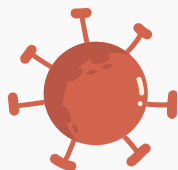


# MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

(Las recomendaciones sub-estándar están dirigidas principalmente a las residencias de ancianos y a los centros socio-sanitarios)



## **Nota de exención de responsabilidad**

La información proporcionada en este sitio o en los documentos se basa en los conocimientos actuales y en información limitada a la experiencia de Médicos Sin Fronteras por tanto se encuentra condicionada a la actual situación nueva, urgente y excepcional ocasionada por la epidemia de CoVid-19.

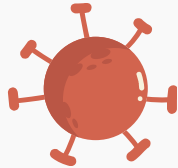
Estas informaciones son soluciones imperfectas, provisionales y excepcionales considerando la falta de soluciones estándar y homologadas por lo que sólo deben usarse en ausencia de información, protocolos, procedimientos o materiales homologados previstos por los estándares de la Organización Mundial de Salud o del Ministerio de Sanidad.

Estas informaciones se publican para escalar, ampliar y acelerar la respuesta de los responsables y profesionales sanitarios y civiles de la sociedad que están implicados en la respuesta a la epidemia.

Estas informaciones no sustituyen la atención médica profesional, ni las recomendaciones de la Organización Mundial de Salud o del Ministerio de Sanidad.

Médicos Sin Fronteras no puede responsabilizarse de la correcta implementación y resultados de las soluciones propuestas en esta informaciones.

Médicos Sin Fronteras



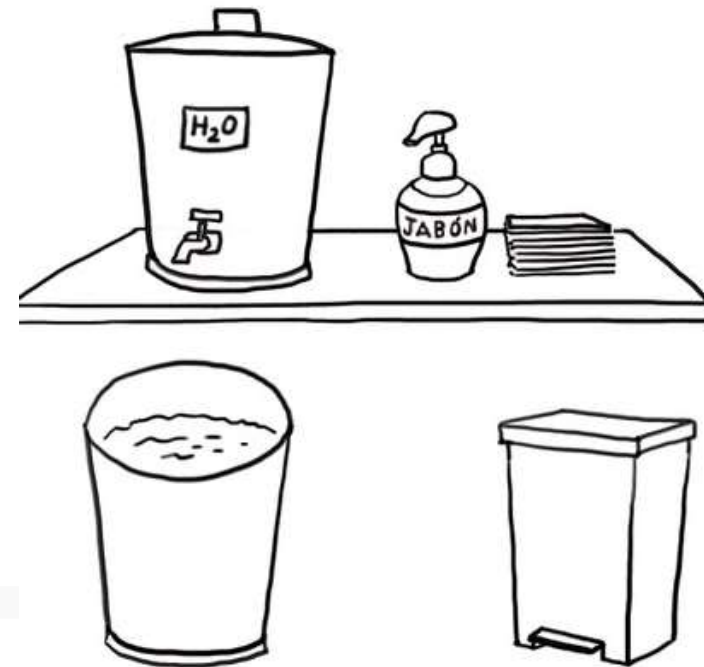
## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS PUNTOS DE HIGIENE DE MANOS ADICIONALES

# #1

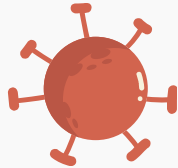


- **El método ideal es la higiene de manos con solución hidroalcohólica.**
- Sólo si las manos están visiblemente sucias o en ausencia de solución hidroalcohólica, usaremos agua y jabón.
- **Puntos de Higiene Adicionales:**
  - Instalamos un cubo con grifo sobre un stand/mesa en las zonas comunes y pasillos
  - Colocar un cubo en el suelo para recoger el agua
  - Al lado del punto de agua, colocar jabón, toallas de papel para secarse las manos y un cubo de basura con tapa y pedal.
  - Proponemos convertir el lavado de manos en una actividad regular para los residentes con capacidad motriz.

