

GUIAS PARA ATENCION DE PSICOPEDAGOGOS EN CONTEXTO DE PANDEMIA COVID-19

INTRODUCCION

El presente documento fue elaborado en base al Protocolo de Consulta médica programada en el contexto de la pandemia por COVID-19 del Ministerio de Salud de la Nación Argentina.

El contexto actual de la pandemia por el nuevo coronavirus exige adaptar las lógicas y dinámicas del funcionamiento de los efectores del sistema de salud tanto públicos como privados.

Este documento define lineamientos y brinda recomendaciones para garantizar la continuidad de la atención programada en dicho contexto.

Importante: Dadas las características de la enfermedad y la dinámica actual de la pandemia, estas recomendaciones se encuentran en revisión continua y podrán sufrir modificaciones teniendo en cuenta nuevas evidencias que puedan ir surgiendo.

DEFINICIÓN DE CASO SOSPECHOSO

En el escenario epidemiológico actual, las definiciones de caso sospechoso y de las zonas con circulación local son altamente dinámicas y están sujetas a revisión continua.

Definición de caso sospechoso:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

VER ANEXO 1

Zonas de transmisión:

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/zonas-definidas-transmision-local>

VER ANEXO 2

CONSIDERACIONES GENERALES DE ATENCIÓN DE LAS PERSONAS

- Por el momento y en forma transitoria, todas las consultas de psicopedagogía deberían limitarse a situaciones especiales e impostergables. Postergar las consultas y procedimientos no prioritarios tiene como objetivo reducir la circulación de personas, limitar la posibilidad de transmisión viral e impedir la exposición innecesaria de los equipos de salud.
- Se aconseja **reprogramar o suspender los turnos de pacientes inmunosuprimidos**, o adultos mayores de 60 años que sufren patologías crónicas o con comorbilidad. Factores de riesgo:
 - Personas con diabetes/cardiopatías/hipertensión.
 - Pacientes con trasplantes.
 - Pacientes con cáncer.
 - Personas con desnutrición.
 - Pacientes que sufren EPOC o conjunto de enfermedades pulmonares,
 - Embarazadas.
- **Alentar que todo trámite que pueda ser realizado en forma remota** se realice de esta manera y permita acortar al mínimo posible la interacción persona a persona que pueda ocurrir en sala de espera y consultorio (por ejemplo, solicitar turnos, autorizar estudios, confirmar datos, etcétera).
- Se recomienda el **trabajo remoto o tele asistencia** con el objeto de que los pacientes puedan

retomar el vínculo terapéutico con sus pacientes, en los casos que fuera posible.

- Debe asegurarse (también en caso de poli consultorios) que **los turnos de consultas pediátricas y de adultos se realicen en horarios distintos**, evitando que coincidan en salas de espera, siendo los turnos de niños posteriores a los de los adultos. De no ser posible, deberá realizarse en días diferentes.
- Se deberá realizar una consulta por paciente. **No realizar sesiones grupales** de niños ni de adultos.
- Recordar que las consultas y procedimientos considerados urgentes podrán continuar con los esquemas establecidos.
- Concurrir a la consulta siempre con **barbijo o tapabocas**.
- Mantener presente la importancia del **distanciamiento social**.
- Se aconseja la **organización de turnos** considerando una frecuencia que permita la atención del paciente y la posterior limpieza y desinfección de los objetos y superficies de uso frecuente.
- Se colocará en lugar visible en el exterior del consultorio, **pictograma de síntomas de COVID-19 (Autotriage)**, con la indicación que se deberá llamar al 107, quien se encargará del manejo del caso. Síntomas compatibles con COVID-19: fiebre de 37.5 °C o superior y tos, dolor de garganta, disnea (dificultad para respirar), mialgia (dolores musculares), afectación de sentidos olfativo y gustativo.

