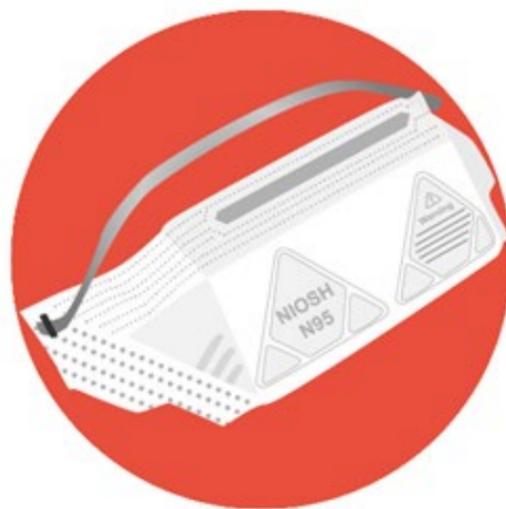
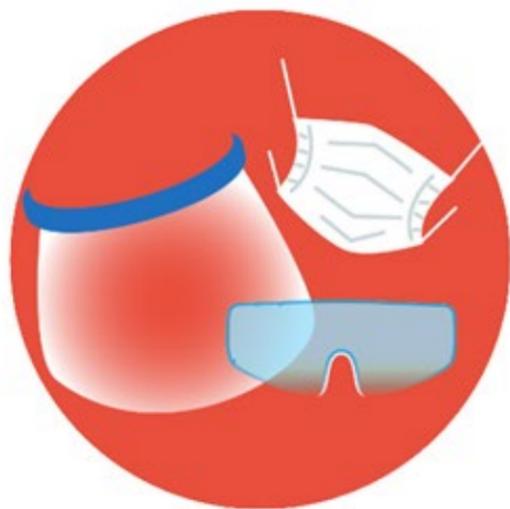

Precauciones y Equipo de Protección Personal



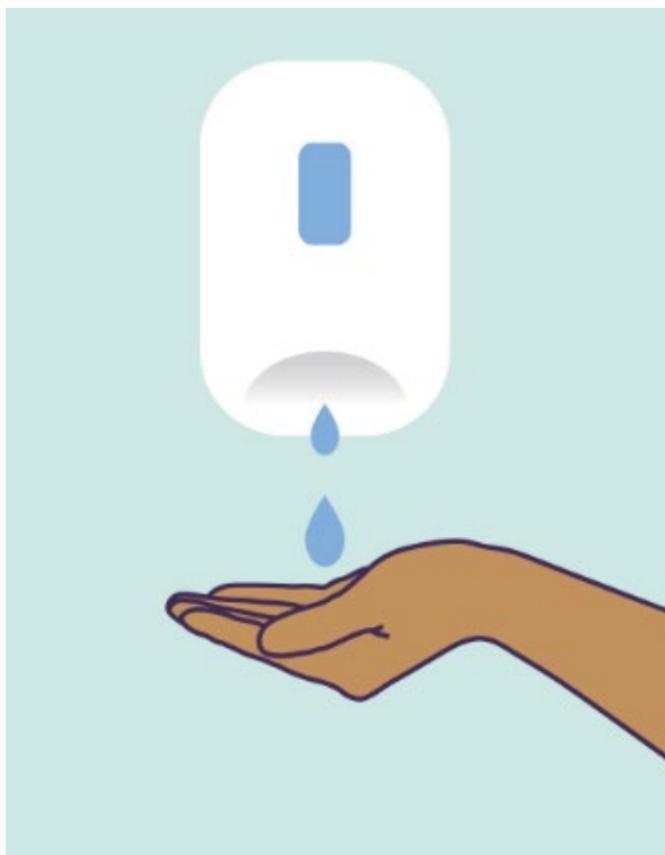
Estrategias en la Prevención de Infecciones: Bases

Muchas infecciones asociadas a los trabajadores de la salud (HAI por sus siglas en Ingles) pueden prevenirse al implementar acciones simples que requieren el mínimo de recursos, tales como **higiene de manos, limpieza del área y equipo de trabajo y medidas de aislamiento.**

Los objetivos de esta presentación son:

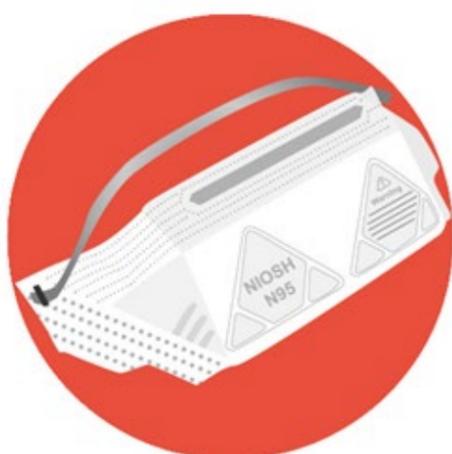
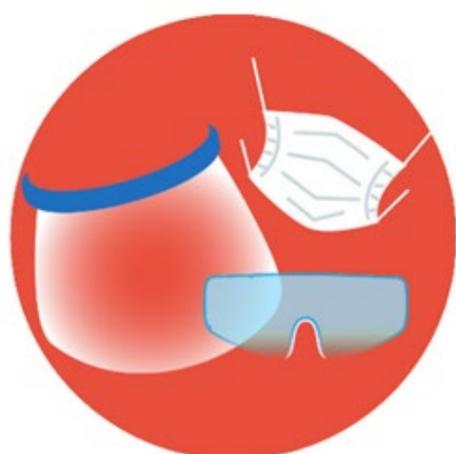
- Describir el proceso de como poner y quitar el equipo de protección personal (PPE por sus siglas en ingles)
- Revisar las mejores prácticas para el uso de PPE
- Entender la importancia de la higiene de manos en conjunto con el uso de PPE

