

SERIE COVID-19

matia

vivir con sentido



**BIENESTAR Y CUIDADOS
A PERSONAS MAYORES
QUE VIVEN EN CENTROS
RESIDENCIALES**



Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Familias
Escuela Andaluza de Salud Pública

a

a

a

a

La serie de cuadernillos COVID-19 contienen información práctica sobre la forma de mantener el bienestar y los cuidados a las personas mayores que viven en centros residenciales mientras se garantiza su protección y seguridad frente al virus SAR-CoV-2 causante de la enfermedad denominada COVID-19.

Las infografías incluidas en este cuadernillo son propiedad de Matia Fundazioa. Su uso está autorizado en el marco del convenio de colaboración firmado con la Escuela Andaluza de Salud Pública.

MEDIDAS DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN EN LOS CENTROS RESIDENCIALES



Aunque todas las personas residentes y trabajadoras estén vacunadas, se deben mantener las medidas de protección y prevención generales.

Aunque existe un riesgo menor de padecer COVID-19 después de la vacunación, el riesgo no desaparece por completo, porque la vacuna no garantiza una protección total a todas las personas vacunadas.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Es importante que preguntes quien es la persona responsable del centro para las medidas de **prevención y control de COVID-19**.
- Esta persona es la encargada del **entrenamiento** del personal en la aplicación de las medidas de protección y control y es responsable de la **supervisión** de la correcta aplicación de estos procedimientos.
- También debes saber **a quién informar** en caso de necesitar una prueba diagnóstica de COVID-19, para ti o para alguna persona residente que presente sintomatología.

Asegúrate de conocer todas las **medidas de protección y control** del centro y de disponer de los equipos de protección, material sanitario y de limpieza suficiente durante tu jornada de trabajo.

- El uso de la **mascarilla** quirúrgica o FFP2 y la correcta **higiene de manos** son las principales medidas de prevención y control.



PROTECCIÓN PARA

PERSONAS TRABAJADORAS



matia
fundazioa

Mientras permanezcas dentro del centro aplica las siguientes medidas **de forma estricta**:



1 Dentro y fuera del centro, presta atención a la **aparición de cualquier síntoma relacionado con la COVID-19**. Si tienes sintomatología, no acudas al centro, avisa a tu responsable.



6 Utiliza correctamente los **guantes** y recuerda que su utilización no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada.



2 Mantén la ventilación en todos los espacios del centro. Está demostrado que la concentración del virus se produce de inmediato en el momento en que se juntan personas en la sala de estar, el comedor, etc.



7 Si no hay casos en la unidad, todo el personal utilizará **mascarilla quirúrgica** durante toda la jornada de trabajo.



3 Lávate las manos antes y después del contacto con **cada persona** y después del contacto con superficies o equipos potencialmente contaminados (carros de transporte de comidas, sillas de ruedas, grúas, mesas, tablets, teléfonos, etc).



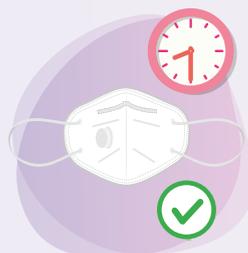
8 Al toser y estornudar **cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo** y deséchalo inmediatamente en un cubo de basura con tapa y pedal. Si no dispones de pañuelos, **emplea la parte interna del codo** para no contaminar las manos.



4 En la habitación de una persona en aislamiento utiliza **mascarilla FFP2, protector ocular, bata impermeable y guantes**.



9 Evita tocarte los **ojos, la nariz y la boca**.



5 Cuando se declara un brote de COVID-19 en el centro, todo el personal deberá **utilizar mascarillas FFP2 durante toda la jornada de trabajo**.



10 Mantén la distancia de seguridad de **2 metros entre compañeras**. Presta especial atención en los momentos de descanso, en los vestuarios, a la entrada y salida del centro.

#YoMeQuedoEnCasa

SERIE COVID-19

www.matiafundazioa.eus

HIGIENE DE MANOS

matia
fundazioa

El lavado de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.

