

[Módulo 1: Guía práctica para ponerse y quitarse el EPP conforme a las precauciones contra la transmisión por gotículas y contacto para la COVID-19]

Presentador: [Alice Simniceanu]

{0:00:07 0:00:58}

[Introducción] Hola y bienvenidos al video de capacitación sobre el equipo de protección personal. Según la evidencia disponible actualmente, sabemos que el virus de la COVID-19 se transmite por gotículas y contacto. La transmisión por gotículas ocurre cuando una persona está en contacto estrecho con alguien que tiene síntomas respiratorios. La transmisión por gotículas también podría ocurrir por la contaminación del entorno de la persona con la infección. Puede ocurrir por contacto indirecto, cuando una persona toca una superficie contaminada y luego se toca la cara. Las personas con mayor riesgo de infección son las que tienen contacto estrecho con un paciente con COVID-19 o con trabajadores de salud que atienden a pacientes con COVID-19. Por esta razón hemos preparado este video para mostrarle cómo puede, como trabajador de salud, protegerse mejor cuando entra en contacto con estos pacientes.

{0:00:58 0:0 2:19}

[Higiene de manos] Para empezar, asegúrese de quitarse todas las alhajas y efectos personales, y de que su cabello esté recogido hacia atrás, si corresponde. También tenga en cuenta el riesgo que entraña el tipo de atención que tiene que prestarle al paciente, para garantizar que está usando el EPP adecuado para tomar las precauciones necesarias. El primer paso es la higiene de manos. Puede higienizarlas frotándolas con una solución a base de alcohol. Este es el método más rápido y eficaz, y el que la piel tolera mejor. Utilice la técnica de la OMS que garantiza que todas las superficies de las manos queden cubiertas minuciosamente por el producto y que se eliminen todos los microorganismos. Siga los siguientes pasos. Primero, aplique el producto sobre la palma de la mano. Luego, junte las manos y frótelas palma con palma. Frote el dorso de ambas manos con los dedos entrelazados y luego las palmas con los dedos entrelazados. A continuación, frótese las manos girándolas palma con palma varias veces. El paso final es frotar las puntas de los dedos y la base de las uñas de cada palma, y continuar frotando hasta que las manos estén completamente secas. Felicitaciones, ahora tiene las manos limpias y es seguro continuar con la colocación del EPP.

{0:02:20 0:0 3:47}

[Colocación del EPP antes ingresar a la habitación del paciente] Ahora que está listo para ponerse el EPP, compruebe su integridad. No use EPP que esté dañado. Ya está listo para ponerse la bata. Recójase el cabello hacia atrás, si corresponde, e inspeccione el equipo para detectar roturas antes de colocarse cada elemento. Póngase la bata, átela alrededor del cuello y la cintura, y asegúrela en la espalda. Compruebe que toda su ropa esté cubierta por la bata. A continuación, póngase la mascarilla médica o quirúrgica, y compruebe que cubre la nariz y boca. Puede presionar sobre la banda metálica para asegurarse de que le quede bien ajustada a la nariz. Intente no tocar la mascarilla una vez que la tenga puesta y, si debe hacerlo, higienícese las manos antes y después de tocar la mascarilla. Ahora está listo para colocarse la protección ocular. Esta protección puede consistir en gafas o una pantalla facial que se coloca por encima de la mascarilla con la

parte superior apoyada en medio de la frente. Por último, póngase los guantes; compruebe que quedan por encima de los puños de la bata y que no hay piel expuesta. Debe comprobar cada elemento del equipo al final y asegurarse de que todo esté colocado correctamente. Puede ser útil que un colega competente en este procedimiento realice una inspección visual. Ya está listo para entrar a la habitación del paciente.

{0:03:49 0:0 6:00}

[Retirada del EPP después salir de la habitación del paciente] Ahora está listo para quitarse el EPP. Tenga en cuenta que el proceso para quitarse el EPP plantea el mayor riesgo de transmisión para los trabajadores de salud. Asegúrese de evitar todo contacto entre el EPP posiblemente contaminado y su ropa y la piel, especialmente la cara. Respete el orden que se indica, en lo posible frente a un espejo o un colega. El primer paso es quitarse los guantes utilizando la técnica de guante con guante y piel con piel. Los guantes son el elemento más sucio, que tiene que quitarse primero y desechar de manera segura. A continuación, quítese la bata desatando los nudos y asegurándose de alejarla del cuerpo, procure que no contamine la ropa ni el entorno. Vuelva la bata del revés y deséchela de manera segura en el contenedor para ropa sucia o el cesto de basura. Luego, higienícese las manos con un desinfectante a base de alcohol durante 20 segundos antes de tocarse la cara para quitarse la protección ocular. A continuación, quítese la protección ocular. Puede hacerlo inclinando la cabeza hacia adelante y separando las gafas para alejarla de su cara. Luego, quítese la mascarilla médica o respiratoria tomándola de las tiras elásticas, desde atrás, y desechándola en el contenedor para eliminación de desechos o el cesto de basura. Procure no tocar la mascarilla. Como último paso, higienícese las manos con un desinfectante a base alcohol o con agua y jabón si están visiblemente sucias. Ahora está listo para regresar al resto de las áreas de atención de salud con las manos limpias.

Notas del curso: El siguiente texto acompaña al video y no aparece en el texto hablado:

- El equipo de protección personal (EPP) forma parte de un enfoque más amplio de prevención y control de infecciones, por lo que debe ir acompañado de capacitación y carteles educativos.
- Solo se debe autorizar el ingreso al área de atención a los pacientes al personal clínico capacitado y competente en el uso del EPP.
- El personal debe ponerse y quitarse el EPP fuera de la habitación del paciente, en condiciones ideales en una zona exclusiva para ello y bajo la supervisión de un observador o un colega capacitado.