Estrategias para Prevenir Infecciones: Bases



Higiene de las manos

Limpieza y desinfección



Equipo de protección personal y precauciones

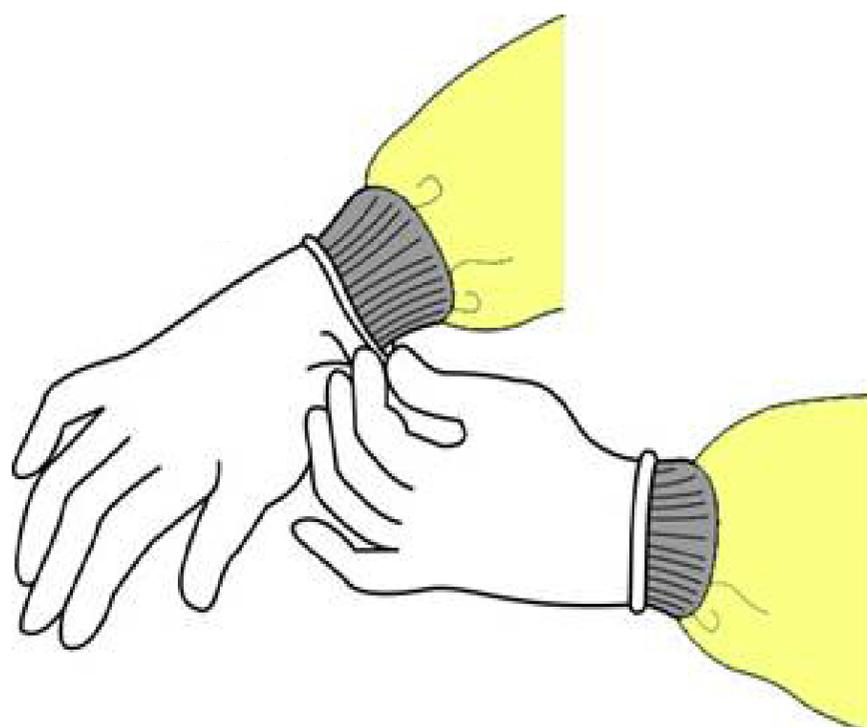
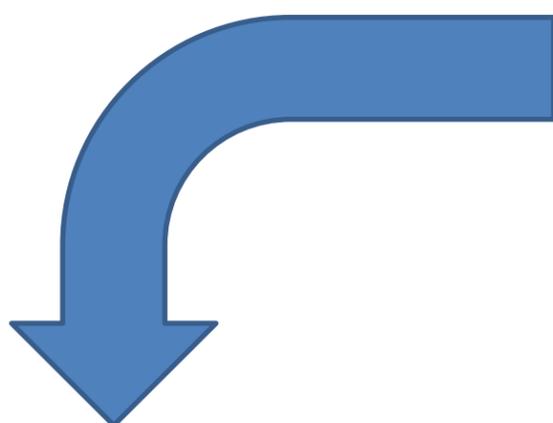
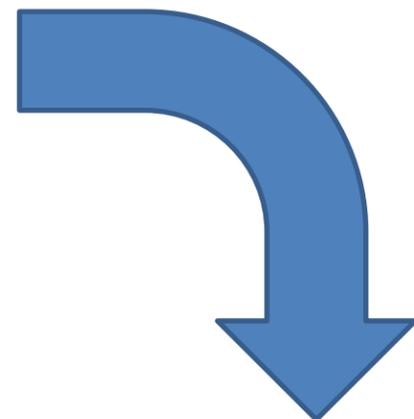
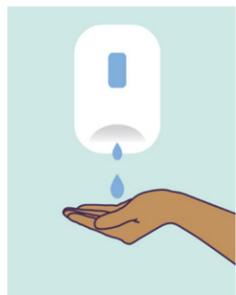
Secuencia para poner el Equipo de Protección Personal o PPE

Realizar higiene de manos antes de poner el PPE.

1. La bata debe ser puesta primero.
2. En seguida, poner el cubre bocas o respirador y ajustarlo adecuadamente; recuerde que debe comprobarse una prueba de ajuste del respirador.
3. En seguida ponerse los lentes protectores o la careta.
4. Al final ponerse los guantes.

Ten en mente, que la combinación del PPE a usar, y la secuencia de ponérselo, va a estar determinada por las precauciones necesarias que deban tomarse.

Secuencia para poner el PPE



Cómo ponerse una bata

Para ponerse una bata, primero seleccione el tipo apropiado para la actividad y el tamaño adecuado para usted.

La apertura de la bata debe estar en la parte posterior; asegure la bata en el cuello y la cintura.

Si la bata es demasiado pequeña para cubrir completamente su torso, use dos batas. Ponte la primera bata con la apertura al frente y la segunda bata sobre la primera con la apertura en la parte posterior.

Cómo ponerse una bata



Cómo ponerse una máscara

Algunas máscaras están sujetas con cintas; otros con elástico.

- **Si la máscara tiene cintas**, colóquese sobre la boca, la nariz y la barbilla. Ajuste la pieza flexible de la nariz a la forma del puente nasal. Sujete el conjunto superior de las cintas en la parte posterior de la cabeza y el conjunto inferior en la base del cuello.
- **Si una máscara tiene bandas elásticas**, para la cabeza, separe las dos bandas, sostenga la máscara en una mano y las bandas en la otra. Coloque y sostenga la máscara sobre la nariz, la boca y la barbilla, luego estire las bandas sobre su cabeza y asegúrelas cómodamente; una banda en la parte superior y posterior de la cabeza, la otra debajo de las orejas en la base del cuello.
- **Si la máscara tiene bandas elásticas para las orejas**, colóquese y sostenga la máscara sobre la nariz, la boca y la barbilla. Coloque las bandas elásticas alrededor de las orejas y ajuste la pieza flexible de la nariz a la forma del puente nasal.

Acomode la máscara para que se ajuste. Recuerde, no debe tocar su máscara durante el uso, así que tómese los pocos segundos necesarios para asegurarse de que esté segura en su cabeza y se ajuste cómodamente alrededor de su cara para que no haya espacios.

Cómo ponerse una Mascarilla

- Coloque sobre la nariz, la boca y la barbilla
- Coloque una pieza nasal flexible sobre el puente nasal
- Asegurar en la cabeza con las cintas o elástico
- Ajustar para ajustar



Cómo ponerse un respirador

La técnica para ponerse un respirador de partículas, como un N95, N99 o N100, es similar a ponerse una máscara preformada con bandas elásticas para la cabeza.

Sin embargo, las diferencias clave son 1) la necesidad de seleccionar primero un respirador para el que se le haya realizado una prueba de ajuste y 2) ajustar el dispositivo, como se le ha indicado, antes de ingresar a un área donde puede haber enfermedades infecciosas transmitidas por el aire.

- Coloque sobre la nariz, la boca y la barbilla
- Coloque una pieza nasal flexible sobre el puente nasal
- Asegure en la cabeza con elástico
- Ajustar para ajustar
- Realizar una verificación de sellos.

Asegúrese de seguir las instrucciones del fabricante para ponerse el dispositivo. En algunos casos, las instrucciones del fabricante pueden diferir ligeramente de esta presentación.

Cómo ponerse un respirador

- **Seleccione un respirador de ajuste probado preferiblemente**
- **Coloque sobre la nariz, la boca y la barbilla**
- **Coloque la pieza nasal flexible sobre el puente nasal**
- **Asegure en la cabeza con elástico.**
- **Acomodar y ajustar**
- **Realizar una prueba de ajuste**



Cómo ponerse protección para los ojos y la cara

Si se necesita protección ocular, se deben usar lentes protectores o un protector facial. 

Coloque cualquiera de los dispositivos sobre la cara y/o los ojos y asegúrelo a la cabeza con los auriculares adjuntos o la banda para la cabeza.

Ajuste para que quepa cómodamente. Los lentes protectores deben sentirse ajustados pero no apretados. 

Cómo ponerse protección para los ojos y la cara



- Coloque las gafas sobre los ojos y asegúrese a la cabeza con los auriculares o la diadema
- Coloque el protector facial sobre la cara y asegúrese en la frente con una diadema
- Ajuste para adaptarse cómodamente

Cómo ponerse guantes

El último artículo de PPE que se debe poner es un par de guantes.