1

Lávate las manos siguiendo las siguientes indicaciones:



Moja las manos con agua



Aplica suficiente jabón



Frota las palmas entre sí



Frota la palma contra el dorso entrelazando los dedos



Frota las palmas entrelazando los dedos



Frota el dorso de los dedos unidos



Frota los pulgares en forma circular



Frota la punta de los dedos contra las palmas



Enjuaga tus manos con agua



Utiliza una toalla para cerrar la llave



Seca tus manos con una toalla limpia



Tus manos están seguras



2

Lávate las manos **antes y después del contacto** con cada persona y después del contacto con superficies o equipos potencialmente contaminados (carros de transporte de comidas, sillas de ruedas, grúas, mesas, tablets, teléfonos, etc.).



3

Lávate las manos **antes de colocarte** el equipo de protección individual (EPI) y **después de su retirada**.



4

La utilización de guantes **no te exime del lavado de manos** tras la retirada del EPI.



5

Utiliza los guantes **según el procedimiento de medidas universales** y siempre con personas sospechosas y/o positivas COVID-19

Ayuda a las personas residentes para una correcta higiene de manos

SI TE INCORPORAS POR PRIMERA VEZ PARA TRABAJAR EN EL CENTRO ...



RECUERDA QUE:

Si no te han puesto la vacuna, en las 72 horas previas al ingreso, te realizarán una prueba diagnóstica de COVID-19.

Se programará tu vacunación lo antes posible, a través de la enfermera gestora de casos referente del centro.

ESTE MISMO PROCEDIMIENTO SE LLEVARÁ A CABO SÍ ...

- Regresas después de un permiso o de tus vacaciones.
- Tras reapertura después de declararse el fin de un brote por COVID-19 producido en el propio centro.

AUNQUE TE HAYAN APLICADO YA LA VACUNA, NO PUEDES INCORPORARTE AL TRABAJO SI ...

- Estás en aislamiento domiciliario por tener diagnóstico de COVID-19 o porque tengas alguno de los síntomas compatibles con la infección:
 - Fiebre
 - Tos seca
 - Cansancio
 - Molestias y dolores
 - Dolor de garganta
 - Diarrea
 - Conjuntivitis
 - Dolor de cabeza
 - Pérdida del olfato o el gusto
 - Erupciones cutáneas o
 - pérdida del color en los dedos de manos o pies
- Si estás en cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.

SE MANTIENE EL CRIBADO SERIADO...

Se mantiene el cribado seriado al personal de los centros residenciales, eliminándose el cribado aleatorio a los residentes.

El cribado seriado se realizará semanalmente a un tercio de las personas trabajadoras, de tal forma que cada 21 días se haya realizado el cribado completo a todas ellas.

Si alguna persona trabajadora resulta con una prueba diagnóstica de infección COVID-19 positiva, se procederá a su realización a las personas residentes del centro con los que ha tenido contacto estrecho.



RECUERDA...

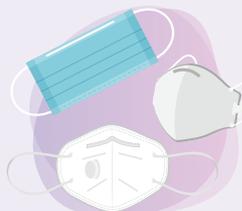
- El uso de **mascarillas quirúrgicas** es obligatorio durante toda la jornada de trabajo.
- Las personas residentes que estén contagiadas o puedan estarlo, deben utilizar mascarilla quirúrgica, cuando salgan de la habitación.
- Si no pueden utilizarla, debes utilizar tú una **mascarilla FFP2** .
- Durante el **tiempo de descanso** , debes seguir utilizando la mascarilla.
- Evita estar en espacios de uso compartido pequeños y cerrados.
- Mantén en todo momento la distancia de seguridad de metro y medio.
- Si vas a comer o beber algo, debes estar en **espacios amplios** , bien ventilados, estar siempre con las mismas personas y mantener la distancia.
- **No puedes fumar** en zonas y dependencias interiores de las instalaciones, aunque estas estén habilitadas para tal uso.
- Utiliza siempre **ropa y calzado exclusivo de trabajo** .
- **Evita el uso de elementos compartidos** durante la intervención con las personas residentes y si los usas, desinfectalos después de cada uso.



1 Recuerda que la **mayor probabilidad de contagio** se produce en la **retirada de EPIS**.



2 Utiliza correctamente los guantes y recuerda que **su utilización no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada**.



3 Utiliza **mascarilla quirúrgica durante toda la jornada** de trabajo, recuerda que si tienes contacto con personas contagiadas o con sospecha de COVID-19 debes **utilizar mascarilla FFP2**.



