

**Este documento es un documento elaborado por Matia Fundazioa y de aplicación interna.**

**Lo ponemos a disposición de otras organizaciones para su consulta**

# AISLAMIENTO POR COVID

---

La soledad y el aislamiento social de las personas mayores constituye un factor de riesgo que conduce a la depresión, el deterioro cognitivo, la morbilidad y la mortalidad. El riesgo es especialmente acusado en personas que sufren discapacidad intelectual y/o deterioro cognitivo, por su incapacidad para comprender la situación y su mayor necesidad de movilidad y contacto interpersonal. Por otra parte, las secuelas funcionales de la inmovilidad son especialmente devastadoras en las personas mayores.

Por tanto, la indicación de aislamiento no es una indicación inocua, y puede tener graves consecuencias para las personas. Su duración debe establecerse a la luz del mejor conocimiento disponible en cada momento sobre los tiempos de incubación y contagiosidad del SARS-Cov-2, y no prolongarse más allá de lo estrictamente necesario. Asimismo, la indicación debe ser individualizada, y siempre ajustada a las indicaciones establecidas en función de cada caso (personas que no han tenido síntomas ni contacto COVID, personas que son contacto estrecho de caso COVID, personas que tienen síntomas COVID, personas positivas COVID, personas que ingresan en el centro o regresan a él tras una estancia fuera del mismo).

Aunque se establecen pautas generales (aislamiento, cuarentena, medidas de precaución generales) para tipologías en relación con la COVID-19, la atención a la individualidad de cada una de las personas afectadas se mantiene con el PAI (Plan de Atención Individualizada) como eje de actuación, valorando los impactos diferenciales que dichas pautas puedan tener en cada una de las personas y concretando la fecha de finalización del aislamiento, así como las acciones a desarrollar durante y después del aislamiento para identificar y paliar dichos impactos. Usaremos el SIGECA para pautar las acciones necesarias y dejar constancia de la información necesaria y relevante para la atención.

En la aplicación de las medidas de aislamiento, buscaremos siempre el máximo bienestar y seguridad de las personas, sin olvidar que las circunstancias de salud física y mental de cada una de ellas debe ser tenida en cuenta y pueden condicionar las decisiones a tomar, siendo diferentes unas de otras.

En las zonas de las residencias destinadas a unidad COVID no será necesario aislar a las personas en su habitación, permitiéndose el contacto entre residentes, pudiendo moverse libremente en dicha zona, si bien deben llevar una mascarilla quirúrgica para la protección del personal.

Si el número de casos existente o si la estructura del centro no permite una adecuada sectorización, y no es posible el traslado a otro centro, las personas con enfermedad COVID-19 confirmada deberán permanecer en su habitación. En este caso se deben programar medidas específicas de apoyo psicológico para evitar el deterioro, en la medida de lo posible. Además, se facilitarán salidas programadas y actividad significativa individual diaria en las habitaciones dirigida por profesionales de atención directa, cambios posturales periódicos, y en aquellas personas encamadas extremar las medidas anti escaras con movilizaciones y cuidados pertinentes. Debe prestarse especial atención a la nutrición, especialmente al soporte proteínico e hídrico (pudiendo valorarse aportes indirectos en sopas caldos, etc., en aquellas personas que sea difícil asegurar la ingesta de agua libre).

El aislamiento debe abordarse como una situación en la que la necesidad de contacto humano se intensifica, por lo que corresponde un incremento en los contactos entre el personal de la residencia y la persona aislada. El PAI debe recoger la prescripción de frecuencia diaria de entradas en la habitación de las personas aisladas, con el fin de hacer una valoración continuada de las necesidades de la persona y aliviar en lo posible la sensación de soledad.

La cuarentena no es aislamiento, no supone un aislamiento estricto en la habitación, pudiendo contemplarse la libre movilidad en la unidad, siempre que sea posible y con mascarilla quirúrgica. En la cuarentena debe hacerse una estrecha vigilancia de la aparición de síntomas e indicar el aislamiento y solicitud de PCR a la mínima sospecha.

A continuación se adjunta una propuesta de CQ para situaciones de aislamiento (puede completarse o servir de guion para elaborar el plan de cuidados mientras dure la situación de aislamiento).

## PROPUESTA MATIA FUNDAZIOA

Nombre:

Día:

Quién participa en el plan:

MOTIVO DE AISLAMIENTO		Tiempo previsto <sup>1</sup>
	Tengo síntomas COVID	
	Tengo COVID	

MOTIVO DE CUARENTENA		Tiempo previsto <sup>2</sup>
	He tenido contacto estrecho con una persona sospecha o confirmada COVID	

### IDENTIFICACIÓN DE DAÑOS QUE PUEDE CAUSAR EL AISLAMIENTO Y PLAN DE ACTUACIÓN

Daño/riesgo	Qué me va a ayudar a minimizar este daño

### INFORMACIÓN DE LA NECESIDAD DE AISLAMIENTO<sup>3</sup>

- Me han explicado las razones del aislamiento, riesgos y beneficios
- Entiendo la necesidad de aislamiento
- Acepto la necesidad de aislamiento
- Participo en el CQ aislarme por COVID
- No entiendo la situación de aislamiento

### CONOCIMIENTO DE LA PERSONA

Qué es importante para mí en este momento, cómo estoy, cómo es mi día a día habitual...

---

<sup>1</sup> Tiene que ser el menor tiempo posible.

<sup>2</sup> Tiene que ser el menor tiempo posible.

<sup>3</sup> Según la evidencia científica, en la medida que la persona comprende la enfermedad, los beneficios para el resto de su aislamiento, el para qué del mismo, el impacto psicológico es mucho menor.

Cuáles son mis opiniones, miedos, temores en torno a esta situación...

Qué me hace salir de la habitación...

Qué me ayuda a estar/volver en/a la habitación...

Qué consignas/señales me ayudan a mantenerme en la habitación...

### GUSTOS Y PREFERENCIAS

¿Qué actividades/cosas me gustan? ¿Cuáles puedo hacer en la habitación? ¿Qué voy a necesitar para hacerlas?

¿De qué me gusta hablar? ¿Con quién? ¿Cómo (por teléfono, vía Tablet, presencialmente...)?

¿Cuáles son mis comidas/bebidas favoritas? ¿y otros caprichos que me dan placer/bienestar?

¿Con qué personas del centro me siento a gusto y me gusta estar y conversar?

### NECESIDADES DE APOYO

¿En qué voy a necesitar ayuda en la habitación en caso de tener que estar aislado?

¿Para estar bien, voy a necesitar de una tercera persona? ¿Quién será?

### REVISIÓN/EVALUACIÓN DEL PLAN