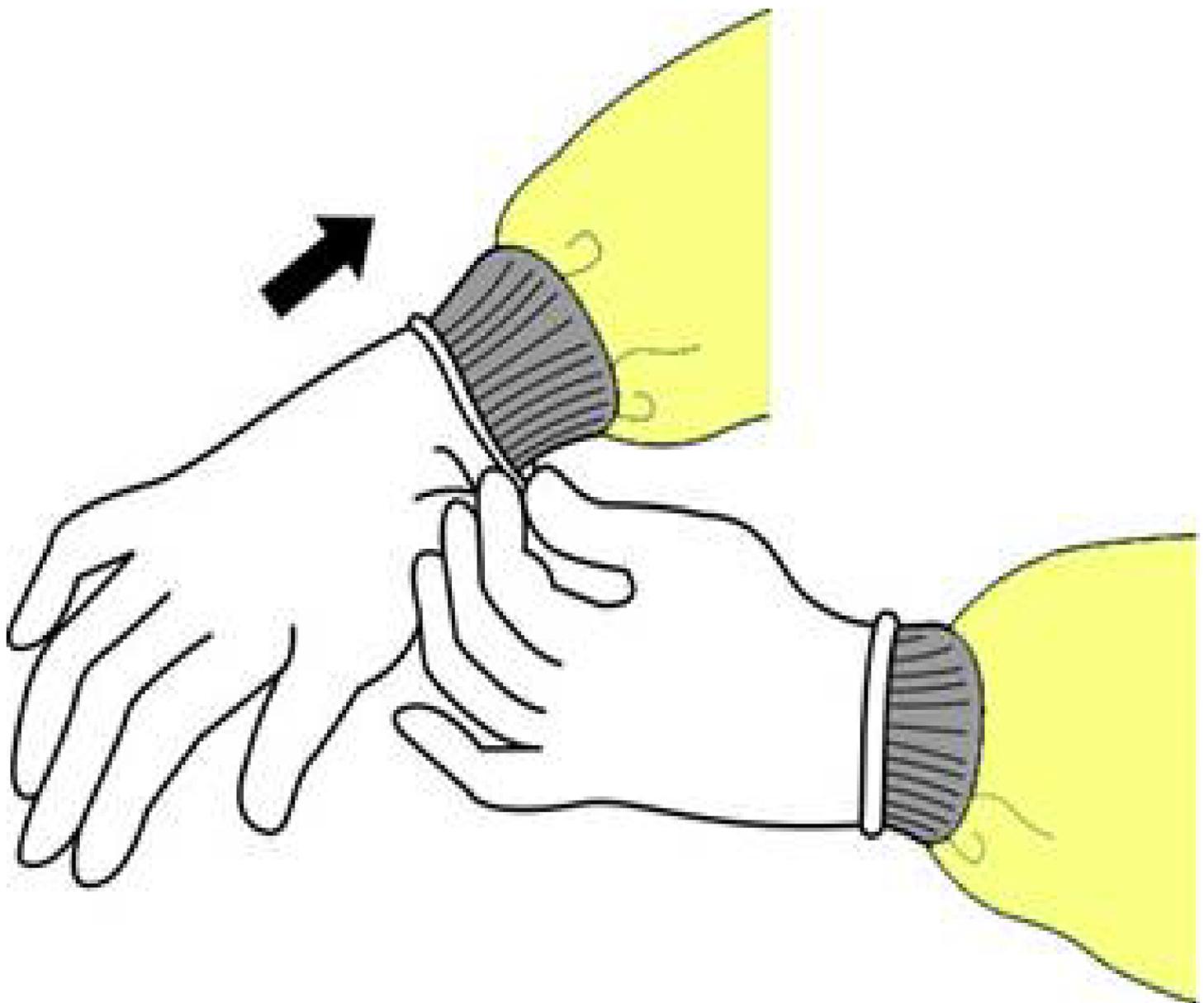
Asegúrese de seleccionar el tipo de guantes necesarios para la tarea y el tamaño que mejor se adapte a usted.

Inserte cada mano en el guante apropiado y ajuste según sea necesario para mayor comodidad y destreza.

Si está usando una bata de aislamiento, coloque los puños de la bata de forma segura debajo de cada guante. Esto proporciona una protección de barrera continua para su piel.

Cómo ponerse guantes

- Ponte los guantes al final
- Seleccione el tipo y el tamaño correctos
- Inserte las manos en los guantes
- Extienda los guantes sobre los puños de la bata de aislamiento



Use prácticas seguras de PPE

Además de usar PPE, también debe usar prácticas de trabajo seguras.

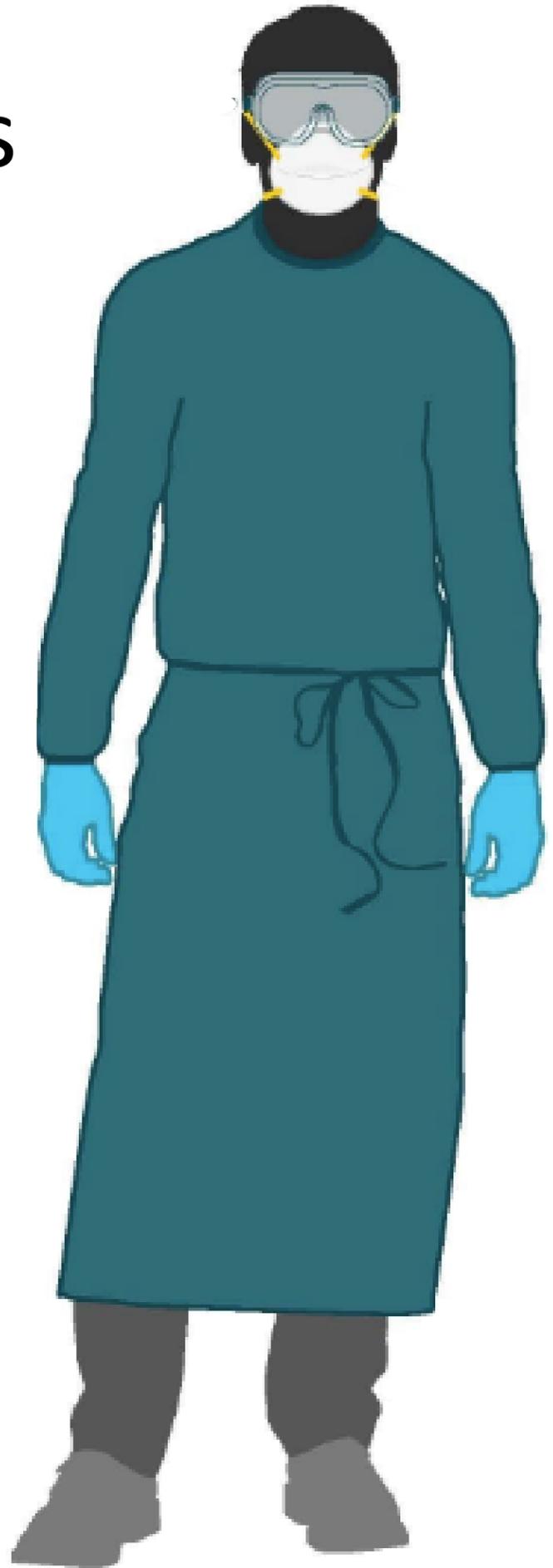
Evite contaminarse manteniendo las manos alejadas de la cara y no tocando ni ajustando el PPE.