### Material complementario



<https://tienda.lavamanos.info/es/autonomos-clinic/29-lavamanos-portatil-autonomo-mini-clinic.html>



## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS EQUIPAMIENTO PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI): ESCASEZ DE GUANTES

# #2

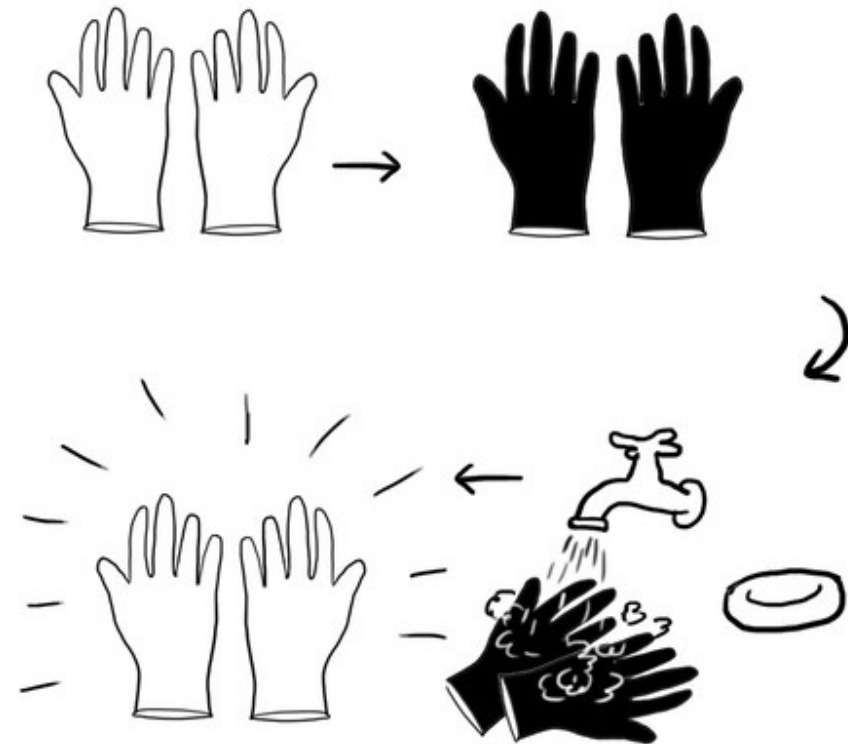


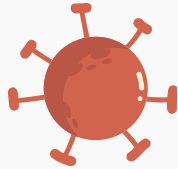
**El uso de solución hidroalcohólica es la opción ideal.**

**Si no está disponible o las manos están visiblemente sucias, podemos usar agua y jabón.**

**Alternativa a los guantes de examen médico:** según el tipo de actividad que se realice y el grado de precisión en los gestos que se requiera se pueden considerar las siguientes opciones:

- Guantes de limpieza reutilizables (que deberán ser desinfectados entre un uso y el otro) o guantes no sanitarios (como los que se usan para las tinturas del cabello, que se pueden, llegado el caso, utilizar dobles) u otro tipo de guantes no sanitarios.
- Nuevamente, si no se llevarán a cabo tareas invasivas (extracción de sangre, canalización venosas, administración de medicamentos inyectables, etc) se debería considerar la opción de directamente no llevar guantes y extremar la higiene antes y después de llevar a cabo las tareas requeridas (lavado de manos con agua y jabón).





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS EQUIPAMIENTO PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI): ESCASEZ DE MÁSCARAS

