

QUIÉNES SON Y CÓMO REDUCIR EL RIESGO DE CONTAGIO

- Los mayores de 60 años o las personas que tienen enfermedades crónicas o condiciones de inmunodepresión corren más riesgo de desarrollar formas graves de esta enfermedad.
- Personas enfermas de patologías neurológicas o discapacidad muestran dificultades para observar las precauciones necesarias para protegerse del contagio y, por lo tanto, corren un mayor riesgo de ponerse enfermas.

POR ESO ES NECESARIA MUCHA ATENCIÓN CUANDO LOS CUIDAMOS

SI CUIDAS A UNA PERSONA ANCIANA:

- Dale ánimo y explícale con calma y sencillez las razones de las medidas restrictivas
- Evita lo más posible que salga o esté en lugares cerrados y atestados de gente
- Ayúdala a hallar bienes de primera necesidad (alimentos y medicamentos) con la entrega a domicilio
- Evita que vaya al médico a por las recetas o por consultas de rutina; puede ponerse en contacto con él por teléfono y utilizar la receta digital
- Es conveniente tener una provisión de dos semanas de los medicamentos de uso rutinario
- Ayúdala a tener los contactos con parientes y amigos a través del teléfono e internet
- Si no es autosuficiente, respeta las medidas de higiene y lleva el equipo de protección: así te protegerán a ti pero sobre todo a él/ella
- Observa con atención sus condiciones de salud: si notas novedades, llama al médico

SI CUIDAS A UN PACIENTE INMUNODEPRIMIDO:

- Reduce las salidas y las visitas
- Observa escrupulosamente las normas de prevención e higiene
- Organiza visitas y consultas de modo que se limite el acceso al hospital



SI CUIDAS A UNA PERSONA DISCAPACITADA O CON ALTERACIONES NEUROLÓGICAS

- El cambio impuesto por las nuevas normas podría desestabilizarla: explícale con calma y repetidamente las razones y tranquilízala
- Mantén lo más posible sus costumbres y programa una rutina
- Utiliza apuntes, dibujos o vídeos para explicarle las nuevas reglas y medidas de prevención
- Controla constantemente su estado de salud y ten cuidado con cualquier cambio: la desorientación podría ser el primer síntoma de descompensación o enfermedad