Además, quítese los guantes si se rompen y realice una higiene de manos antes de ponerse un nuevo par de guantes.

También debe evitar la propagación de gérmenes limitando las superficies y los artículos tocados con guantes contaminados.

Use prácticas seguras de PPE

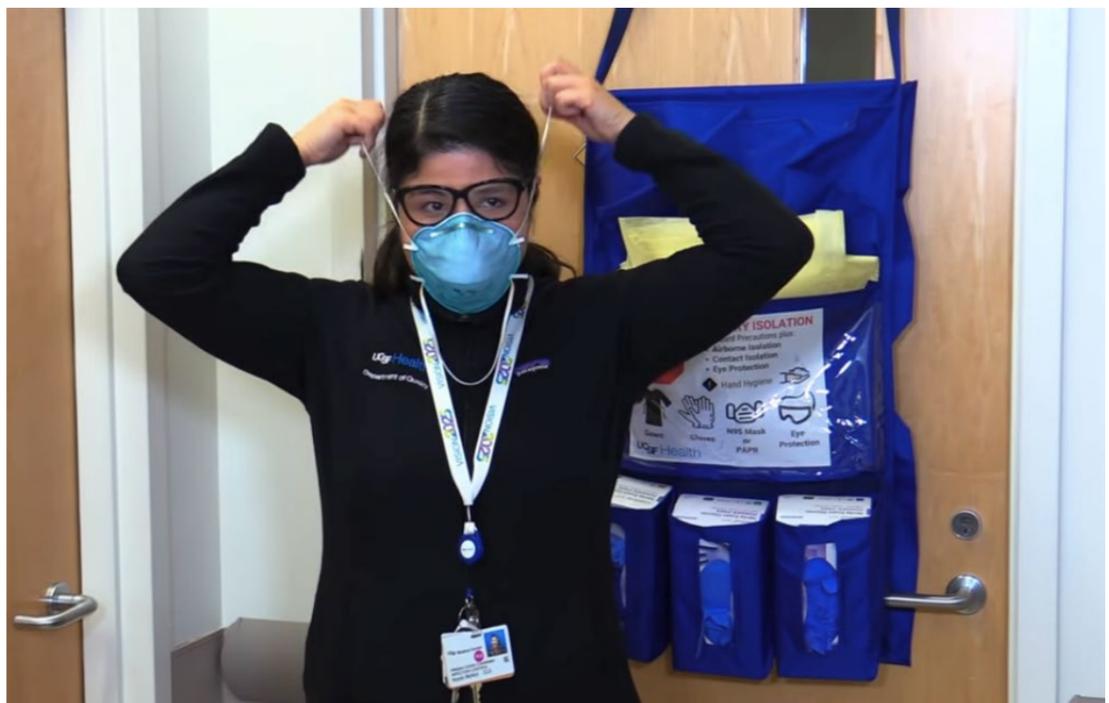
- Mantenga las manos enguantadas lejos de la cara
- Evite tocar o ajustar otros PPE
- Quítese los guantes si se rompen; realizar la higiene de manos antes de ponerse nuevos guantes
- Limitar tocar superficies y objetos



Retire el PPE en las áreas apropiadas

- El lugar para retirar el PPE dependerá de la cantidad y el tipo de PPE usado y la categoría de aislamiento en la que se encuentra el paciente, si así corresponde.
- Si solo se usan guantes como PPE, es seguro quitarlos y desecharlos en la habitación del paciente.
- Cuando se usa una bata o PPE completo, el PPE debe quitarse en la puerta o en una antesala.
- Los respiradores siempre deben retirarse fuera de la habitación del paciente, después de que la puerta esté cerrada.
- La higiene de manos debe realizarse después de retirar todo el PPE. Asegúrese de que los suministros de higiene de manos estén disponibles en los puntos necesarios, ya sea un lavamanos o un sanitizante de manos a base de alcohol.

Retire el PPE en las áreas apropiadas



- El PPE en la puerta, antes de salir de la habitación del paciente
- El respirador, afuera de la habitación, después de cerrar la puerta

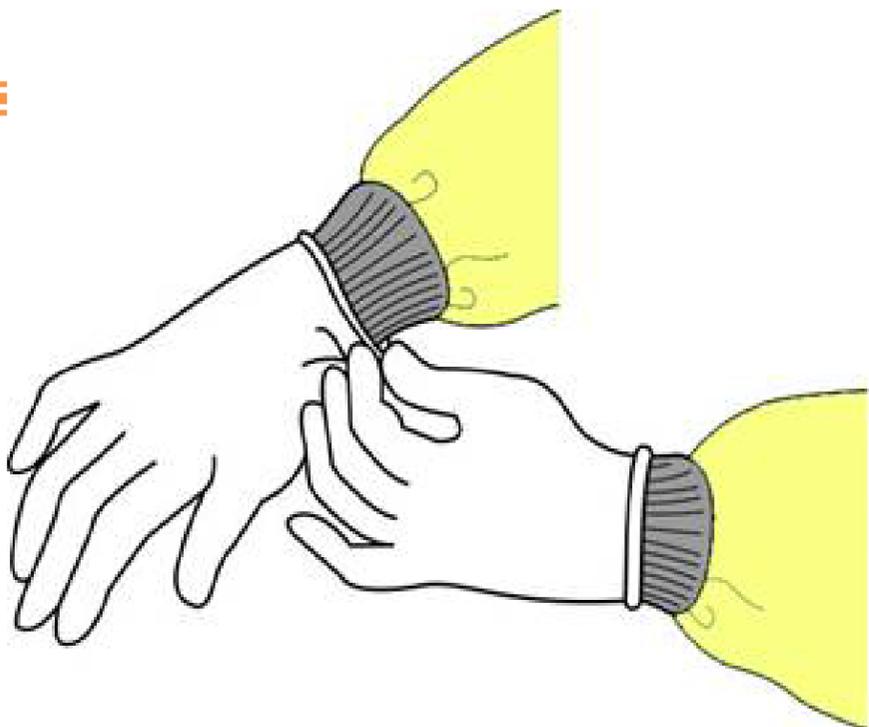
Retire el EPP de forma segura

- Para quitarse el PPE de manera segura, primero debe identificar qué áreas se consideran "limpias" y cuáles están "contaminados".
- En general, el frente exterior y las mangas de la bata de aislamiento y el frente exterior de los lentes protectores, la máscara, el respirador y el protector facial se consideran "contaminados", independientemente de si hay suciedad visible. También el exterior de los guantes está contaminado.
- Las áreas que se consideran "limpias" son las partes que se tocarán al retirar el PPE. Estos incluyen el interior de los guantes; el interior y parte posterior de la bata, incluidas las cintas; elásticos o auriculares de la máscara, los Lentes protectores y el protector facial.