# #3

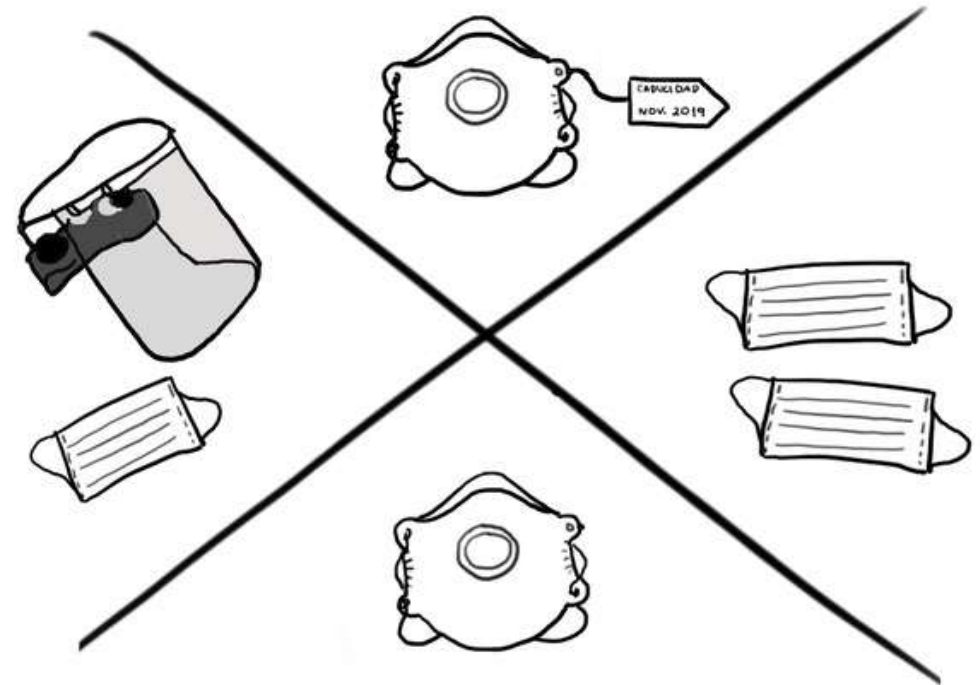


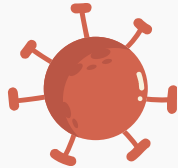
Las máscaras es uno de los equipamientos más sensibles, ya que las máscaras homologadas han sido testeadas y se sabe que, además de ser impermeables o resistentes a salpicaduras, tienen una capacidad de filtrado que evitan el paso de una proporción importante de gérmenes.

En caso de reemplazar las máscaras estándar por otro tipo de máscara, esto último no se puede garantizar.

En caso de falta de máscaras, las siguientes opciones se podrían considerar:

- Utilizar doble máscara (Tipo I o II, no resistentes a salpicaduras) y/o,
- Reutilizar las máscaras tipo FFP2 y/o,
- Utilizar máscaras que estén fuera de la fecha de uso recomendada por el fabricante y,
- Sobre todo, completar la máscara con el uso de una pantalla de protección facial que reducirá la posibilidad de recibir salpicaduras y/o micro-gotas en la cara. Además, si no hay más opción que reutilizar las máscaras, la pantalla facial reducirá el riesgo de contaminación de la cara externa de la máscara.





MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS  
EQUIPAMIENTO PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI):  
ESCASEZ DE PROTECTORES OCULARES

#4

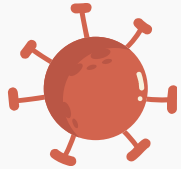


**Alternativas a los protectores oculares sanitarios homologados:**

Otro tipo de protectores se pueden considerar, siempre y cuando cubran la totalidad de los ojos y ofrezcan un cierto hermetismo.

Ejemplos, pueden ser, los protectores oculares que se consiguen en ferreterías o aquellos de uso deportivo (para esquiar o para hacer snorkeling/submarinismo por ejemplo). Siendo estos reutilizables, resulta indispensable su desinfección entre un uso y el otro.





MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS  
EQUIPAMIENTO PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI):  
ESCASEZ DE PROTECTOR FACIAL

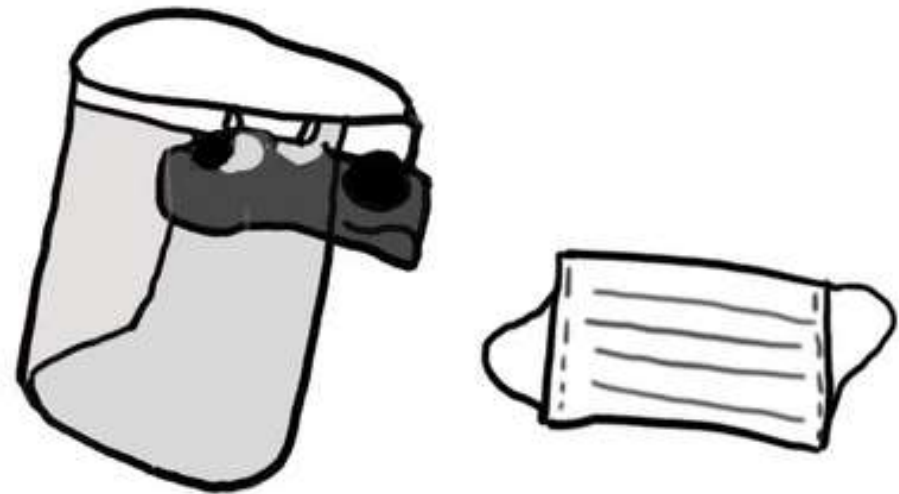
#5

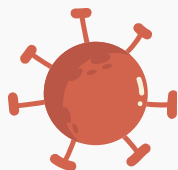


**Alternativas a las pantallas de protección facial sanitarias homologadas:**

otro tipo de pantallas, como las que se consiguen en ferreterías, pueden llegar a cumplir un objetivo similar.

