/spain/noticias/coronavirus-covid19-y-personas-mayores/](https://helpage.org/spain/noticias/coronavirus-covid19-y-personas-mayores/)**

HelpAge International  
PO Box 70156, London WC1A 9GB, UK  
Tel +44 (0)20 7278 7778  
info@helpage.org  
**www.helpage.org**

 @HelpAge  HelpAge International