ORGANIZACIÓN PERSONAL

- Dada la frecuencia de transmisión horizontal de COVID-19 entre integrantes del equipo de salud, debe reforzarse la importancia de:
 - No minimizar los síntomas.
 - No concurrir a trabajar enfermos.
 - Cumplir en forma estricta las medidas de aislamiento en caso de ser identificados como contactos estrechos.
 - En caso de ser un contacto estrecho, para retornar al trabajo debe realizarse un hisopado por covid-19 negativo.
- Las autoridades de los centros asistenciales son las responsables de indicar la **licencia con goce de haberes** en caso de sospecha de COVID-19 y de garantizar la aplicación del Decreto 367/2020 el cual considera que la enfermedad COVID-19 producida por el coronavirus SARS-CoV-2 se considerará presuntivamente una enfermedad de carácter profesional.
- Debe garantizarse la implementación de la Resolución N°29/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo notificación de medidas de prevención en los ámbitos laborales y recomendaciones sobre la correcta **utilización de los Elementos de Protección Personal (EPP)**, en el marco de la emergencia sanitaria producto de la pandemia del COVID-19.
- La vestimenta del personal debe ser utilizada exclusivamente en el consultorio y no utilizada en los traslados hacia o desde su trabajo.

Pacientes que soliciten turnos para evaluaciones y/o estudios:

- Al otorgar el turno por teléfono o por WhatsApp, solicitar:
 - Datos personales del paciente y de la obra social o entidad de medicina pre paga.
 - Foto de la prescripción, en caso de ser necesaria.
 - Datos necesarios de la atención y/o práctica a realizar para optimizar los tiempos.
 - Nuevos pacientes. Considerar obtener datos de historia clínica, Primera Entrevista
- En caso de ser factible, es recomendable establecer un **triage en forma telefónica** en el día de la visita o el día previo, para:
 - Indagar sobre la presencia de síntomas compatibles con COVID-19. ANEXO 3
 - Recordar la importancia de concurrir sin síntomas respiratorios a la consulta.
 - Reprogramar las visitas de usuarios con un sistema inmunológico deprimido.
 - Reprogramar las visitas con pacientes de riesgo por edad avanzada o patologías crónicas y

multimorbilidad.

- En caso de ser estrictamente necesario, priorizar la atención que constituyan grupos de riesgo y adultos mayores a 60 años, reduciendo el tiempo de espera y asignando los primeros turnos del día a fin de minimizar la atención de personas con riesgo luego de haber concurrido al centro asistencial un alto número de personas.