También se han visto soluciones “hechas en casa” empleando archivadores plásticos transparentes a los que se les agrega una cuerda para sujetar.





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS EQUIPAMIENTO PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI): ESCASEZ DE BATAS DE AISLAMIENTO

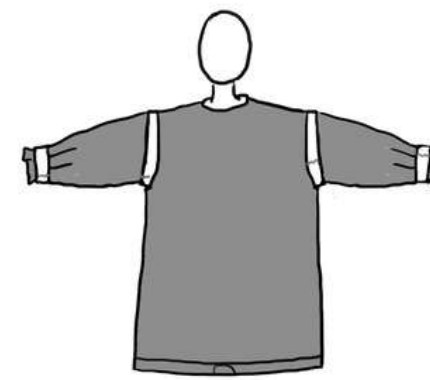
# #6



### Alternativas a las batas de aislamiento:

- Empleo de **chubasqueros** realmente impermeables que se puedan reutilizar y, entonces, que se deberán desinfectar entre un uso y el otro – paciente/habitación
- **Bolsas grandes de basura** a las que se les hace un agujero para pasar los brazos y la cabeza. Como las batas de aislamiento cubren también los brazos, en este caso, o bien se puede usar otras bolsas para cubrir las extremidades (y entonces se deberá sellar las muñecas con bandas elásticas o similares) o, lo que es aún preferible, siempre y cuando la piel de las extremidades del cuidador/a no presente heridas, es no llevar mangas de ningún tipo y efectuar un buen lavado de los brazos al terminar las tareas requeridas.

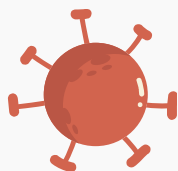
Dichas bolsas no deberían reutilizarse entre un paciente y otro o entre una habitación y la otra. Si no hay más remedio que usar esta opción, es importante extremar las precauciones al retirar la bolsa basura contaminada por la cabeza, y evitar así, la contaminación de cuello/cara.



### Material Adicional:

<https://www.larioja.com/sociedad/salud/sanitario-ensena-fabricar-20200320130434-ntrc.html?ref=https://www.google.es/#&ref=>





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### LIMPIEZA : FREGADO SUELOS

#### (TÉCNICA DOBLE CUBO)

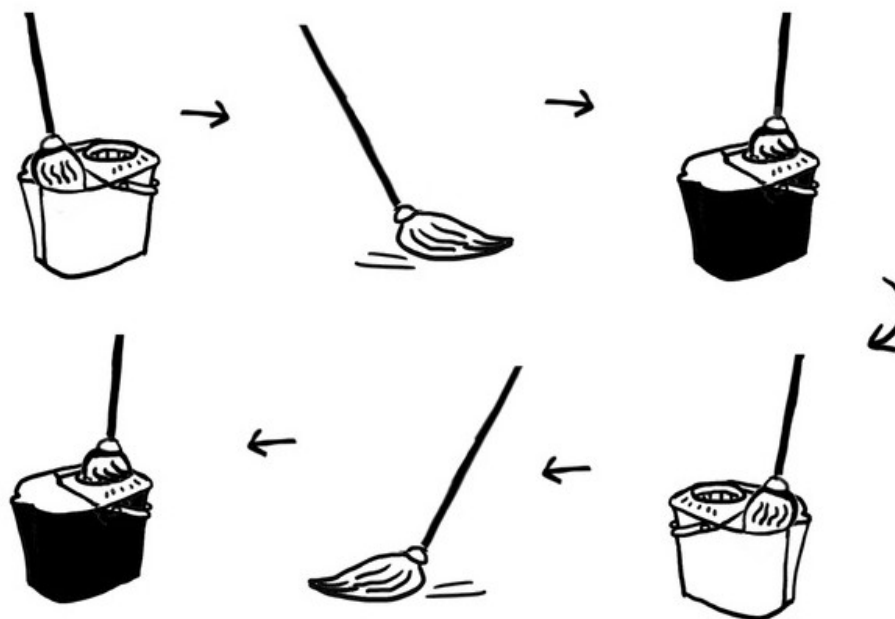
# #7



La **técnica de doble cubo** es la **recomendada** para asegurar una correcta limpieza y desinfección, ya que no mezclan los desinfectantes con los contaminantes. Las superficies desinfectadas no son re-contaminadas por el agua sucia.