4 Si tienes **contacto directo con la persona contagiada**, utiliza siempre:

- Mascarilla FFP2
- Bata impermeable
- Guantes
- Gafas
- Gorro y calzas.



5 Si no tienes contacto directo pero **entras en la habitación de la persona contagiada** ya sea para limpiar, recoger residuos, entregar o recoger las bandejas de comidas, etc., utiliza:

- Mascarilla FFP2
- Guantes
- Bata impermeable



6 Los EPIS se deben colocar antes de entrar en la habitación y en el siguiente orden:

- 1.** Higiene de manos
- 2.** Colocarse primer par de guantes
- 3.** Ponerse la bata impermeable
- 4.** Colocarse la mascarilla que corresponda
- 5.** Ponerse las gafas de protección ocular
- 6.** Ponerse el segundo par de guantes de protección asegurándose de que cubren el puño y parte de la manga de la bata.



7 La retirada de EPIS se hará dentro de la habitación, serán considerados residuos biológicos y serán eliminados siempre en la bolsa colocada dentro de la habitación. La retirada del EPI se realizará en el siguiente orden:

- 1.** Retirar el par de guantes exterior.
- 2.** Eliminar los guantes en la bolsa de residuos.
- 3.** Retirar la bata de protección, doblándola en sí misma al quitársela, de forma que la parte interna quede hacia fuera, quedándonos con un solo par de guantes.
- 4.** Retirar las gafas de protección ocular, desde detrás para adelante. Limpiar las gafas.
- 5.** Salir de la habitación sin tocar el pomo de la puerta.
- 6.** Dejar las gafas en el exterior para su reutilización.
- 7.** Retirar la mascarilla, sin tocar la parte frontal.
- 8.** Realizar higiene de manos con gel hidroalcohol.



EN EL CENTRO...

- Todos los espacios deberán **ventilarse diariamente**.
- Siempre que se pueda, mantén las ventanas abiertas el mayor tiempo posible.
- **Si presentas síntomas** compatibles con la enfermedad, contacta de inmediato con la persona responsable del centro y abandona tu puesto de trabajo hasta que tu situación médica sea valorada por un profesional sanitario.
- El horario de entrada y salida del centro debe ser escalonado.
- Respeta los **flujos de entrada y salida** establecidos para trabajadoras y personas externas.
- En el vestuario, debes mantener la distancia de seguridad y guardar en un espacio independiente tu ropa y elementos personales.

RECUERDA...

Que debes tener **formación e información** sobre:

- el plan de contingencia y actuación del centro,
- las medidas generales de higiene para evitar la transmisión del virus,
- tus obligaciones para acudir al centro,
- cómo actuar en caso de presentar síntomas durante el horario de trabajo,
- las medidas y equipos de protección adecuados para cada tarea,
- el uso correcto de equipos de protección y medidas en cambios de tarea,
- las medidas específicas sobre limpieza y desinfección.

Si tienes dudas, acude a la persona referente COVID-19 en el centro.

SI LA PERSONA ES DE NUEVO INGRESO EN EL CENTRO...

