

[Module 1: Como colocar e remover o EPI de acordo com as precauções de gotículas/contato para COVID- 19

Apresentador: [Alice Simniceanu]

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

[Introdução] Olá e seja bem-vindo ao vídeo de treinamento de Equipamentos de Proteção Individual. De acordo com as evidências atualmente disponíveis, o vírus da COVID-19 é transmitido entre as pessoas através de gotículas e contato. A transmissão de gotículas ocorre quando uma pessoa se encontra nas proximidades de alguém com sintomas respiratórios. A transmissão de gotículas pode ocorrer através do ambiente contaminado ao redor da pessoa infectada. Pode ocorrer através do contato indireto, quando um indivíduo toca uma superfície contaminada e depois em seu rosto. As pessoas com maior risco de infecção são aquelas que estão em contato próximo com um paciente com COVID-19 ou profissionais de saúde que cuidam de pacientes com COVID-19.

Portanto, fizemos este vídeo para demonstrar como você pode se proteger efetivamente, como profissional de saúde ao ter contato com esses pacientes.

{0:00:58 0:02:19}

[Higienização das mãos] Para começar, certifique-se de remover todos os adornos e itens pessoais, e de prender os cabelos, caso tenha cabelos longos. Certifique-se que considera os riscos envolvidos nos cuidados que irá prestar ao paciente, para garantir que está a utilizar o EPI apropriado para as precauções necessárias. O primeiro passo a realizar é a higienização das mãos. Você pode limpar as mãos esfregando-as com uma solução à base de álcool. É o método mais rápido, eficaz e mais bem tolerado pela sua pele do que outros métodos. Siga a técnica da OMS, que garante que todas as superfícies das mãos sejam cuidadosamente cobertas pelo produto, para garantir a eliminação de microrganismos. Siga as etapas seguintes: 1. Aplique o produto sobre a mão em concha. Em seguida, esfregue as mãos, uma palma contra a outra. Esfregue o dorso de cada mão com os dedos entrelaçados e, em seguida, uma palma contra a outra com os dedos entrelaçados. Em seguida, dobre as mãos em forma de concha e depois esfregue as mãos em movimentos giratórios. O passo final consiste em esfregar as pontas dos dedos e unhas sobre a palma da outra mão e continuar a esfregar até que as mãos estejam completamente secas. Parabéns. Agora suas mãos estão limpas e seguras para prosseguir para o EPI.

{0:02:20 0:03:47}

[Colocar o EPI antes de entrar na sala de atendimento] Agora que você está pronto para colocar o equipamento, verifique a integridade do mesmo e não use nenhum equipamento danificado. Agora você está pronto para colocar o avental. Amarre os cabelos, caso tenha cabelos longos e inspecione o equipamento para ver se não estão danificados, antes de colocar cada peça. Coloque a bata, amarre-a ao redor do pescoço e da cintura e segure-a ao redor das costas. Certifique-se de que toda a roupa está coberta pelo avental. Em seguida, coloque a máscara médica ou cirúrgica e certifique-se de que esta cobre o nariz e boca. Você pode apertar a

peça de metal para ajustar corretamente. Tente não tocar mais na máscara uma vez que esta esteja colocada no seu rosto, e se tiver de fazê-lo, realize a higiene das mãos antes e depois de tocar na máscara. Em seguida, estará pronto para colocar a proteção ocular. Isto envolve a utilização de óculos ou de um face shield, que pode ser colocado sobre a máscara com a parte superior apoiada no meio da sua testa. Finalmente, coloque um par de luvas e garanta que são colocadas sobre o punho do avental, sem nenhuma pele exposta. Ao final, deve verificar cada elemento do cuidadosamente, e garantir que o equipamento está colocado corretamente. Pode ser útil ter um colega competente no procedimento que possa realizar uma inspeção visual. Agora você está pronto para entrar na sala de atendimento!

{0:03:49 0:06:00}

[Remover o EPI após sair do quarto do paciente] Agora, você está pronto para remover o seu EPI. Tenha em mente que a remoção do EPI representa o momento de maior risco de transmissão aos profissionais de saúde. Certifique-se que evita qualquer contato entre EPI's potencialmente contaminados e as suas roupas, pele e especialmente o seu rosto. Respeite a ordem indicada em frente de um colega ou espelho, se possível. O primeiro passo é remover as luvas, usando a técnica luva- luva e pele - pele. Este é o item mais sujo que precisa de ser removido primeiro e descartado com segurança. Em seguida, remover o avental desamarrando os laços e certificando-se de que o avental é retirado numa direção afastada do corpo, garantindo que não há contaminação para as suas roupas ou do ambiente. Vire o avental no avesso e descarte-o com segurança no lixo ou no cesto da roupa.

Em seguida, execute a higienização das mãos com um produto à base de álcool, como o álcool gel, por 20 segundos antes de tocar no seu rosto para remover a proteção ocular. Em seguida, retirar a proteção ocular. Pode fazê-lo inclinando-se para a frente e puxando a proteção para longe do seu rosto. Em seguida, remova a máscara ou o respirador, puxando pela parte traseira e descartando-a num cesto de descarte ou lixo. Evite tocar na máscara. Agora, como etapa final, execute a higienização final das mãos com álcool gel, ou sabão e água se estas estiverem visivelmente sujas. Agora está pronto para retornar aos restantes serviços da unidade de saúde com as mãos limpas.

Notas do curso: O texto abaixo serve para acompanhar o vídeo, e não aparece no texto falado:

- O EPI faz parte de uma abordagem maior de prevenção e controle de infecções e devem vir acompanhados de pôsteres educativos e treinamento.
- Somente profissionais de saúde treinados e competentes no uso de EPIs devem ter permissão para entrar na área de atendimento ao paciente.
- A colocação e remoção de EPIs devem ocorrer fora do local de atendimento ao paciente, preferencialmente em uma área dedicada, com a ajuda de um espelho ou sob supervisão de um observador treinado (colega).