

Tarjetas de actividades

Módulo 1: Higiene de las manos

Instrucciones para los educadores de los establecimientos: Seleccione una o más actividades para involucrar a su personal del EVS en un aprendizaje adicional. Las actividades pueden incorporarse a las capacitaciones regulares o utilizarse en otros formatos. También puede utilizar esta herramienta para orientar a los nuevos responsables del EVS o a los prevenciónistas de infecciones de su equipo.

Todas las actividades deben ser oportunidades de colaboración en las que todos puedan aprender. Como instructor, es fundamental mantener un entorno de enseñanza propicio. Utilice este tiempo para mejorar los procesos y ofrecer apoyo al personal para que se sientan cómodos a la hora de acudir a los directivos cuando lo necesiten. Contiene indicaciones que le ayudarán a involucrar al personal en el debate. ¡Qué tenga un buen entrenamiento!

Contenido

Aventura fluorescente	1
Pintar con gérmenes	2
Amigos por correspondencia	4

Aventura fluorescente	
Propósito: Evaluar la eficacia con la que el personal se frota las manos con alcohol y se lava las manos. El personal evaluará si su método para lavarse las manos las limpia correctamente. Para grupos más grandes, "Pinta con gérmenes" es una alternativa a esta actividad.	
Tiempo de preparación: 5-10 minutos	Preparación y materiales: <ul style="list-style-type: none">• Producto bioluminiscente (por ejemplo, GloGerm, Germ Tracker), preferiblemente en forma de gel*.• UV/luz negra• Estación para lavarse las manos o lavabo• Temporizador
Tiempo de actividad: 15-20 minutos	*Alternativa: el detergente para ropa ecológico (con blanqueadores ópticos) es fluorescente bajo luz UV/negra y puede utilizarse como alternativa a un producto bioluminiscente.
Instrucciones:	
Parte 1: Aplicación del ABHR	
1. Indique al personal que utilice la misma cantidad de producto bioluminiscente que de ABHR (según recomienden las directrices del fabricante de ABHR de su establecimiento). Básicamente, fingir que el producto bioluminiscente es ABHR. Pida al personal que se frote las manos con el producto como normalmente aplicarían el ABHR.	

2. Utilice la luz ultravioleta/negra en las manos de todos para mostrar su cobertura de "ABHR". Evalúe si ha pasado por alto alguna zona. Las zonas que suelen pasarse por alto son entre los dedos, el dorso de las uñas, la parte posterior de los pulgares y las muñecas. *¿Todos utilizaron suficiente producto para cubrirse las manos por completo? ¿Tomó el personal demasiado o muy poco producto para sus manos? ¿Qué zonas de las manos se limpiaban en general? ¿Qué zonas de las manos se pasaron por alto en general?*

Parte 2: Lavado de manos

3. Ahora fingimos que el producto bioluminiscente son gérmenes. Indique al personal que se lave las manos cubiertas de gérmenes con agua y jabón. Utiliza un cronómetro para anotar cuánto tarda cada miembro del personal en lavarse las manos. Asegúrese de que se lavan y friegan entre los dedos, el dorso de las manos, etc.
4. Después de lavarse las manos, utilice la luz ultravioleta/negra en las manos de todos para comprobar si cada uno se ha lavado bien las manos. Proporcionar información al personal sobre el tiempo que han tardado en lavarse las manos. *¿Se quitaron todos los "gérmenes"? ¿Qué zonas de las manos se limpiaban en general? ¿Qué zonas de las manos se pasaron por alto en general? ¿Cómo puede el personal adaptar su técnica de lavado de manos para garantizar una limpieza a fondo? ¿Necesita el personal dedicar más tiempo para lavarse las manos? ¿Notó el personal la correlación entre el tiempo dedicado a lavarse las manos y la eliminación de los gérmenes?*

Pintar con gérmenes

Propósito: Evaluar la eficacia con la que el personal se frota las manos con alcohol (ABHR). Repasar cómo pueden contaminarse las manos al quitarse los guantes. Esta actividad es similar a "Aventura fluorescente", pero también funciona bien para grupos más grandes.

Tiempo de preparación:
5-10 minutos

Tiempo de actividad:
10-15 minutos

Preparación y materiales:

- Pintura lavable (cualquier color)*
- Guantes (1 par por participante)
- Temporizador
- Basura (para desechar los guantes)
- Toallitas para las manos o acceso a un lavamanos o lavabo.