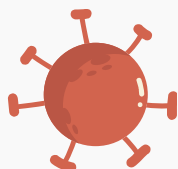
#### Cómo realizar la técnica de doble cubo:

- Se necesitan dos cubos (A y B). En el cubo A se coloca el agua limpia y el producto de limpieza, llenándolo  $\frac{3}{4}$  partes. En el segundo cubo (B), que vamos a utilizar para el agua sucia se llena  $\frac{1}{4}$  parte y se coloca el escurridor en él.
- Se sumerge la fregona/mopa en el cubo donde se encuentra la mezcla del agua y del producto de limpieza (cubo A)
- Se escurre y se friega un trozo de suelo con movimientos en forma de S.
- Se sumerge la fregona/mopa en el cubo B, donde sólo hay agua, y se escurre.



#### Material complementario

<https://www.youtube.com/watch?v=4OZt1SzGXQU>



## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### PREPARACIÓN DE SOLUCIÓN DE HIPOCLORITO SÓDICO 0.1%

# #8



Este producto sirve tanto para la desinfección de EPI reutilizable como también para la desinfección del entorno del paciente.

La lejía doméstica tiene una concentración de cloro entre 4-6%.

Para hacer la dilución al 0.1% podemos utilizar la siguiente fórmula:

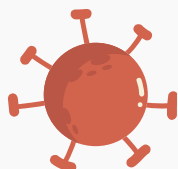
$$\text{Fórmula: } \left[ \frac{\% \text{ de hipoclorito de sodio concentrado}}{\% \text{ de hipoclorito de sodio deseado}} \right] - 1$$

#### Ejemplo, con Lejía Conejo (4.2%):

$$(4.2\% \text{ de lejía Conejo} / 0.1\%) = 42 \quad 42 - 1 = 41$$

Para la dilución al 0.1% necesitamos: **41 partes de agua por cada parte de lejía**

410 ml de agua + 10 ml de lejía Conejo = 420 ml de hipoclorito sódico al 0.1%



## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### EQUIPAMIENTO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI): DESINFECCIÓN DEL MATERIAL REUTILIZABLE

# #9

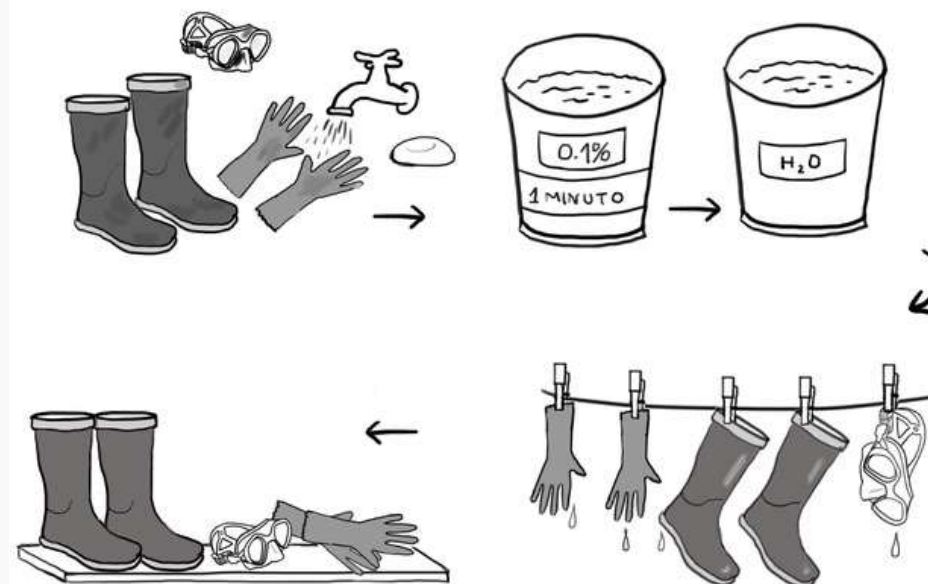


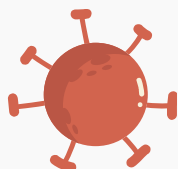
#### Pasos para la desinfección de EPI reutilizables:

- Lavar con agua y jabón si están visiblemente sucios. Aclarar con agua.
- Introducir el material a desinfectar en un contenedor con la solución de hipoclorito sódico al 0.1%. Dejar al menos un minuto.
- Aclarar con agua limpia (se puede tener un contenedor/barreño)
- Dejar secar
- Meterlos en un contenedor de material limpio

**MUY IMPORTANTE:** El personal dedicado a la desinfección de material también debe usar EPI completo, para su protección.