Retire el PPE de forma segura

Reconocer las áreas de PPE "contaminadas" y "limpias"

- **Contaminadas:** Áreas de PPE que probablemente hayan estado en contacto con sitios del cuerpo, materiales o superficies con organismos infecciosos
- **Limpias:** Áreas de PPE que no es probable que hayan estado en contacto con organismos infecciosos



Secuencia para la extracción del PPE

La secuencia para retirar el PPE está destinada a limitar las oportunidades de auto-contaminación.

Los guantes se consideran las piezas de PPE más contaminadas y, por lo tanto, se retiran primero.

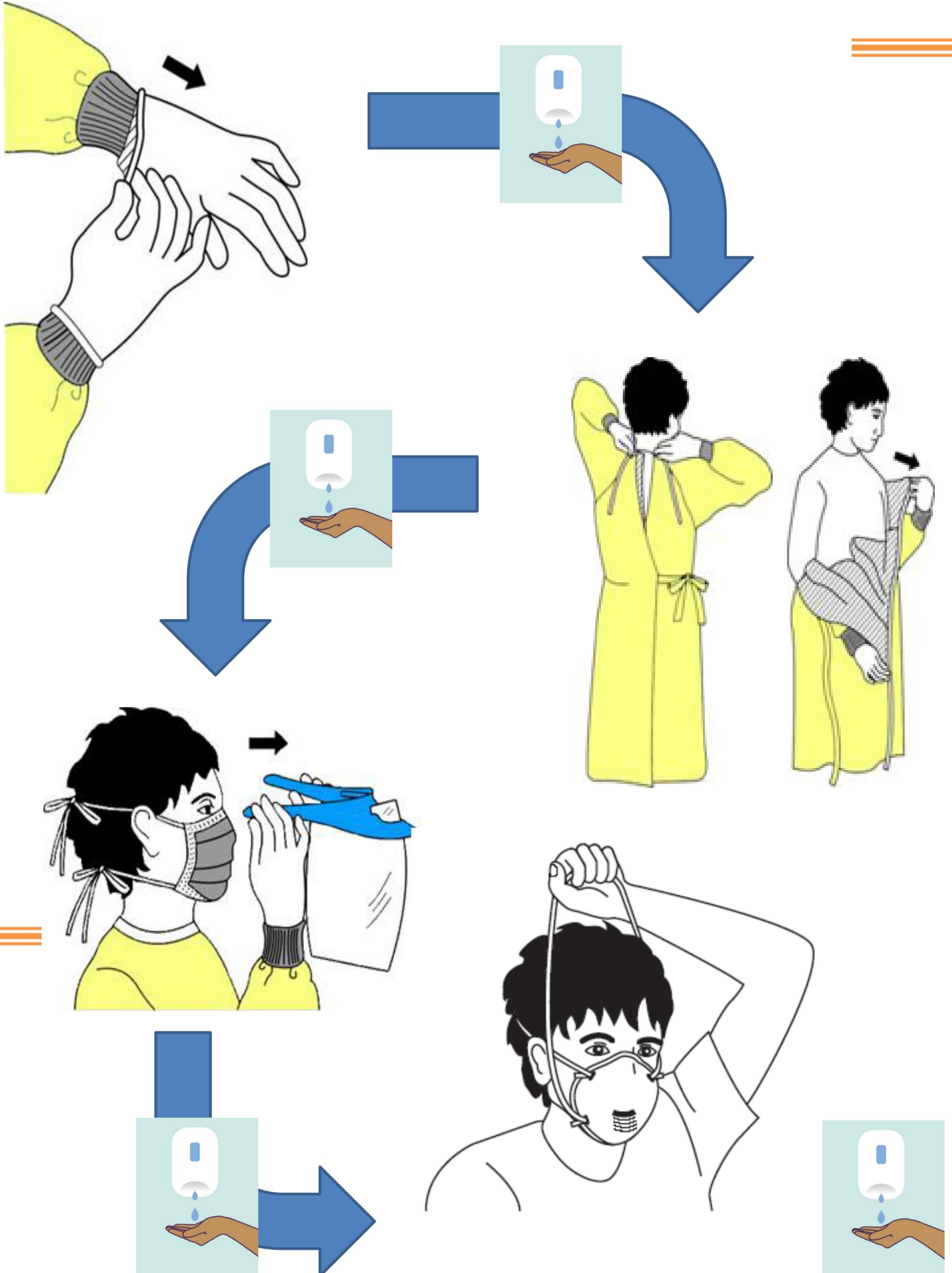
La bata es el siguiente en la secuencia. Si la bata no se puede quitar de manera segura mientras usa un protector facial o lentes protectores, quítese el protector facial o los lentes protectores antes de quitarse la bata.

Quítese la mascarilla o el respirador.

Después de cada paso, realice la higiene de manos.

Nota: Las instalaciones pueden tener un método diferente para quitarse el PPE.