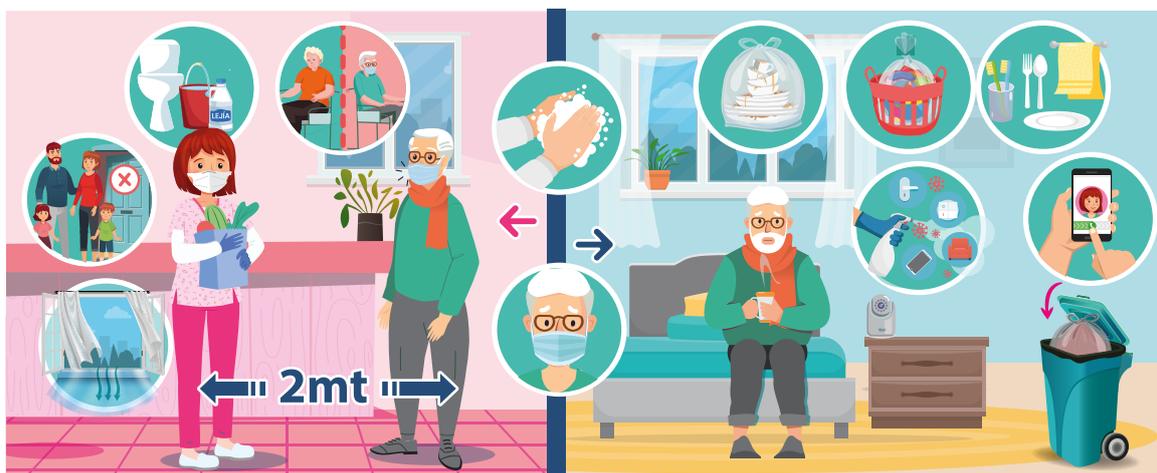


- Recuerda que, si no le han puesto la vacuna, en las 72 horas previas al ingreso, le realizarán una prueba diagnóstica de COVID-19.
- Se programará su vacunación lo antes posible, a través de la enfermera gestora de casos referente del centro.
- Solo podrá haber nuevos ingresos en los centros que no cuenten con casos positivos tras 14 días desde la fecha de levantamiento del aislamiento del último caso en residentes.

SI LA PERSONA REGRESA DE SU CASA O DEL HOSPITAL...

- Esté vacunada o no, la persona deberá permanecer en **vigilancia activa de síntomas** durante 10 días, procediéndose a un aislamiento preventivo y a la realización de una prueba diagnóstica inmediata ante cualquier síntoma sospechoso de COVID-19.
- De forma general no se realizará ninguna prueba diagnóstica al regreso de personas residentes vacunadas o las que hayan pasado la infección por COVID-19 en los 3 meses anteriores.
- Los casos que han requerido ingreso hospitalario podrán recibir el alta hospitalaria, aunque la PCR siga siendo positiva, en cuyo caso deben mantenerse en **aislamiento con monitorización** de su situación clínica 21 días desde el inicio de síntomas y hasta que hayan pasado 3 días desde la resolución de la fiebre y el cuadro clínico.

EL SEGUIMIENTO DE SÍNTOMAS DE INFECCIÓN...



Debes hacer un seguimiento proactivo de **síntomas** compatibles con COVID-19:

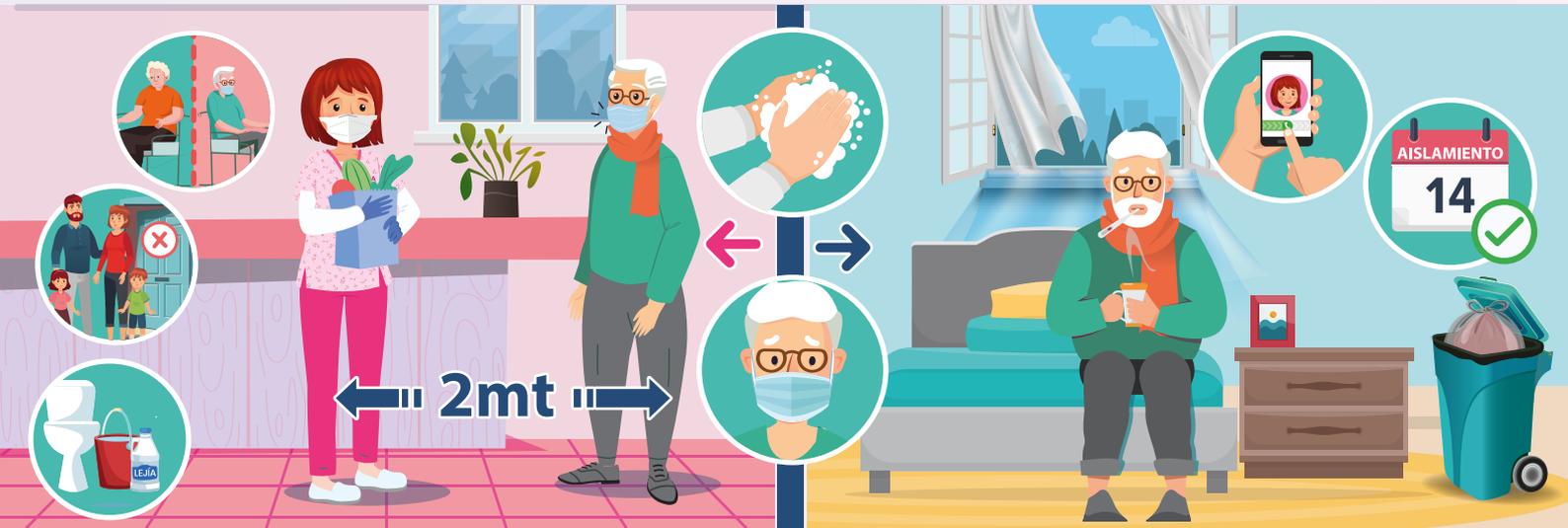
- Fiebre
- Tos seca
- Cansancio
- Molestias y dolores
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Conjuntivitis
- Dolor de cabeza
- Pérdida del olfato o el gusto
- Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de manos o pies

