



Prevención, contención y mitigación del Covid-19 en personas adultas mayores

A través del Decreto 457 del Gobierno Nacional y de la resolución 464 del Ministerio de Salud y Protección Social se imparten instrucciones para el cumplimiento del aislamiento preventivo obligatorio para toda la población **hasta el 13 de abril** y para las personas **mayores de 70 años**, hasta el **30 de mayo de 2020**.

Familias y personas cuidadoras



Atienda el [protocolo de lavado de manos y medidas preventivas](#) (Uso de guantes, mascarilla en provisión de higiene personal).



En caso de presentar signos y síntomas de infección respiratoria, genere [relevamiento](#) en los servicios de cuidado.



No permita el ingreso de visitas de otros familiares o de la red social (solo en virtud de [procesos de apoyo](#), conservando estricto protocolo de higiene).



Reporte a la autoridad sanitaria cualquier caso de riesgo de COVID-19 en la persona mayor, cuidador u otro miembro de la familia.



Cuide su salud mental.

Hogares y cuidadores de adultos



Explique la situación actual, así como las medidas de prevención de forma clara y sencilla.



Brinde [acompañamiento psicosocial](#), fomente contactos virtuales de



Tenga a mano [directorio](#) de familiares, instituciones y centros de atención en salud.



Apoye el lavado de manos mínimo cada tres horas. También puede usar gel antibacterial varias veces al día.



Provea alimentación saludable (carnes, pescados, queso, leche, frutas y verduras etc)



Cuento con disponibilidad de medicamentos para enfermedades crónicas.



No realice traslados a los servicios de salud, atender protocolos de [atención virtual y domiciliaria](#), a excepción de una Urgencia.

Los cuidadores deben:

Mantenerlos informados sobre la epidemia y las medidas que se están implementando.

Explícate que [evitar el contacto físico tiene que ver con una medida](#) para cuidar su salud y la de su familia, y no una forma rechazo.

Mantener [rutinas de autocuidado](#), aseo personal, sueño y alimentación.

Disponer [mecanismos de orientación](#) a su alcance: Reloj, Calendarios, ventanas y cortinas abiertas.

Crear [rutina diaria](#) que incluya actividades físicas, de ocio y comunicación con otras personas a través de las tecnologías disponibles.

Promover el diálogo y la participación en las actividades del hogar, expresión de emociones y de sus decisiones.

Evitar la inmovilidad por tiempos prolongados



Excepciones

Las personas adultas podrán salir del aislamiento para:

- Abastecimiento alimentos, medicamentos, artículos de primera necesidad.
- Uso servicios financieros.
- Ejercicio laboral exentos en el decreto 457
- Casos de fuerza mayor