Secuencia para la extracción de PPE

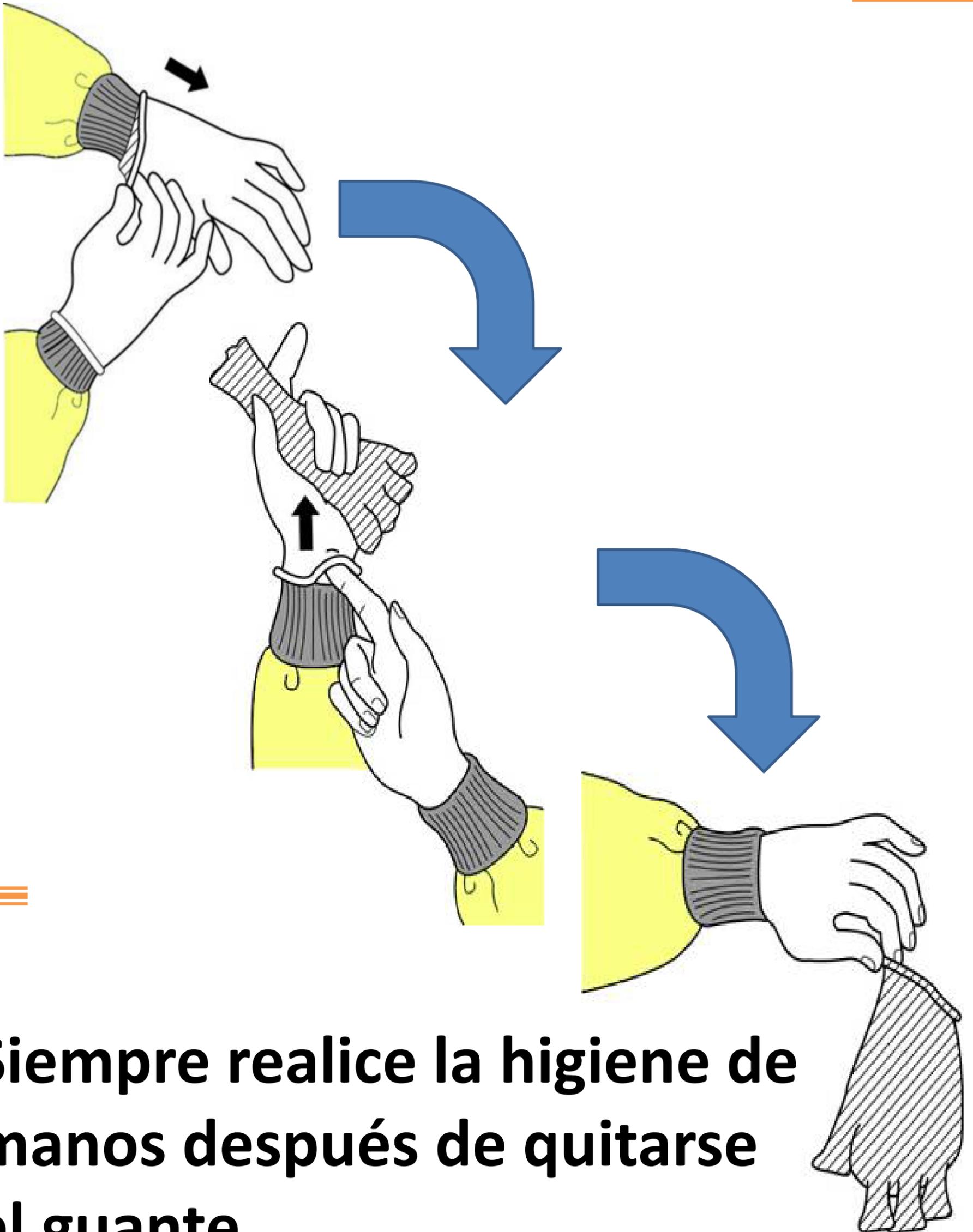


Cómo quitarse los guantes (Método 1)

- **Paso 1:** Usando una mano enguantada, agarre el exterior del guante opuesto cerca de la muñeca.
- **Paso 2:** Tire y despegue el guante de la mano. Enseguida el guante debe girarse al revés, quedando con el lado contaminado en el interior.
- **Paso 3:** Sostenga el guante retirado en la mano enguantada opuesta.
- **Paso 4:** Deslice uno o dos dedos de la mano sin guante debajo de la muñeca del guante aun sin retirar.
- **Paso 5:** Despegue el guante desde el interior, creando una bolsa entre ambos guantes.
- **Paso 6:** Desechar en el contenedor de residuos.

Siempre realice la higiene de manos después de quitarse el guante.

Cómo quitarse los guantes (Método 1)



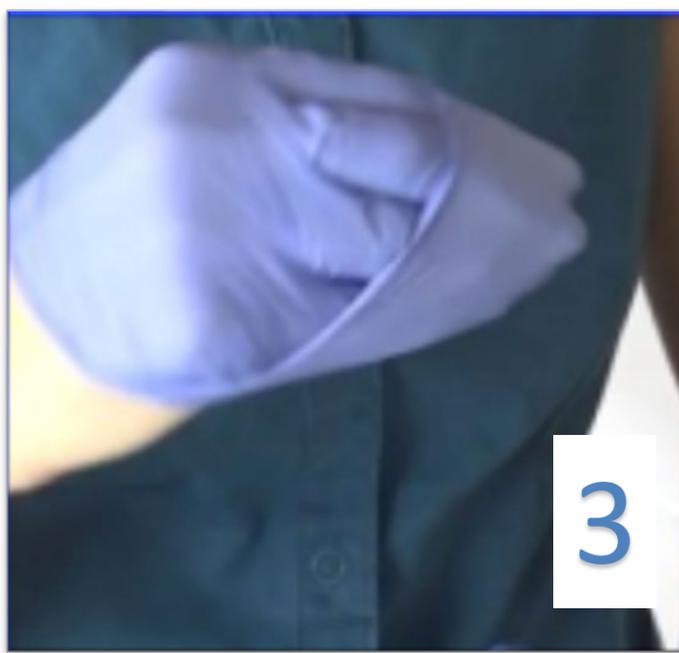
Siempre realice la higiene de manos después de quitarse el guante.

Cómo quitarse los guantes (Método 2 - Pico)

- **Paso 1:** Usando una mano enguantada, pellizque y tire de la base de la otra mano enguantada.
- **Paso 2:** Use el dedo medio para recoger el manguito del guante.
- **Paso 3:** Tire del guante de adentro hacia afuera sobre todos los dedos y el pulgar para formar un "pico".
- **Paso 4:** Con la mano con pico, pellizque el guante opuesto en la base y tire del manguito.
- **Paso 5:** Enrolle el guante de adentro hacia afuera y retire de la mano.
- **Paso 6:** Con la mano sin guante, use el dedo índice para quitar el guante de pico en la base del pico y desecharlo en el contenedor de desechos apropiado.

Siempre realice la higiene de manos después de quitarse el guante.

Cómo quitarse los guantes (Método 2 - Pico)



Cómo quitarse la bata de aislamiento

- Desabroche las cintas de la bata con las manos sin guantes.
- Deslice las manos debajo de la bata en el cuello y el hombro, sepárelo de los hombros.
- Deslice los dedos de una mano bajo el manguito del brazo opuesto.
- Meta la mano en la manga, agarrando la bata desde adentro.
- Extienda la mano y empuja la manga del brazo opuesto.
- Doble la bata hacia el interior y doble o enrolla en un paquete.
- Solo la parte "limpia" de la bata debe ser visible.
- Deseche en el contenedor de residuos o ropa de cama, según corresponda.

Cómo quitarse la bata de aislamiento

- Desatar los lazos
- Retirar la bata lejos del cuello y el hombro
- Gire el exterior contaminado hacia el interior
- Doblar o enrollar en un paquete
- Desechar
- Realizar la higiene de manos