Y tomar diariamente la temperatura de cada persona, porque ante la aparición de alguno de los síntomas de sospecha de infección por COVID-19, se deberá comunicar a la persona responsable del centro de forma inmediata y se procederá a considerarla como **caso sospechoso**.

CONDICIONES GENERALES DE AISLAMIENTO

matia
fundazioa

Ante la "sospecha de infección" por COVID-19 o "contacto estrecho" con un caso confirmado, la persona debe ser aislada hasta que se realicen las pruebas y se determine si es caso positivo para mantener el aislamiento o iniciar una cuarentena.



- 1 En todo momento informaremos y haremos partícipes a la persona y a su familia de la situación y de las medidas a tomar, y estaremos atentos a sus necesidades y a los riesgos asociados a la situación de aislamiento o cuarentena.
- 2 La persona permanecerá en su habitación individual hasta que se le indique que puede salir o que debe ser trasladada a una unidad COVID-19. Si está en una habitación doble, su acompañante se trasladará a una habitación individual y se le tratará como "contacto estrecho" hasta que se le realicen las pruebas.
- 3 El aislamiento de la persona positiva o con sospecha de infección se mantendrá hasta que se obtenga un resultado negativo en las pruebas o al menos 14 días desde el inicio de los síntomas. La cuarentena de la persona que se considere "contacto estrecho" se mantendrá durante 14 días.
- 4 Se deben restringir las salidas de la persona fuera de su habitación al mínimo imprescindible. Mientras se realicen cuidados de proximidad y cuando la persona salga de la habitación deberá utilizar mascarilla quirúrgica. No podrá coincidir con otras personas cuando salga de la habitación.
- 5 la persona en cuarentena podrá usar espacios comunes siempre que se garantice la distancia de seguridad con otras personas y los espacios estén ventilados. Comerá en su habitación y llevará mascarilla quirúrgica cuando reciba cuidados de proximidad y siempre en los espacios comunes.
- 6 En todos los casos la persona podrá recibir visitas en su habitación. Acompañaremos a la familia en la puesta y retirada de los equipos de protección individual (EPI).
- 7 Presta apoyo a la persona para que siempre se lave las manos antes y después de colocarse la mascarilla. Extrema la higiene de manos en estos casos.
- 8 Recuerda que cuanto más movemos o trasladamos a las personas contagiadas por COVID-19, hay probabilidades de expandir el virus dentro del Centro. Cada traslado requiere de medidas exhaustivas de desinfección. Sigue los recorridos indicados si trasladas a alguna persona entre unidades u hospital.
- 9 Extrema las medidas de limpieza y gestión de residuos en estas zonas. Ten especial cuidado con las zonas que utilizan las personas deambulantes o errantes. Facilita su deambulación controlando que no salgan de la zona de aislamiento.

SI LA PERSONA TIENE QUE SER AISLADA...