SALAS DE ESPERA Y ÁREAS COMUNES

- Se sugiere asegurar el cumplimiento de las recomendaciones elaboradas para **prevenir la transmisión del coronavirus en ámbitos con circulación de personas**. Las recomendaciones se encuentran disponibles en este documento:
<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico> VER ANEXO 4
- Se colocarán 2 paños de piso humedecidos con lavandina diluida en agua.
 - El primero será colocado en el lado exterior de la puerta de acceso al local. Quien ingrese deberá realizar la limpieza del calzado en el mismo.
 - El segundo, estará en el lado interior del local. Nuevamente se deberá realizar la limpieza de calzado y deberá tener disponible alcohol en gel para limpieza de manos. Los paños de piso con lavandina se lavarán aproximadamente cada 2 horas.
- Una vez ingresado el paciente al recinto, se realizará el **control de temperatura** por medio de un termómetro infrarrojo o en su defecto se utilizará equipo desinfectado y cubierto con film tipo stretch, que será cambiado en cada paciente y desinfectado nuevamente.
- Si el usuario ingresa con sillas de ruedas tener en cuenta: empuje: es uno de los focos de infección de las sillas de ruedas. Son utilizados por diferentes manos y fácil de transmitir contagios. Es importante limpiar estas zonas.
- Neumáticos: las partes de la silla de ruedas que tocan el suelo, además de rodar a través de diversos entornos, así como los de propulsión: son las superficies de más contacto.
- En caso de ser necesario se aconseja diagramar y **señalar el flujo de circulación de pacientes**, estableciendo un circuito físicamente posible para cumplir con el distanciamiento social.
- **Evitar el ingreso de acompañantes** a la sala de espera. Si en situaciones puntuales esto no fuera posible (por ejemplo, niños o personas que requieren de asistencia permanente), limitar el ingreso a un acompañante por paciente.
- Asegurar la **disponibilidad de agua y jabón o soluciones de alcohol gel** en consultorios y salas de espera.
- Eliminar revistas, juguetes, floreros, cortinado y todo **material en general que pueda contaminarse** y que requiera un complejo sistema de limpieza y desinfección.
- Asegurar que el **mobiliario** sea de materiales que permitan una **fácil y frecuente desinfección**.
- Evitar la acumulación de personas y mantener en todo momento una **distancia mínima de 2 metros**.
- Se recomienda la utilización de **cofia** para el cabello en mujeres o mantener el cabello recogido.
- Se deberá **rociar ropa y manos** con alcohol en gel o solución de alcohol.
- **No fumar**.
- La **recepción de sobres, paquetes, encomiendas** y envoltorios de encomiendas deberán descartarse en el cesto destinado al material contaminado y luego proceder a desinfectar el contenido.
- **No pueden compartirse bebidas o alimentos**. La vajilla no puede compartirse.
- Se deben **desinfectar todos los equipos** de uso común (microondas, pava eléctrica, etc.)

EN EL CONSULTORIO

- Se recomienda **rociar con alcohol diluido o alcohol en gel las manos del paciente**.
- El profesional **médico realizará lavado de manos en forma permanente** con alcohol en gel preferible

- con agua y jabón por no menos de 40-60 segundos. Ver Anexo 4.
- En el caso de no poseer una barrera física de protección (o bien, que la misma obstaculice el vínculo con el paciente) **se recomienda el uso de barbijos o mascara de protección.**
 - El profesional debería considerar preferentemente la opción de uso de **máscaras faciales** de material transparente que brindan protección y permiten mantener el contacto visual con la expresividad facial.
 - En los casos que sea necesario para el trabajo solicitar que los **elementos como cartuchera** completa, utensilios, espejos o juguetes sean **traídos de la casa.**
 - Estos elementos, así como los cuadernos, libros o carpetas que traen los pacientes deben higienizarse antes de ser usados.
 - Para el uso de **elementos didácticos**, deberán desinfectarse todos los implementos y realizar una intensiva limpieza de manos evitando posibles contaminaciones cruzadas entre los elementos que se manipulan.
 - En el consultorio deberá haber material desechable, y protecciones plásticas para aquellas partes de los **equipos en contacto con los pacientes.** No tendrá material a la vista, estará todo guardado. Aquel material que no se pueda proteger o no sea desechable y deba estar en contacto con otros pacientes, deberá ser desinfectado previamente.
 - Antes y después de la atención de cada paciente, se deberá realizar una **limpieza y desinfección de todos los espacios, herramientas y elementos utilizados.** Ver ANEXO 5
 - **Eliminar todos los objetos innecesarios** de las salas de atención. Cortinas, PC, adornos, papeles en paredes, sillas innecesarias.
 - Asegurar que el **mobiliario** tenga recubrimiento de materiales que permitan una fácil y frecuente desinfección.
 - Limpieza de filtros de aire acondicionado y ventiladores.