Es importante **contar con cantidad suficiente de EPI reutilizable** para poder tener disponible un stock de EPI limpio y listos para ser utilizados.





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL ENTORNO:

#### PRINCIPIOS A SEGUIR I

# #10

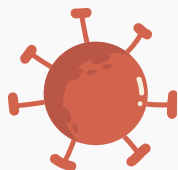


Estas medidas van **encaminadas a disminuir el riesgo de contaminación cruzada** (de zona contaminada a zona limpia).

Esto **protege tanto a los pacientes como a todos los trabajadores** del centro.

- Tener material de limpieza exclusivo (cubos, trapos, mopas, productos de limpieza...) para el entorno del paciente (zonas "contaminadas"). No utilizar este material para la limpieza de zonas "limpias" (entorno de pacientes sin Covid-19)
- Si es posible, organizar al equipo de limpieza para dividirlo entre zonas limpias y zonas contaminadas. En el caso de que esto no sea posible, empezar siempre la limpieza de las zonas limpias antes de pasar a las zonas contaminadas.
- El personal de limpieza debe utilizar EPI indicado para la limpieza del entorno del paciente.
- Higiene de manos antes y después de utilizar EPI necesario.





MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL ENTORNO:

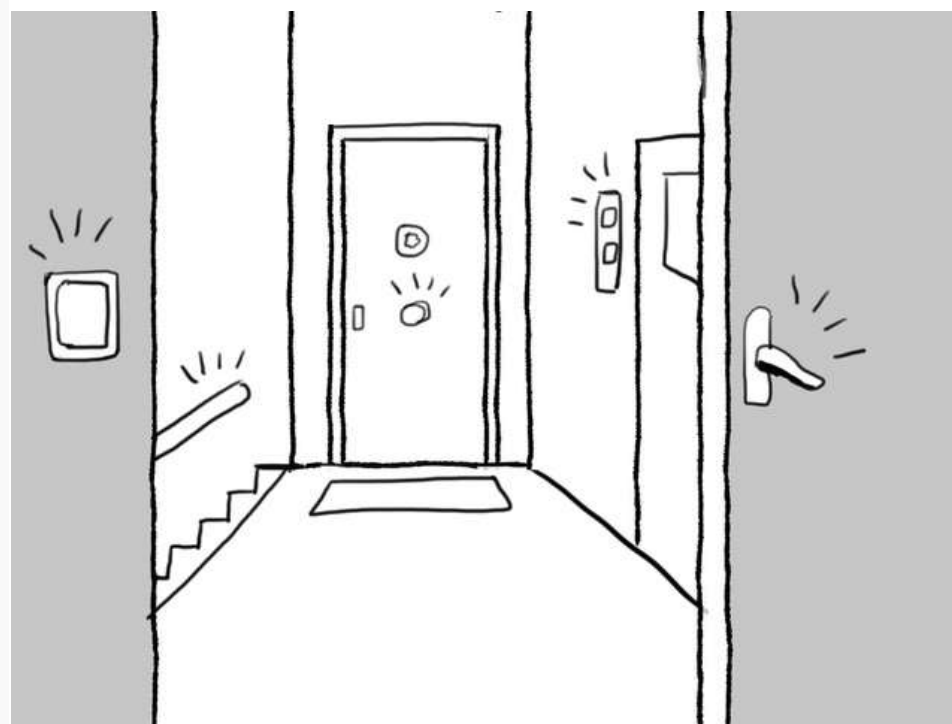
PRINCIPIOS A SEGUIR II

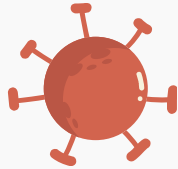
#11



**Poner énfasis en la reiteración constante de desinfección de ciertos objetos:**

- Manetas puertas
- Pulsadores ascensor
- Interruptores
- Barandillas...