- Para evitar los efectos colaterales que puede tener el aislamiento (**depresión, tristeza, sensación de soledad**), debes establecer la duración del aislamiento de forma personalizada.
- No se debe prolongar el aislamiento más allá de lo necesario. Se debe **ajustar bien a la situación de cada persona**, si ha tenido síntomas, si ha estado en contacto con otras personas que han sido positivas COVID-19, si son de nuevo ingreso o si regresan de una estancia fuera del centro.
- Durante el aislamiento se debe **cuidar al máximo el bienestar** y la seguridad de la persona, respetando sus preferencias respecto a cómo comunicarse con la familia, qué actividades desea realizar mientras dura el aislamiento y cuáles son las posibilidades de movimiento dentro y fuera de la habitación.
- Durante el aislamiento se debe **incrementar la frecuencia de contacto** entre el personal del centro y la persona aislada. Recoger en su plan de atención la frecuencia diaria de entradas en la habitación y hacer una valoración continua de las necesidades de la persona, aliviando en lo posible la sensación de soledad.
- **La cuarentena no supone un aislamiento estricto en la habitación.** Se puede contemplar la movilidad por la unidad, siempre con la mascarilla puesta y manteniendo las medidas de seguridad y una estrecha vigilancia de la aparición de síntomas. Se debe indicar el aislamiento y la PCR en cuanto los síntomas aparecen.

LIMPIEZA Y GESTIÓN DE RESIDUOS EN HABITACIONES DE PERSONAS EN AISLAMIENTO

matia
Fundazioa

1

Introduce todos los residuos en una bolsa y ciérrala siempre dentro de la habitación. Manipula la bolsa y los residuos siempre con guantes.



2

Valora la posibilidad de desinfección del colchón en función de su estado y de su tipo, así como de los riesgos de su traslado. Siempre que sea posible el traslado de una persona residente deberá hacerlo con su colchón, evitará así su posterior desinfección.



3

Procuraremos que las personas usen ropa que pueda lavarse a alta temperatura.



8

Limpia y desinfecta la habitación, baño y superficies y materiales de contacto. Al finalizar el aislamiento/cuarentena, la habitación, baño y todas las superficies y enseres serán objeto de una limpieza y desinfección integral.



4

No sacudas la ropa sucia. Métela en una bolsa hidrosoluble. Cierra la bolsa en la habitación y llévala por el circuito indicado al contenedor o carro de ropa sucia.



7

Utiliza recipientes cerrados para el manejo de todos los residuos, respetando los circuitos de limpio y sucio.



6

Introduce la vajilla y la bandeja en una bolsa de plástico transparente. Cierra la bolsa en la habitación y trasládala a la cocina.



5

Deposita los restos de comida como residuos en bolsas que debes cerrar antes de salir de la habitación. Cualquier alimento sobrante, se queda en la habitación o se desecha.



TRAS LA DETECCIÓN DE UNO O MÁS CASOS...

Cuando se confirma uno o más casos de COVID-19 en el centro residencial, se coordinará la estrategia de intervención con el centro de salud y se establecerán las actividades a desarrollar adaptadas a cada situación.

Si esto sucede, debes seguir las indicaciones de la persona referente COVID-19 del centro en todo momento ya que se pondrán en marcha una serie de medidas, el estudio de los contactos estrechos y la alerta en su conjunto.

En este caso, se podrían volver a aplicar medidas de prevención y control más restrictivas.

MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN DEL CONTAGIO

matia
fundazioa

La experiencia y la evidencia nos demuestra que en la medida en que las personas y sus familias, así como personas trabajadoras y voluntarias han sido formadas en las medidas de prevención y actuación ante la COVID-19, conocen los planes de contingencia y participan en las medidas a tomar, el impacto negativo del confinamiento y aislamiento es sensiblemente menor.



Cuando se declara un brote en una unidad...

- 1 Suspender todas las **visitas por un tiempo**.
- 2 Suspender las salidas de las personas residentes **fuera del centro**.
- 3 Suspender las actividades de **voluntariado y las prácticas**.

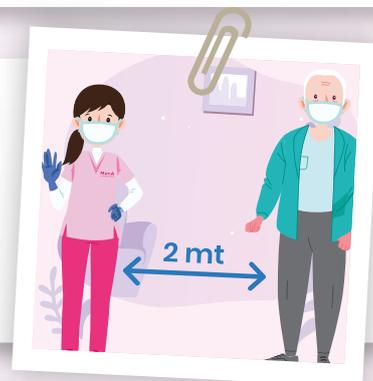
En estos casos es imprescindible articular mecanismos para mantener la comunicación con las familias, especialmente en las personas con demencia. Las restricciones de visitas y salidas serán siempre contrastadas con el servicio de salud y serán siempre las mínimas posibles.