Higiene personal

- Se recomienda el uso de ropa exclusivas para el trabajo (ambo).
- Concurrir al trabajo con la menor cantidad de efectos personales (llaves, anillos, collares, aros, anteojos, etc.) y/o mantenerlos al resguardo y desinfectados.
- Mantenga las uñas cortas, procure llevar el cabello recogido, evite usar maquillaje.
- Evitar el uso de teléfono celular.
- No fumar.
- Se sugiere la higienización de manos frecuentemente, teniendo especial atención:
 - Antes de iniciar la atención de cada cliente.
 - Antes y después de manipular alimentos, pedidos o residuos.
 - Al estar en contacto con mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
 - Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
 - Después de ir a los sanitarios.
 - **IMPORTANTE: asegurar la absorción total del alcohol diluido o alcohol en gel en manos, ya que, por tratarse de un producto inflamable, puede ocasionar accidentes al manipular herramientas o exponer las manos a fuentes de calor.**

FINALIZADA LA SESIÓN:

- **Descontaminar todas las superficies del consultorio, sala de espera y áreas comunes** de los ambientes (sillas, pasamanos, manijas, puertas) con soluciones a base de alcohol (mínimo al 70%) o hipoclorito de sodio o agua oxigenada.
- **Ventilar** el ambiente.
- **Lavarse las manos** con jabón entre pacientes y antes de salir del consultorio.

- Lavarse todas las partes del cuerpo que hayan sido expuestas: **cuello y orejas** al atender el teléfono, o al manipular objetos o material que haya traído el paciente y los lentes.
- Recordar que **el uso de guantes no reemplaza el lavado de manos**. El lavado de manos con agua y jabón es lo más efectivo en cuanto a medidas de prevención. Si las manos no están visiblemente sucias, puede emplearse solución de gel alcohólico.

AL REGRESAR AL HOGAR:

- Desinfectar suela de calzado por ejemplo en batea con lavandina diluida o paño de piso humedecido (con 1 cucharada sopera de lavandina diluido en 1 litro de agua).
- Se recomienda bañarse cada vez que regresan al hogar.
- Separar ropa de trabajo y lavarla inmediatamente con agua caliente a 40-60°C.
- Desinfectar todas las superficies que tocaron: vehículo utilizado para traslado, picaportes, rejas, vidrios, llaves, celular, billetera, etc. con solución de alcohol 70% o alcohol en Gel o lavandina diluida.

PSICOPEDAGOGOS EN EQUIPOS INTERDISCIPLINARIOS FUERA DEL CONSULTORIO

- Los profesionales que se desempeñen en equipos interdisciplinarios de Salud y de Educación deberán consensuar con el jefe del servicio o el responsable de la Institución las medidas de seguridad e higiene para evitar riesgos sanitarios en el trabajo diario.
- Previo al inicio de los tratamientos, se recomienda realizar reuniones con los tutores del paciente a los efectos de explicar cómo será la modalidad del abordaje terapéutico a implementar con las medidas de bioseguridad correspondientes.
- Asimismo, acordar con los otros miembros de cada equipo, la modalidad de turnos a implementar a los efectos de no producir aglomeraciones.
- La citación de pacientes que ya están en tratamiento, será de acuerdo a la complejidad del trastorno, dificultad o discapacidad que el mismo presente. Cuya evaluación la realizara el profesional de manera responsable y con la ética correspondiente.
- Se aconseja continuar con la modalidad online de acuerdo con la capacidad tecnológica que cada Institución disponga y/o los medios que el profesional posee y considere utilizar.

GESTIÓN DE RESIDUOS

Siempre que sea posible, los residuos generados se deben guardar por 72hs. Se implementará sistema de doble bolsa con rociado de desinfectante.

BIBLIOGRAFIA

2020. LIMPIEZA Y DESINFECCION. MATERIAL SANITARIO, SUPERFICIES Y AMBIENTES, Ministerio de Salud de la Nación.
2020. Protocolo de Consulta médica programada en el contexto de la pandemia por COVID-19 del Ministerio de Salud de la Nación Argentina.
- 2020 Asociación de Psicopedagogos de la Provincia de San Luis

REGISTRO DE MODIFICACIONES

Fecha	Versión	Detalle
21/5/2020	V0	Puesta en vigencia de la guía.

