



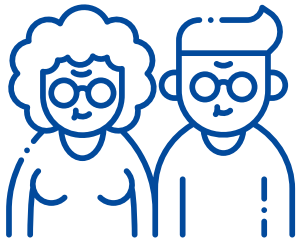
Uruguay
Presidencia

Ministerio
**de Salud
Pública**



Personas mayores Recomendaciones para Navidad y Año Nuevo





Estos son días especiales, generalmente muy esperados para celebrar y compartir entre familiares y amigos. En un año, y en una etapa compleja por la pandemia COVID-19, son necesarios cuidados especiales, para reducir la transmisión del virus y sus consecuencias.

Las personas mayores son vulnerables, sobre todo aquellas más frágiles y las que se encuentran en instituciones de larga estadía (residencias y hogares).

Para los adultos mayores en la comunidad, el autocuidado de la salud es un ejercicio de autonomía y derechos. El rol y las medidas del ámbito social y familiar es fundamental, siendo necesario una cooperación positiva y participativa en esos cuidados.



Recomendaciones

Si usted es una persona adulta mayor:

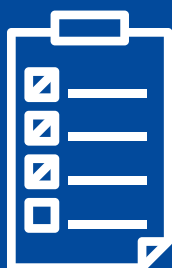
- Evite participar de reuniones familiares con más de 8 personas, hasta que sea seguro encontrarse. Estos encuentros se pueden posponer y reagendar. Nuestros afectos se expresan todos los días.
- Si debe asistir a una reunión, concurra de tapabocas y mantenga una distancia de 2 metros con otras personas; especialmente si concurren algunas que no integran el hogar, no pertenecen al grupo con el que mantiene contacto de manera recurrente y/o viajaron desde otros departamentos en los últimos 14 días.
- Adelante sus compras para evitar aglomeraciones. Utilice, en lo posible, medios electrónicos.
- Cúbrase la boca y nariz con tapabocas cuando está con personas con quienes no puede mantener la distancia recomendada.
- Evite actividades que pueden aumentar posibilidades de contagio (compartir vajilla, cubiertos o vasos, abrazos, cantos, bailes).
- Tome las demás medidas de prevención, además de evitar la proximidad (higiene de manos, tapabocas, higiene de superficies, etc.).



Recomendaciones para las familias

Si organiza una reunión familiar a la que concurrirán personas mayores:

- Planifique la reunión para un máximo de 8 participantes.
- Si asisten personas que viajaron entre departamentos - en los últimos 14 días -, adquiere especial importancia el distanciamiento físico y uso de tapabocas.
- Organice la reunión al aire libre. Si no es posible, utilice espacios interiores amplios y ventilados. De no ser posible ninguno de los dos anteriores, se debe reducir el número de participantes recomendado anteriormente.
- Tome todas las medidas de prevención, además de evitar la proximidad (higiene de manos, tapabocas, higiene de superficies, etc.).
- Deben evitarse el uso compartido de vajilla, cubiertos y vasos. En la medida de lo posible utilizar vajilla, vasos y cubiertos descartables.



Recomendaciones y pautas hacia establecimientos de larga estadía (residencias y hogares)

Es importante aclarar que no se autorizan las reuniones y festejos de fin de año en el ELEPEM.

Para estos establecimientos ya existen recomendaciones generales, que tienen pautas y protocolos específicos.

Existen distintas situaciones que es necesario considerar y merecen diversas respuestas:

- Instituciones **CON casos positivos COVID-19.**
- Instituciones **SIN casos positivos COVID-19.**
- Eventuales **egresos por reuniones familiares.**



Instituciones con casos positivos



PERSONAS MAYORES
RECOMENDACIONES PARA NAVIDAD Y AÑO NUEVO

En los establecimientos con casos positivos, la visita familiar está suspendida.

Existen situaciones excepcionales como:

- residentes en situación de final de la vida,
- residentes con criterios de terminalidad oncológicas o no oncológicas en etapa terminal
- residentes en descompensación neurocognitiva psico conductual que no puedan ser abordadas por el equipo de trabajo del ELEPEM.

En estas situaciones particulares, se debe permitir la entrada a la institución de un familiar a la vez.

Los mismos no deberán presentar sintomatología asociada a COVID 19, deberán permanecer con el equipo de protección personal completo (doble par de guantes, mascara, lentes, gorro, tapaboca, mameluco y sobre túnica, de no contar con mameluco, utilizar bata impermeable). De no contar con equipo de protección, no se podrá ingresar al lugar.

La visita no deberá superar los 30 minutos.



Instituciones sin casos positivos

En estas instituciones, la visita puede ser regulada, agendada o pautada en tiempos y duración.

- Los residentes podrán recibir una o dos visitas de un solo familiar, con cita previa y de 30 minutos de duración.
- El familiar deberá declarar por escrito no presentar sintomatología asociada a COVID-19, así como no haber estado en contacto con casos sospechosos o confirmados en los últimos 14 días.
- El personal entrenado del residencial realizará control de temperatura a distancia. Si se constatan sintomatología asociados a COVID -19 no podrán ingresar y se le recomendará consultar a su prestador de salud.
- Al ingreso se le deberá brindar alcohol en gel para la desinfección de manos.
- El familiar deberá ingresar al lugar con tapaboca y sobre túnica. El familiar no podrá transitar por el ELEPEM y se deberá retirar inmediatamente de finalizada la hora estipulada de visita.
- Se deberá disponer de un área exclusiva cerca de la puerta de entrada y donde no circulen residentes en forma habitual, para el recibimiento de visitas. Esta área deberá tener la amplitud para que se pueda mantener la distancia de 2 metros entre el residente y su familiar. Asimismo, deberá disponer de mobiliario reducido, sin adornos, revistas, etc, con el fin de disminuir las superficies de contacto y facilitar las tareas de limpieza y desinfección.

- No estará permitido el saludo con contacto: abrazo, beso o apretón de manos.
- Entre cada visita se procederá a la ventilación del área y de su limpieza y desinfección.

Se sugiere y/o recomienda que los familiares que integran los grupos de riesgo: mayores de 65 años y aquellas que independientemente de la edad presenten comorbilidades susceptibles a presentar complicaciones de COVID-19, no concurran a los ELEPEM hasta nuevas recomendaciones del MSP.



Eventuales egresos por reuniones familiares

Se sugiere evitar el egreso a reuniones, pero en caso de llevarse a cabo, se debe considerar que el reingreso implica:

- Mantener una cuarentena en el establecimiento por 14 días.
- En el caso de querer disminuir los días de cuarentena al séptimo día de la misma se deberá realizar un hisopado, el cual correrá por cuenta del familiar. Si este tiene resultado negativo se podrá levantar la misma y reintegrarse a las actividades del ELEPEM.
- Solo si se garantiza la cuarentena en el ELEPEM por 14 días o por 7 días más hisopado puede concurrir a las reuniones.



msp.gub.uy

Ministerio de Salud Pública
Dirección General de la Salud
Área Programática del Adulto Mayor
División de Epidemiología

Grupo Asesor Científico Honorario (GACH).
Invitado: Sociedad Uruguaya de Gerontología y Geriátría (SUGG).



**Plan Nacional
Coronavirus**
COVID-19



Ministerio
**de Salud
Pública**