LITORALPRESS

Fecha: 15-03-2020
Medio: Las Últimas Noticias
Supl. : Las Últimas Noticias
Tipo: Actualidad
Título: Lavar la ropa a 70 grados y conversar: Minsal entregó instructivo para cuarentenas

Pág. : 4
Cm2: 527,6
VPE: $ 2.901.064

Tiraje: 91.144
Lectoría: 224.906
Favorabilidad: Positiva

Protocolo recomienda además no recibir visitas y estar en una pieza con ventana

Lavar la ropa a 70 grados y conversar: Minsal entregó instructivo para cuarentenas

DAVID AGUAYO

El Ministerio de Salud publicó un protocolo con indicaciones para las personas en aislamiento domiciliario por 14 días por culpa del bendito coronavirus Covid-19. La guía está pensada para los casos sospechosos de adquirir el virus y que todavía no presentan síntomas, es decir, los viajeros provenientes de países de riesgo o los contactos estrechos de un contagiado.

A 70 grados. El instructivo recomienda, entre otras cosas, "lavar la ropa, ropa de cama, toallas, etcétera, usando detergente de uso común y lavando la ropa a 70°C o más por al menos 20 minutos. Si no tiene lavadora, lave a mano con su detergente habitual".

La infectóloga Cecilia Perret, de la Red de Salud UC Christus, asegura que la combinación de calor y jabón o detergente eliminan al virus definitivamente de telas o superficies. Este tipo de lavados se hacen en los recintos hospitalarios para desinfectar las ropas que se utilizan, agrega.

"El calor sirve para desmantelar la estructura molecular del virus. Por eso los equipos para esterilizar dispositivos médicos funcionan a veces a más temperatura. El calor es capaz desarmar el orden de las partículas del patógeno. Y el detergente tiene la capacidad de destruir la membrana, la envoltura del virus. Esta membrana está compuesta por proteínas y lípidos, fundamentalmente, y las moléculas del jabón o los detergentes tienen la propiedad de fijarse en las moléculas con mayor contenido de grasas y las destruye", ilustra.

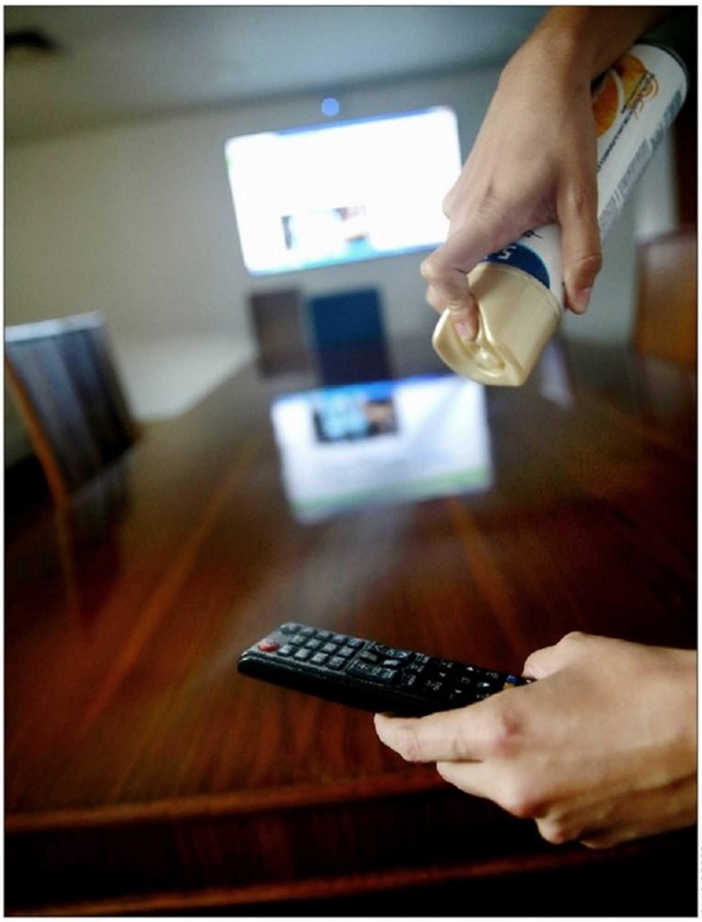
Desinfectar todo. La guía también recomienda "limpiar y desinfectar frecuentemente superficies que toca a diario como veladores, mesas, WC u otras con soluciones desinfectantes como cloro, alcohol o similar. La concentración de cloro se obtiene con una cucharada de cloro doméstico en un litro de agua fría".

Nada de visitas. Otros de los consejos para cumplir correctamente la cuarentena son: "No salir del hogar, no invitar visitas ni realizar o participar de eventos sociales, tales como fiestas y encuentros. No compartir artículos de higiene personal ni de alimentación con otros habitantes del hogar. Usar pañuelos desechables y eliminarlos en bolsas plásticas dentro de un basurero con tapa. Ocupar una pieza solo y con ventana para mantener una ventilación frecuente".

La persona en observación debe también dormir en una habitación sin compañía, medirse la temperatura cada 12 horas y no compartir los cubiertos.

Conversar por teléfono. La guía también indica que las personas en aislamiento deben mantener una distancia social de al menos un metro con el resto de los residentes del hogar. Y se les pide, además, tomarse la temperatura cada 12 horas. "Recuerde comer saludablemente, realizar algún tipo de actividad física dentro de su casa y conversar - por ejemplo por vía telefónica u otras- con sus cercanos para evitar la sensación de soledad", agrega.

¿Y el uso de mascarilla en la casa? "Las mascarillas son solo para personas con síntomas o aquellos que cuidan a un paciente enfermo", concluye el instructivo del gobierno.



ISAAC CORREA