ANEXO 1: Caso sospechoso

DEFINICIÓN DE CASO SOSPECHOSO COVID-19 11 de mayo de 2020	
Criterio 1	
Toda persona que presente	
a-Fiebre (37.5 o más) y b-uno o más de los siguientes síntomas <ul style="list-style-type: none"> • Tos • Odinofagia • Dificultad respiratoria • Anosmia/disgeusia de reciente aparición sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica	
Y	
c- En los últimos 14 días	
Tenga un historial de viaje fuera del país	Ó
	Tenga un historial de viaje o residencia en zonas de transmisión local (ya sea comunitaria o por conglomerados) de COVID-19 en Argentina
Criterio 2	
Todo personal de salud, residentes y personal que trabaja en instituciones cerradas ó de internación prolongada*, personal esencial**, y habitantes de barrios populares y pueblos originarios*** <ul style="list-style-type: none"> • Que presente dos o más de los siguientes síntomas: fiebre (37.5°C o más), tos, odinofagia, dificultad respiratoria, anosmia, disgeusia. *penitenciarias, residencias de adultos mayores, instituciones neuropsiquiátricas, hogares de niñas y niños **se considera personal esencial: Fuerzas de seguridad y Fuerzas Armadas Personas que brinden asistencia a personas mayores *** Se considera barrio popular a aquellos donde la mitad de la población no cuenta con título de propiedad, ni acceso a dos o más servicios básicos. Fuente: Registro Nacional de Barrios Populares	
Criterio 3	
Toda persona que sea contacto estrecho de caso confirmado de COVID-19:	
<ul style="list-style-type: none"> • Ante la presencia de 1 o más de estos síntomas: fiebre (37.5°C o más), tos, odinofagia, dificultad respiratoria, anosmia, disgeusia. 	
Criterio 4	
Todo paciente que presente anosmia/disgeusia, de reciente aparición y sin otra etiología definida y sin otros signos o síntomas. NOTA: Ante la presencia de este como único síntoma, se indicará aislamiento durante 72 horas, indicando toma de muestra para diagnóstico por PCR, al tercer día de iniciado síntomas.	
Criterio 5	
a-Jurisdicciones definidas con transmisión local*: Todo paciente con diagnóstico clínico y radiológico de neumonía y sin otra etiología que explique el cuadro clínico. b-Jurisdicciones definidas sin transmisión local: Pacientes con infección respiratoria aguda grave (IRAG) (fiebre y síntomas respiratorios, con requerimiento de internación) *https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/zonas-definidas-transmision-local	

Definición de contacto estrecho:

Se considerará como **contacto estrecho a:**

- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.
- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas. durante al menos 15 minutos. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo)

Adicionalmente debe considerarse**Contacto estrecho en barrios populares, pueblos originarios, instituciones cerradas o de internación prolongada a:**

- Toda persona que comparta habitación, baño o cocina con casos confirmados de COVID-19
- Toda persona que concurra a centros comunitarios (comedor, club, parroquia, paradores para personas en situación de calle, etc) y haya mantenido estrecha proximidad con un caso confirmado, mientras el caso presentaba síntomas (menos de 2 metros, durante 15 minutos)

Contacto estrecho en un avión/bus:

Todos los pasajeros situados en un radio de dos asientos alrededor de casos confirmados, que hayan estado sintomáticos durante el vuelo y a la tripulación que haya tenido contacto con dichos casos.

Contacto estrecho en un buque:

Todas las personas que compartieron un viaje en buque con casos confirmados.

Caso confirmado COVID-19

Todo caso sospechoso o probable que presente resultados positivos por rtPCR para SARS CoV-2.

Cuadro clínico

El cuadro clínico, puede incluir un espectro de signos y síntomas con presentación leves como: fiebre y tos, malestar general, rinorrea, odinofagia, asociados o no a síntomas graves como dificultad respiratoria, taquipnea. Pueden presentarse como neumonía intersticial y/o con compromiso del espacio alveolar.