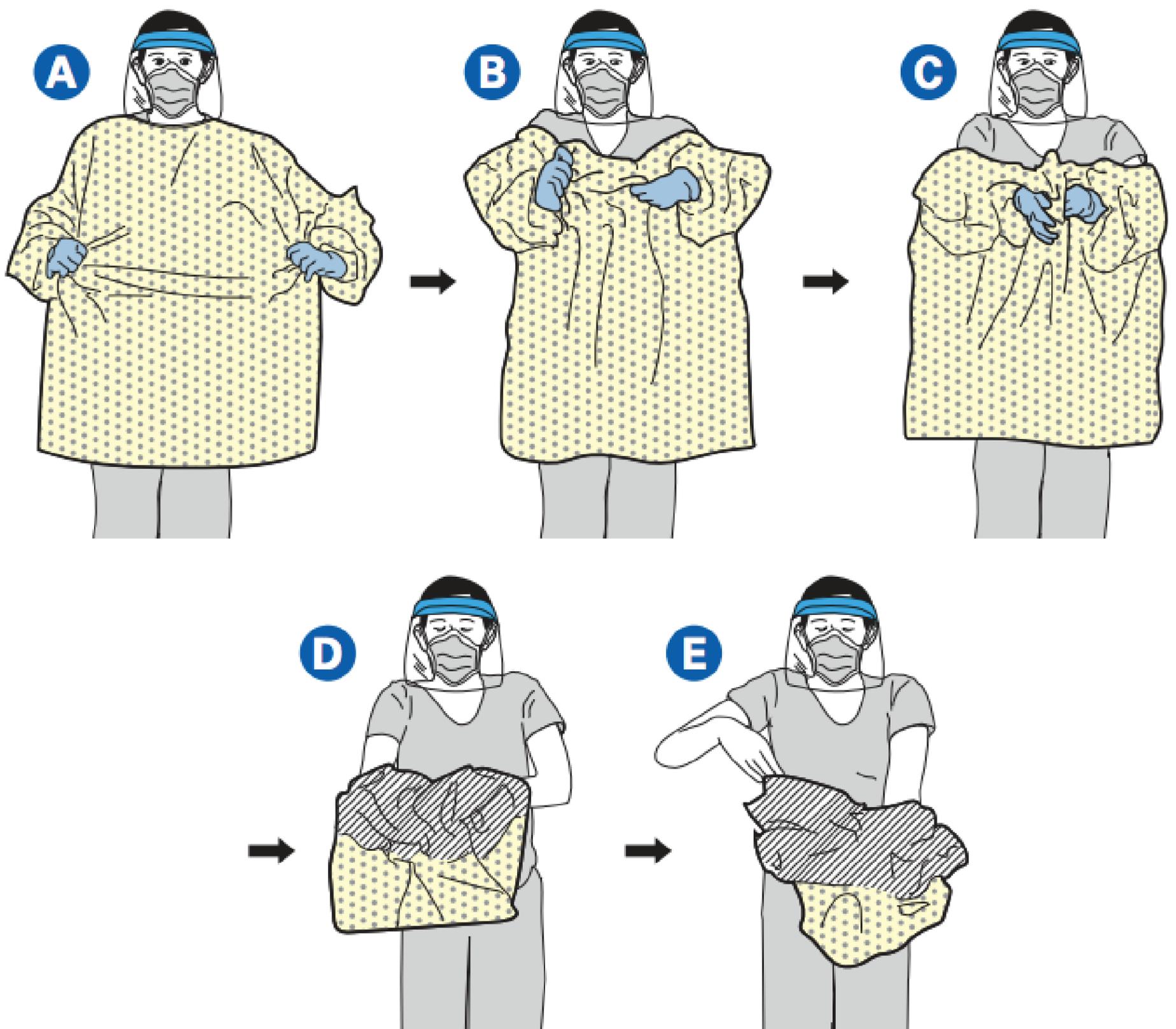


Cómo quitarse la bata y los guantes al mismo tiempo?

Puede optar por quitarse la bata y los guantes al mismo tiempo.

- Tomar la bata de la parte delantera
- Aléjela de su cuerpo para que las citas se rompan, tocando el exterior de su bata solo con las manos enguantadas
- Mientras se quita la bata, doble o enrolle la bata de adentro hacia afuera en un paquete
- Mientras se quita la bata, retire los guantes al mismo tiempo, solo tocando el interior de los guantes y la bata con las manos desnudas
- Coloque la bata y los guantes en un contenedor de residuos

Cómo quitarse la bata y los guantes al mismo tiempo



Cómo quitarse las los lentes protectores y/o el protector facial

- Usando manos sin guantes, agarre los auriculares "limpios" o las diademas y levántelos retirándolos de la cara.
 - Si las gafas o el protector facial son reutilizables, colóquelos en un receptáculo designado para su posterior reprocesamiento.
 - De lo contrario, deséchelos en el recipiente de residuos.
-
-

Cómo quitarse los lentes protectores y/o el protector facial

- Tome los auriculares o las diademas con las manos sin guantes
- Levantar y alejarlo de la cara
- Colocar en el recipiente designado para su reprocesamiento o eliminación



Cómo quitar un respirador

- Los respiradores deben retirarse fuera de la habitación del paciente o en la antesala.
- El elástico inferior debe levantarse primero sobre la cabeza.
- A continuación, retire el elástico superior. Esto debe hacerse lentamente para evitar que el respirador se "rompa" y le golpee la cara.

Cómo quitar un respirador

- Retirar afuera de la habitación o en la antesala
- Levanta primero el elástico inferior sobre tu cabeza
- Luego levanta el elástico superior
- Desechar

