

GUÍA COVID-19-AISLAMIENTOS Y CUARENTENAS

¿Qué hacer si...

... tenemos síntomas compatibles con COVID-19 ?

Si especialmente hay fiebre, tos seca, dificultad respiratoria, etc. , debemos iniciar **AISLAMIENTO** domiciliario. Contactaremos con el médico de cabecera y seguiremos sus indicaciones.

- A) Si el médico considere que es una enfermedad común, nos podremos incorporar al IES cuando terminen los síntomas o nos lo indique el facultativo. Lo comunicaremos al tutor/a y justificaremos la falta de asistencia de forma ordinaria.
- B) Si el médico considera que es un caso sospechoso, se realizará la PCR y se iniciará el aislamiento domiciliario a la espera del resultado. También permanecerán en el domicilio los hermano/as del caso sospechoso escolarizados en el centro, hasta el resultado de las pruebas, por ser contactos familiares convivientes. Lo comunicaremos al tutor/a y justificaremos la falta de asistencia de forma ordinaria.
- C) **Si la PCR es negativa**, podremos incorporarnos al IES. Lo comunicaremos al tutor/a y justificaremos la falta de asistencia de forma ordinaria.
- D) **Si la PCR es positiva:**
 - 1. Continuaremos el aislamiento en el domicilio que será de 10 días desde el inicio de los síntomas, siempre que hayan transcurrido 3 días desde la resolución de la fiebre y el cuadro cínico respiratorio, aunque siempre prevalecerán las indicaciones del médico. Lo comunicaremos al tutor/a y al equipo covid del centro (covid@iesch.org).
 - 2. Si ninguna persona de sanidad se pone en contacto con nosotros después de 24 horas de habernos sido entregados los resultados de la prueba, lo comunicaremos al equipo covid del centro (covid@iesch.org).
 - 3. El equipo docente será informado y recibiremos educación a distancia.
 - 4. Terminado el aislamiento justificaremos la falta de asistencia mediante el “*Modelo de declaración responsable de finalización del periodo de aislamiento o cuarentena*”.

... somos contacto estrecho de un caso positivo de COVID-19 ?

La comunicación vendrá de las autoridades sanitarias y **quedaremos inmediatamente en AISLAMIENTO domiciliario** a la espera de que nos realicen la PCR:

- A) **Si la PCR es negativa:**
 - 1. Mantendremos una cuarentena de 10 días en el domicilio desde el último contacto con el caso, aunque siempre prevalecerán las indicaciones de las autoridades sanitarias. Lo comunicaremos al tutor/a y al equipo covid del centro (covid@iesch.org)
 - 2. El equipo docente será informado y recibiremos educación a distancia.
 - 3. Terminada la cuarentena justificaremos la falta de asistencia mediante el “*Modelo de declaración responsable de finalización del periodo de aislamiento o cuarentena*”

B) Si la PCR es positiva:

1. Continuaremos el aislamiento en el domicilio que será de 10 días desde el inicio de los síntomas, siempre que hayan transcurrido 3 días desde la resolución de la fiebre y el cuadro cínico respiratorio. En caso de ser asintomático, serán 10 días desde la fecha de la toma de muestra para la prueba de la PCR, aunque siempre prevalecerán las indicaciones del médico. Lo comunicaremos al tutor/a y al equipo covid del centro (covid@iesch.org).
2. Si ninguna persona de sanidad se pone en contacto con nosotros después de 24 horas de habernos sido entregados los resultados de la prueba, lo comunicaremos también al equipo covid del centro (covid@iesch.org).
3. El equipo docente será informado y recibiremos educación a distancia.
4. Terminado el aislamiento justificaremos la falta de asistencia mediante el “*Modelo de declaración responsable de finalización del periodo de aislamiento o cuarentena*”.

IMPORTANTE:

1. Se considera contacto estrecho a **“toda persona que haya compartido espacio con un caso confirmado a una distancia menor de 2 metros del caso sin la utilización correcta de la mascarilla durante más de 15 minutos”**. Si somos o no contacto estrecho, lo determinarán las autoridades sanitarias mediante las entrevistas que realicen a los implicados. No obstante, si nadie se pone en contacto con nosotros y consideramos que sí hemos sido contacto estrecho de un caso confirmado, lo comunicaremos inmediatamente a nuestro médico.
2. En cualquier caso, si se tienen síntomas y/o se ha sido contacto estrecho de un caso confirmado deberemos llamar a nuestro médico, o al teléfono COVID 976696382, o al 112, o al 061.
3. **En caso de aislamiento o cuarentena seguir rigurosamente las indicaciones** de las autoridades sanitarias, que son:
 1. Permanecer en el domicilio hasta transcurridos 10 días tras la última exposición de riesgo, es decir, el día que tuvo contacto con el caso por última vez. En caso de ser positivo desde que comenzaron los síntomas, y si es asintomático desde el día de la toma de muestra para la prueba de la PCR.
 2. Permanecer la mayor parte del tiempo en una habitación individual y preferiblemente con la puerta cerrada (y trate de realizar actividades que le entretengan como leer, dibujar, escuchar la radio, escuchar música, ver televisión, navegar por internet, etc.).
 3. A ser posible usar su propio baño, es decir, no compartirlo con ninguno de sus convivientes. En caso de no ser posible, desinfectar el baño después de cada uso.
 4. Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar o manipular pañuelos que haya usado para cubrirse. También se puede utilizar soluciones hidroalcohólicas.
 5. Restringir al mínimo imprescindible las salidas de la habitación o de la casa y, cuando sea necesario salir, lleve siempre una mascarilla quirúrgica.
 6. Limitar en la medida de lo posible el contacto con convivientes.
 7. Estar pendiente de cualquier síntoma de enfermedad y realizar un control de temperatura dos veces al día.