- 4 **Informar de forma inmediata y por el canal pactado con cada familia** (WhatsApp, correo, teléfono). Además, poner carteles que indiquen a visitantes y familiares que las visitas se han suspendido en la unidad correspondiente. **visitas se han suspendido**.
- 5 Mantener siempre **carteles informativos** sobre la higiene de manos y la higiene respiratoria..
- 6 Disponer siempre de **jabón y toallas de papel para la higiene de manos** en todos los aseos del centro.
- 7 Contaríamos con **dispensadores de solución hidroalcohólica**, Disponer siempre de dispensadores de solución hidroalcohólica, pañuelos desechables y cubos de basura con tapa y pedal.

- 8 **Evitar el uso de zonas comunes** fuera de la propia unidad. Cuando no sea posible evitarlas, organizar turnos para disminuir el número de personas en una misma unidad.

Recuerda: Mantener una **distancia de seguridad de 2 metros** entre personas.



- 9 Observar atentamente donde están dispuestos estos elementos **para usarlos al entrar y salir de las habitaciones, del módulo y del centro**.
- 10 **Intensificar la limpieza y ventilación en la unidad y en el centro**, especialmente en las zonas donde transita mayor número de personas y superficies de pasamanos, botones, pomos de puertas, mesas, etc.

PLAN DE HUMANIZACIÓN Y VIDA SALUDABLE



Las Consejerías competentes en materia de salud y políticas sociales han acordado la realización del **programa de humanización y vida saludable** que cada centro residencial implantará teniendo como fin la mejora de la **salud**, el **bienestar** y la **calidad de vida** de las personas residentes a través de la **atención integral y centrada en la persona**.

Este plan contempla acciones dirigidas a la **recuperación nutricional, funcional y cognitiva** de las personas residentes y el **bienestar emocional** de las familias y las personas trabajadoras, con el propósito de atender a los efectos que ha generado la pandemia por COVID-19.

ACTUACIONES CONTEMPLADAS EN EL PLAN

El plan de humanización y vida saludable del centro incluirá actuaciones sobre:

- Dieta saludable.
- Actividad física.
- Estimulación, entrenamiento y rehabilitación cognitiva.
- Fomento del sueño reparador.
- Bienestar emocional.
- Relaciones sociales.

Se prestará especial atención a las actividades cotidianas con sentido para mejorar la función cognitiva y la capacidad funcional en las personas con demencia que viven en los centros residenciales.

NORMAS GENERALES PARA LAS VISITAS



En los centros residenciales donde las personas están ya vacunadas **se podrán realizar visitas** con las siguientes características:

- Una visita al día para cada residente.
- No más de dos personas en cada visita.
- Que pertenezcan a la misma unidad familiar.
- Con cita previa.
- Duración máxima de una hora
- Visitas Escalonadas a lo largo del día.
- En un lugar específico, preferentemente al exterior.
- Si el lugar es interior, deberá:
- Destinarse exclusivamente para las visitas.
- Estar bien ventilado.
- Tener un acceso independiente del resto del centro o con un circuito independientes del tránsito habitual de personas residentes y trabajadoras.

PREPARAR LA ZONA PARA LAS VISITAS

En la **zona de visitas**, se deberá disponer de:

- papelera accionada con pedal,
- gel hidroalcohólico,
- toallitas desechables.

Después de cada visita se realizará la limpieza del espacio utilizado con virucidas autorizados. Se registrarán los datos de contacto de las personas visitantes.

Se pueden permitir las visitas en las habitaciones, estableciendo individualmente el circuito de acceso, con las medidas de protección complementarias necesarias.

CONDICIONES PARA LAS FAMILIAS



No acudir a la visita si tienen sospecha o algún síntoma compatible de COVID-19.

Firmar una **declaración responsable** en la que verifique:

- la ausencia de síntomas compatibles con COVID-19
no haber estado en contacto estrecho con un caso positivo
- su compromiso de cumplimiento de las medidas preventivas durante su visita
- el compromiso de informar a la dirección del centro si presentase síntomas compatibles con COVID-19 en los catorce días posteriores a la visita.

MEDIDAS PREVENTIVAS...