Tratamiento

No existe un tratamiento antiviral específico recomendado para la infección COVID-19. Las personas infectadas con COVID-19 deben recibir atención para aliviar los síntomas. Para casos severos, el tratamiento debe incluir soporte de las funciones vitales.

ANEXO 2: Zonas de transmisión al 16/05/2020

- Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- Area Metropolitana de la provincia de Buenos Aires
 - RS V (completa): General San Martín, José C. Paz, Malvinas Argentinas, San Fernando, San Isidro, San Miguel, Tigre, Vicente López, Campana, Escobar, Exaltación de la Cruz, Pilar, Zárate
 - RS VI (completa): Almirante Brown, Avellaneda, Berazategui, Esteban Echeverría, Ezeiza, Florencio Varela, Lanús, Lomas de Zamora, Quilmes
 - RS VII (completa): Hurlingham, Ituzaingó, Merlo, Moreno, Morón, Tres de Febrero, General Las Heras, General Rodríguez, Luján, Marcos Paz.
 - RS XI en los siguientes municipios: Berisso, Brandsen, Cañuelas, Ensenada, La Plata, Presidente Perón, San Vicente
 - RS XII: La Matanza
- Provincia de Chaco: Resistencia, Barranqueras, Fontana y Puerto Vilelas.
- Provincia de Tierra del Fuego: Ushuaia
- Provincia de Córdoba: Ciudad de Córdoba
- Provincia de Río Negro: Bariloche, Choele Choel, Catriel, Cipoletti
- Provincia de Santa Fe: Rosario

Transmisión por conglomerado

- Provincia de Neuquén: Loncopue

COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

CONÓCELO.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.



SÍNTOMAS COMUNES

- FIEBRE
- CANSANCIO
- TOS SECA

SÍNTOMAS*

- FIEBRE ALTA
- NEUMONÍA
- DIFICULTAD RESPIRATORIA



SÍNTOMAS COMUNES

CASOS GRAVES

*Los síntomas podrían aparecer de 1 a 12 días después de la exposición al virus.

¿Quiénes están en mayor riesgo de enfermarse gravemente?

- Adultos mayores de 60 años.
- Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías.

¿Cómo se transmite?

- Por contacto personal cercano con una persona infectada.
- A través de personas infectadas al toser o estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

Hasta el momento, no hay vacuna ni tratamiento específico, solo tratamiento de los síntomas. Los casos graves pueden necesitar oxígeno suplementario y ventilación mecánica.

PREPÁRATE.

- **Infórmate a través de fuentes confiables.**
- **Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón o usa un gel a base de alcohol.**
- **Cúbrete la boca con el antebrazo cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo a la basura y límpiate las manos.**

ACTÚA.

- **Evita el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe.**
- **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**
- **Evita compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.**
- **Si has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en contacto cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica de inmediato. No te automediques.**

Nota: Algunos datos pueden cambiar en la medida en que se tenga más conocimiento sobre la enfermedad. febrero 2020.





Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

ANEXO 4: Higiene de Manos

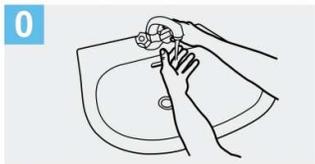
Lavado de manos con agua y jabón

El lavado de manos requiere asegurar insumos básicos como jabón líquido o espuma en un dispensador, y toallas descartables o secadores de manos por soplado de aire.

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.