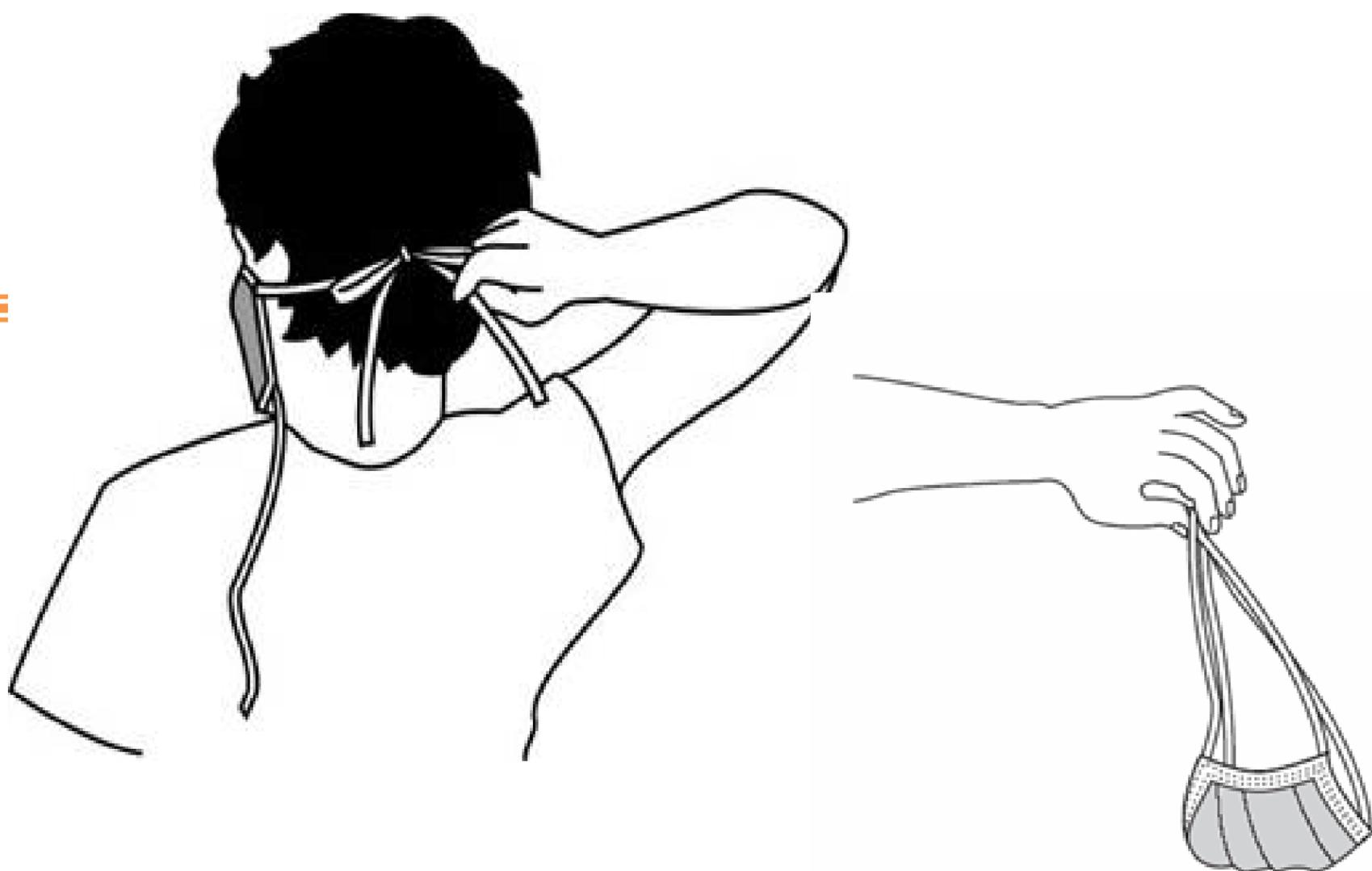


Cómo quitar una mascarilla atada

- Retire las máscaras faciales al menos a 6 pies de distancia del paciente, por ejemplo, en la puerta.
- La parte frontal de la máscara se considera contaminada y no debe tocarse.
- Retire manejando solo los cintas o bandas elásticas, comenzando con las inferiores, luego las cintas o bandas superiores.
- Levante la máscara lejos de la cara.
- Deseche la mascarilla en el recipiente de residuos designado.

Cómo quitar una mascarilla atada

- Retire al menos 6 pies de distancia del paciente, por ejemplo, en la puerta
- Desatar la parte inferior, luego la cinta superior
- Retirar de la cara
- Desechar

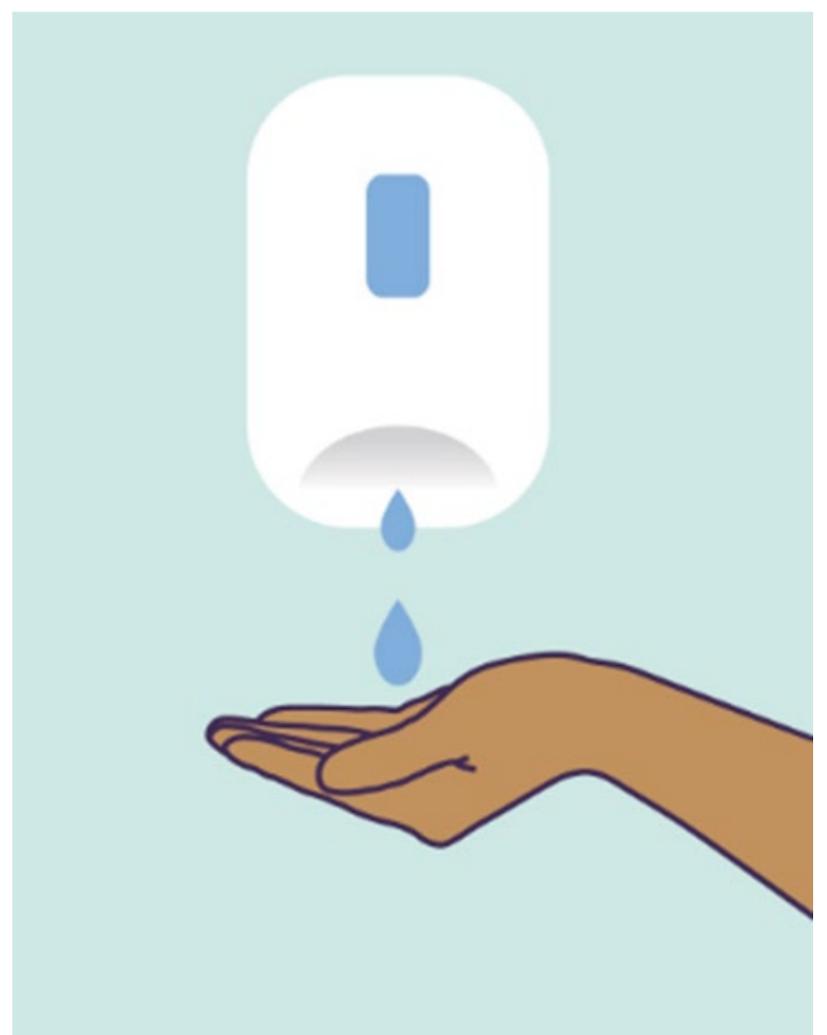


Realizar la higiene de manos después de quitarse el PPE

- La higiene de las manos es la piedra angular de la prevención de la transmisión de infecciones.
- Debe realizar una higiene de manos inmediatamente después de quitarse el PPE, y preferiblemente después de cada paso.
- Si sus manos se contaminan visiblemente durante la extracción del PPE, lávese las manos antes de continuar quitándose el PPE.
- Lávese bien las manos con jabón y agua tibia o, si las manos no están visiblemente contaminadas, use un sanitizante de manos a base de alcohol.

Realizar la higiene de manos después de quitarse el PPE

- Realice la higiene de manos inmediatamente después de quitarse el PPE y preferiblemente después de cada paso
- Use sanitizante de manos a base de alcohol o lavarse con agua y jabón



Resumen

En resumen:

- **Seleccionar y utilizar el equipo de protección personal (PPE) adecuado según sea necesario.**
- **Educar a todos los trabajadores de la salud sobre el proceso de Poner y Quitar el PPE.**
- **El PPE debe usarse de manera segura para evitar la auto contaminación y la contaminación cruzada.**
- **Realice una higiene de manos antes de ponerse el PPE y después de cada paso de quitarse el PPE.**

Solo para el instructor:

Termine entregando la actividad posterior a la prueba a los participantes de la clase. Dar 5 minutos para que los participantes respondan; a continuación, recoger las pruebas.

PPE y precauciones

- **Seleccionar y utilizar el equipo de protección personal (PPE) adecuado según sea necesario**
- **Educar a todos los trabajadores de la salud sobre el proceso de poner y quitar el PPE**
- **El PPE debe usarse de manera segura para evitar la autocontaminación y la contaminación cruzada**
- **Realice una higiene de manos antes de ponerse el PPE y después de cada paso de retirar el PPE**

Notas del instructor

- En la parte frontal del rotafolio, encontrará el tema a discutir; la parte posterior de cada imagen y tema tiene un guion sugerido. El guion ayudará a guiar la experiencia de aprendizaje entre usted y su personal; no es necesario seguirlo exactamente.
 - Trate de iniciar un diálogo para involucrar a su personal.
 - Puede comenzar su sesión con una actividad previa a la prueba. Dar 5 minutos para que los participantes respondan; a continuación, recoger las pruebas.
 - Al comenzar, hágales saber a los participantes de la clase que esta presentación les enseñará la importancia del equipo de protección personal y las precauciones en la prevención de infecciones.
-
-