*Alternativa: utilice crema de afeitar para una limpieza más fácil.

Instrucciones:

Parte 1: Aplicación del ABHR

1. Indique al personal que se ponga los guantes. Asegúrese de que se adaptan correctamente.
2. Que cada miembro del personal exprima en la palma de un guante tanta pintura como ABHR
3. (según recomienden las directrices del fabricante del ABHR de su establecimiento). Básicamente, imagina que la pintura es ABHR.
4. Ponga el cronómetro en 15 segundos* y haga que el personal se frote la pintura por las manos como lo haría normalmente con ABHR.
5. Ahora mire las manos de todos. Evalúe si ha pasado por alto alguna zona. Las zonas que suelen pasarse por alto son entre los dedos, el dorso de las uñas, la parte posterior de los pulgares y las muñecas. ¿Todos utilizaron suficiente pintura para cubrirse las manos por completo? ¿Qué zonas de las manos se cubrían en general? ¿Qué zonas de las manos se pasaron por alto en general? ¿Tomó el personal demasiado o muy poca pintura para sus manos?

*Nota: se trata de un número aleatorio. La pintura no se seca tan rápido como el ABHR. El ABHR de su instalación puede tardar más o menos tiempo en secarse.

Parte 2: Evaluación de la contaminación

1. Ahora el personal se quitará los guantes como lo haría después de limpiar el lugar. El objetivo es no mancharse las manos de pintura. Indique al personal que se quite los guantes utilizando su método preferido (por ejemplo, el pico). Puede aprovechar esta oportunidad para demostrar cómo quitarse los guantes correctamente.
2. Después de quitarse los guantes, evaluar la contaminación de las manos. ¿Hay puntos contaminados? Comente lo fácil o difícil que es mantener las manos "libres de gérmenes" al quitarse los guantes.
3. Haga hincapié en que es esencial realizar la higiene de las manos incluso con el uso de guantes, después de quitarse los guantes y antes de pasar a la siguiente tarea.
4. Dé tiempo al personal para limpiarse las manos (proporcione toallitas o acceso a un lavamanos o lavabo).

Amigos por correspondencia

Propósito: Evaluar la transmisión de gérmenes de mano a mano. El personal descubrirá con qué facilidad los gérmenes puede propagarse. Esta actividad es la más adecuada para una reunión de personal o una formación con una hoja de registro.

Tiempo de preparación:
10-15 minutos

Tiempo de actividad:
Varía; reserve de 5 a 10 minutos al final de la reunión para repasar y debatir sobre los resultados.

Preparación y materiales:

- Producto bioluminiscente (por ejemplo, GloGerm, Germ Tracker)
- UV/luz negra
- Bolígrafos
- Hoja de inscripción
- Toallitas para las manos o acceso a un lavamanos o lavabo.

Instrucciones:

1. Antes de la sesión o reunión del personal, sumerja o frote una pequeña cantidad de producto bioluminiscente en bolígrafos de uso comunitario. No informe a su personal de la colocación de productos.
2. Indique al personal que firme la hoja de inscripción antes de la sesión.
3. Al final de la sesión, haga una pausa y revele a su personal que "los gérmenes están entre nosotros". Explique que se ha colocado un producto bioluminiscente en los bolígrafos de registro para demostrar la facilidad con que se propagan los gérmenes.
4. Sostenga la luz ultravioleta/negra sobre el personal para que puedan ver dónde han ido a parar los "gérmenes". ¿Se esparcieron los gérmenes por fuera de sus manos? A menudo, el personal verá el producto bioluminiscente en su cara, ropa o pertenencias.
5. Reitere que la higiene de las manos es esencial para detener la propagación de gérmenes de una persona a otra. Guión sugerido: Esta vez, tenemos suerte de que sólo se trate de productos bioluminiscentes en nuestras manos (cuadernos, mesas, etc.), pero imagina que se tratara de un organismo multirresistente. Tocar el bolígrafo es como tocar el soporte del suero o la mesa de noche en una habitación de residente. Puedes infectarte con gérmenes en las manos o los guantes y contagiártelos a ti mismo, a otros residentes y a otras superficies.