El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



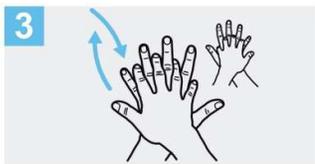
0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



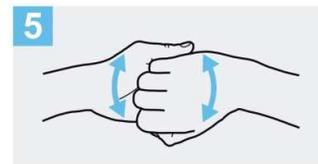
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



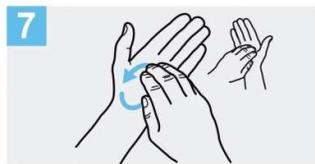
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



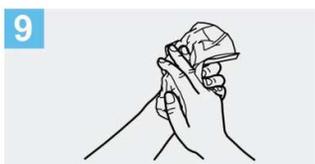
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



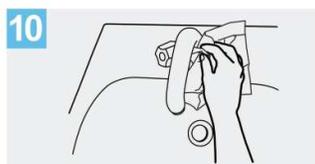
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



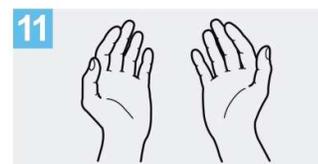
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

Higiene de manos con soluciones a base de alcohol

El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos

Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado.

Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar **20 – 30 segundos**.

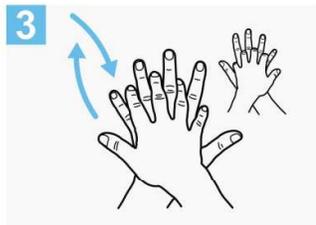
La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



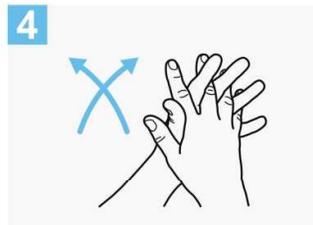
1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



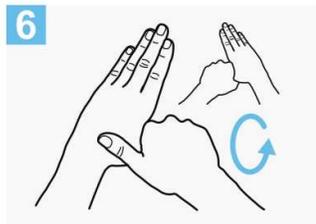
3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



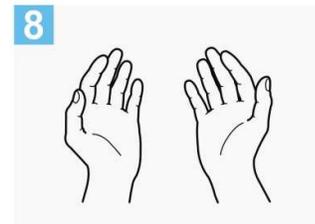
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8 Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

Adecuada higiene respiratoria

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar. Esto es importante, sobre todo, cuando las personas presentan signos y síntomas de una infección respiratoria como resfríos o gripe.

Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.

Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.

Limpiar las manos después de toser o estornudar.

Las empresas y organismos deben garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de espera u alto tránsito.

Disposición de cestos para el desecho de los pañuelos usados que no requieran de manipulación para su uso: boca ancha, sin una tapa que obligue al contacto.

Es recomendable la disposición de dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos.

Las soluciones a base de alcohol son el estándar internacional por alta eficiencia demostrada.

El lavado de manos es una opción igual de efectiva, pero debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.

También se sugiere la colocación de material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.

ANEXO 5: Limpieza y desinfección de material sanitario, superficies y ambientes

Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc. La desinfección debe realizarse diariamente y esta frecuencia, depende del tránsito y de la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.

Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente. Esta limpieza tiene por finalidad realizar la remoción mecánica de la suciedad presente.

Limpieza húmeda

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc). Un procedimiento sencillo es la técnica de **doble balde y doble trapo**:

Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.

Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.

Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.

Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con solución de agua con detergente.

Desinfección de las superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.

Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza. Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos

El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro):

Colocar 10ml (2 cucharadas) de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 g/l, se debe colocar el doble volumen de lavandina para lograr una correcta desinfección.

Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.

Dejar secar la superficie.

El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

CAPACITACIÓN Y PROTECCIÓN PERSONAL

El personal de limpieza y desinfección ambiental deberá recibir capacitación en medidas de prevención de infecciones.

El personal de limpieza deberá usar EPP:

- Barbijo quirúrgico.
- Camisolín hidrorrepelente de manga larga.
- Protección ocular.
- Calzado impermeable.
- Guantes.
- Cofia.