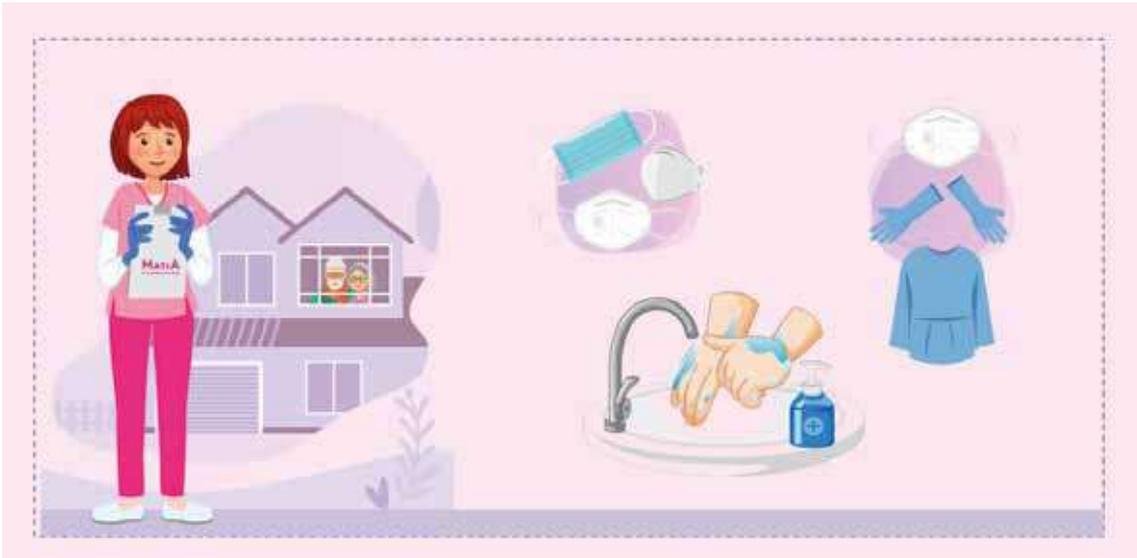
Se tomará la temperatura a las personas visitantes, con el objeto de disminuir el riesgo de contacto con posibles casos asintomáticos.

Se aplicarán las medidas de **higiene de manos y uso de mascarilla quirúrgica o FFP2** durante todo el tiempo que dure la visita.

En las situaciones de acompañamiento en fase de final de vida de una persona residente:

- Se limitará a máximo dos personas acompañantes.
- Se habilitarán accesos y circuitos seguros de entrada y salida que garanticen el contacto mínimo con otras personas residentes y trabajadoras del centro.
- Se extremarán las medidas de prevención e higiene frente a la COVID-19, tanto las medidas de protección individual, como las generales de las instalaciones.

NORMAS GENERALES PARA LA REALIZACIÓN DE SALIDAS



Las personas residentes podrán realizar salidas para acudir a visita médica y similar, causas de fuerza mayor, **salidas de vacaciones y fines de semana, estancias cortas y salidas al exterior** del centro para paseos y otras actividades de ocio.

- Se deben mantener las medidas habituales de protección: uso de mascarilla quirúrgica o FFP2, lavado de manos y distancia social.
- Se permiten las salidas grupales, en grupos pequeños estables de convivencia, y preferiblemente orientadas a realizar actividades al aire libre.

MEDIDAS PREVENTIVAS...

- **Antes de las salidas**, se informará a las familias de la conveniencia de limitar los contactos sociales y las actividades a nivel comunitario.
- **Después de las salidas:**
 - Se deberá comunicar si se ha tenido contacto durante la salida con alguien que ha presentado síntomas o ha sido diagnosticado de COVID-19.
 - Si la salida ha sido de cuatro o más días, y la persona no está vacunada, se realizará una prueba diagnóstica de COVID-19.
 - En todos los casos, se realizará una vigilancia activa de síntomas, no siendo necesario la cuarentena en su habitación.
 - Se registrarán las salida y retorno al centro, indicando si la salida ha sido individual o grupal, los datos de acompañantes; hora de salida y entrada; si la salida fue solicitada por un familiar y el modo de concertar la salida.

Para saber más...

Comunidad Virtual de Aprendizaje de Residencias
de Personas Mayores y otros Centros Sociosanitarios

<https://www.covirformacion.es/>

Documentación Covid-19. Matia Fundazioa

<https://www.matiafundazioa.eus/es/covid-19>