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### RECURSOS HUMANOS:

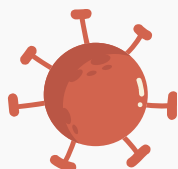
### IDENTIFICACIÓN DE PERSONAL CON TAREAS EXTRAORDINARIAS DEFINIDAS

#12  MEDICOS  
SIN FRONTERAS

Identificar y señalar personas del equipo (por turno o en general) encargadas de efectuar las siguientes tareas :

- Una persona responsable de “**Control de Infecciones**” en cada centro como punto focal para diseminar los mensajes claves y con las dos responsabilidades principales:
  - Entrenar al personal en los procedimientos/protocolos de prevención y control de infecciones
  - Supervisar que esos procedimientos son correctamente implementados y respetados
- Informar a las familias de los **residentes afectados** y mantener la información actualizada con una regularidad pautada





## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS EQUIPAMIENTO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI):

# #13



### CIRCUITO DEL MATERIAL REUTILIZABLE

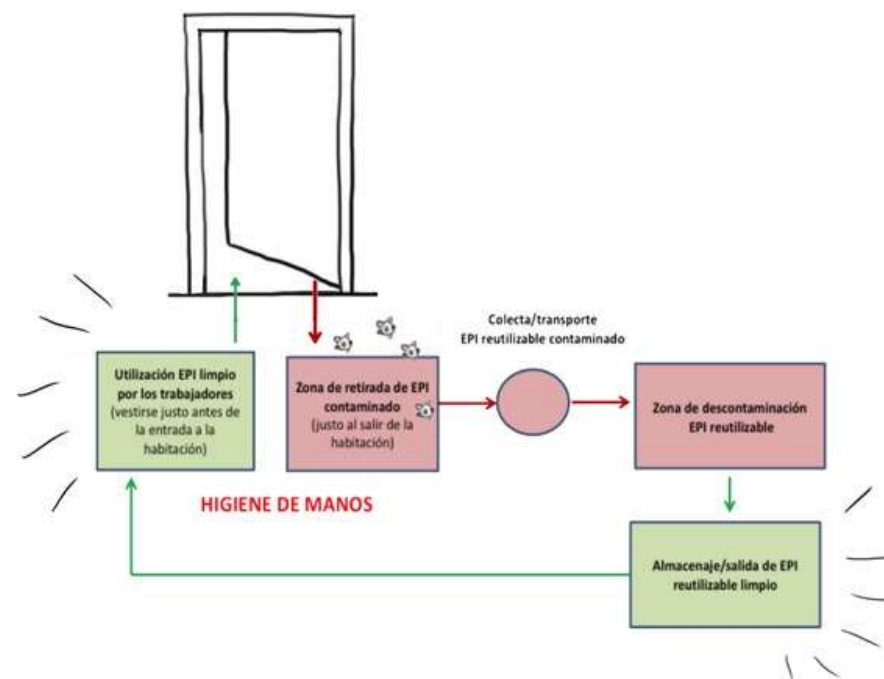
#### PROPUESTA VISUAL DE CIRCUITO

El **circuito** que debe seguir cada elemento del equipo de protección individual (EPI) debe de ser respetado, para evitar el riesgo de contaminación cruzada.

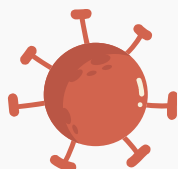
El material utilizado que sea desechable, se introducirá en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas.

Si se deben usar EPIs reutilizables es necesario una desinfección después de cada uso, por lo que:

- Retirarse el EPI a la salida de la habitación y echarlo en un contenedor. Realizar higiene de manos.
- El contenedor será recogido y llevado a la zona dedicada para la desinfección del material (cada centro puede definir el circuito que mejor se adapte a sus capacidades)



Ejemplo de circuito para desinfección de EPI reutilizable



## MEDIDAS DE PREVENCIÓN ADAPTADAS

### PRINCIPIOS GENERALES DE HIGIENE DE MANOS

# #14



**La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.**

**Opción A)** Desinfección de manos con solución hidroalcohólica: es la opción ideal para el personal sanitario

**Opción B)** Lavado de manos con agua y jabón: si las manos están visiblemente sucias o si no hay solución hidroalcohólica. Para pacientes y familiares se prioriza esta opción

Deberá realizarse, en cada uno de los siguientes momentos (incluye todos los residentes/pacientes):

1. Antes del contacto con el residente/paciente.
2. Antes de realizar una técnica aséptica.
3. Después del contacto con fluidos biológicos.
4. Después del contacto con el paciente.
5. Después del contacto con el entorno del paciente.

**Material Complementario:**

<https://www.who.int/gpsc/5may/tools/es/>