PRODUCTOS DE LIMPIEZA Y DILUCIONES

- ✓ Los productos de limpieza y desinfección utilizados habitualmente en los establecimientos sanitarios, tienen la capacidad suficiente para inactivar el virus. No se requieren productos especiales.
- ✓ Los desinfectantes probados para eliminar virus son: hipoclorito de sodio 500- 1000ppm u otros clorados alcoholes 62-70%, compuestos fenólicos, compuestos de amonio cuaternario y peróxido de hidrogeno 0,5%, monopersulfato de potasio.
- ✓ La dilución correcta de hipoclorito de sodio para desinfección de áreas críticas es de 1000ppm y es dependiente de la concentración inicial de clorado. Ej: partiendo de una concentración inicial de 55gr. de cloro por litro, hacer la siguiente cuenta: $1000 \text{ (ppm)} \times 1000 \text{ (ml de agua en el pulverizador)} / 55000 \text{ (gr. de cloro a mg)} = 20 \text{ cc de cloro en 1 litro de agua}$. Los clorados se utilizan en superficies ya limpias y enjuagadas. Solo se usan en pulverizadores. La concentración mínima para la eliminación del virus es 500 ppm.
- ✓ En el caso de utilizar productos compuestos de amonio cuaternario para la desinfección de superficies e instrumental, deberán tenerse en cuenta los siguientes aspectos:
 - o Evitar el contacto con los ojos y la piel.
 - o Llevar guantes de protección y protección ocular.
 - o Eliminar el producto y su recipiente como residuos peligrosos.
 - o En caso de proyecciones, salpicaduras o de contacto con los ojos lavar abundantemente con agua segura durante 15 minutos, manteniendo los párpados separados.
 - o En caso de proyecciones, salpicaduras o de contacto con la piel retirar inmediatamente toda la ropa manchada o salpicada, que no debe volver a utilizarse antes de ser descontaminada. Lavar en forma inmediata y con abundante agua.
 - o Contener y recoger las fugas con materiales absorbentes no combustibles, por ejemplo: arena, tierra, vermicular, tierra de diatomeas en bidones para la eliminación de los residuos. Absorber el producto disperso con materiales absorbentes no combustibles y barrer o retirar con una pala. Colocar los residuos en bidones con vistas a su eliminación. No mezclarlos con ningún otro residuo. Lavar con abundante agua la superficie manchada y no recuperar el producto con vistas a una reutilización.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MATERIAL SANITARIO

- ✓ Los coronavirus son virus envueltos por una capa lipídica lo que les hace ser especialmente sensibles a los desinfectantes de uso habitual en el medio sanitario.
- ✓ El material que vaya a ser utilizado posteriormente con otro paciente deberá ser correctamente limpiado y desinfectado o esterilizado, dependiendo del tipo de material de que se trate, de acuerdo a los protocolos habituales del establecimiento.
- ✓ Las ramas de laringoscopios deberán esterilizarse o al menos deberán contar con desinfección de alto nivel. Otros implementos como oxímetros, estetoscopios y bolsas de reanimación deberán desinfectarse también.
- ✓ Se recomienda el uso de flim tipo stretch para cubrir dichos elementos y luego del contacto con el paciente, desecharlo y repetir los pasos de desinfección y protección con film.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS SUPERFICIES Y AMBIENTES

Es importante asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los ambientes.

- ✓ El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los ambientes en contacto con el paciente se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del establecimiento.
- ✓ No se deben rociar las superficies con desinfectante. Rociar sobre un paño limpio y seco, y empapararlo lo suficiente. Las superficies deben limpiarse a fondo durante más de 1 minuto.
- ✓ Limpiar las superficies horizontales de las habitaciones o zonas de aislamiento, con cuidado especial en las superficies donde el paciente haya estado acostado o tocado con frecuencia; esto se hará entre turno y turno. Limpieza de piso cada 2hs.
- ✓ Se emplearán los detergentes y desinfectantes habituales autorizados por la autoridad competente

para tal fin (con efecto virucida) y para las superficies se utilizará material textil desechable.

✓ La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias.

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