

Recomendaciones para la prevención y el control de la infección en las residencias de personas mayores y otras modalidades de población institucionalizada ante la (COVID-19)

Marzo 2020

(Estas recomendaciones están sujetas a actualización según se disponga de nueva información)

En el momento actual el diagnóstico de COVID-19 se realiza básicamente atendiendo a criterios clínicos y epidemiológicos.

Los centros para personas mayores deben establecer mecanismos para identificar a las personas con signos y síntomas de la enfermedad (COVID-19) a la llegada a la residencia, o cuando se presenten durante su estancia en ella. Con vistas a dicho escenario, los responsables de las residencias tendrán que tener previsto un plan de preparación para la evaluación y rápido aislamiento de posibles casos. Igualmente, tendrán que planificar la posibilidad de continuar su actividad con una posible limitación en el número de trabajadores.

Aunque las medidas básicas de control de la infección serán muy similares a las recomendadas para los centros sanitarios, las residencias de mayores, al igual que otras instituciones que acogen personas en régimen de alojamiento permanente (centros de paraplégicos, de discapacitados, etc.), presentan peculiaridades que obligan a establecer algunas consideraciones.

La población institucionalizada comparte de manera permanente áreas comunes, como comedores, áreas de ocio, salas de estar, etc., que hacen necesario tener en consideración estrategias con el objetivo de mitigar la transmisión de la enfermedad en estos colectivos.

Si bien el presente protocolo está diseñado fundamentalmente pensando en residencias de personas mayores, dado que el manejo de personas institucionalizadas, suele ser muy parecido, podría aplicarse, en líneas generales, y teniendo siempre presentes las particularidades de otros colectivos, a otro tipo de recursos sociosanitarios cuya nota

MEDIDAS HIGIÉNICAS GENERALES EN EL CENTRO RESIDENCIAL EN LA SITUACIÓN ACTUAL

Recomendaciones al residente

- Residentes válidos/autónomos

Se debe transmitir claramente que lo mejor para proteger su salud y evitar infecciones es seguir las medidas básicas de higiene personal.

Lavado de manos frecuente con agua y jabón, pero especialmente después de: comer, ir al baño, tocarse los ojos, la nariz o la boca, toser o estornudar, viajar en transporte público, volver de la calle, tocar objetos (carro de la compra, teléfonos - fijos y móviles -, computadora, picaportes de las puertas).

Cubrirse la boca y la nariz cuando se tosa o estornude, usar pañuelos desechables para eliminar las secreciones respiratorias, deshacerse del pañuelo tras su uso en papeleras cercanas y realizar la higiene de manos después. Disponer de papeleras suficientes y estratégicamente situadas para los residuos.

- Residentes dependientes/asistidos.

Las actividades básicas de la vida cotidiana en un residente dependiente son responsabilidad de los cuidadores del centro y en la realización de las mismas deben cumplirse escrupulosamente las recomendaciones generales de higiene. Los responsables del centro deben asegurar que se atiende a los residentes en las mejores condiciones posibles y por tanto deben comprobar que los cuidadores conozcan y apliquen adecuadamente las normas de higiene. La formación continua de los cuidadores debe ser una actividad integrada en el centro.

Recomendaciones a los cuidadores

En la transmisión de las infecciones en las residencias y en la aparición de brotes un factor fundamental es la inadecuada aplicación de medidas higiénicas básicas. Es obligación del personal del centro conocer y aplicar las medidas generales de higiene y los responsables del centro deben vigilar que se conozcan y apliquen. También formar si fuese necesario a sus trabajadores.

Medidas higiénicas básicas

Lavado de manos

En la mayoría de los casos son las manos del personal que atiende a la persona mayor las que juegan el papel fundamental como vehículo de transmisión de la enfermedad de un residente enfermo a un residente sano. El personal de atención directa deberá lavarse siempre las manos:

- Al inicio y al final de la jornada
- Antes y después de atender al residente
- Después del contacto directo con sangre, fluidos corporales, secreciones y excreciones. Objetos potencialmente contaminados (cuñas, catéteres, sondas, absorbentes, etc.)
- Después de ir al aseo o efectuar la propia higiene personal
- Antes y después de ponerse guantes
- Antes de preparar y/o administrar la medicación
- Antes y después de dar la comida al residente

**LAS MANOS SON EL PRINCIPAL VECTOR DE TRASMISIÓN DE ENFERMEDADES .
¡EL USO DE GUANTES NO EXCLUYE EL LAVADO DE MANOS!.**

En general, el lavado de manos con agua y jabón es suficiente. En el secado de manos es obligatoria la utilización de toallas desechables de papel. Antes del lavado de manos deben quitarse anillos y cualquier otro objeto que se tenga en las mismas.

Utilización de guantes desechables

- Se seguirán las pautas de la política y gestión de guantes que se hayan establecido en la residencia evitando restricciones y siendo generosos con los cambios.
- Nunca se utilizarán guantes de goma para la higiene de los residentes.
- Siempre se emplearán guantes de plástico, látex o vinilo desechables para proceder al aseo personal del residente.
- Siempre se utilizarán guantes de látex o vinilo de un solo uso, no estériles cuando al realizar el aseo del residente se prevea la posibilidad de entrar en contacto con sangre, abscesos y fístulas purulentas, heces, o con úlceras en la piel.
- Siempre que la persona que atiende al residente tenga lesiones en las manos deberá utilizar guantes de látex o vinilo.
- **Hay que lavarse las manos antes de colocarse los guantes e inmediatamente después de su uso.**
- Siempre que se rompan o perforen los guantes durante el procedimiento, se procederá a cambiarlos por unos nuevos. En este caso habrá que lavarse las manos antes de ponerse los guantes nuevos.

**EI CUIDADOR SE CAMBIARÁ DE GUANTES SIEMPRE QUE ATIENDA A OTRO RESIDENTE.
¡¡LOS GUANTES DEBEN PROTEGER AL CUIDADOR Y AL RESIDENTE!!.**

Higiene del uniforme

- Mantenerlo limpio y con los botones cerrados y sin descosidos.
- Cambiar la bata cuantas veces sea necesario.
- Para quehaceres sucios ponerse siempre delantal.
- Las personas que atienden el aseo del residente deberán cambiarse de uniforme si se hubieran producido manchas notorias con fluidos corporales, sangre, etc.
- El uniforme será revisado antes de entrar a la zona de comedores, con objeto de asegurar que no se ha manchado y preferiblemente se dispondrá de otro uniforme o bien de batas protectoras para efectuar el servicio en los comedores.

Mascarillas

- En principio y dentro de las medidas generales, no es necesario su uso generalizado.

Recomendaciones a los visitantes/familias

En la actual situación, las visitas a los residentes deberían limitarse sólo a las establecidas normalmente. Se debe educar a los visitantes para diferir su visita a la residencia en caso de encontrarse enfermos o contar con historia de viaje a países o zonas con circulación de la COVID-19.

• Suelos y superficies

La limpieza de suelos y superficies se realizará al menos una vez al día, y siempre que sea necesario por algún incidente.

Para barrer los suelos se utilizará el sistema de "barrido en húmedo", consistente en humedecer los utensilios que se usen, para evitar que se levante polvo.

Para el fregado de los suelos se utilizará el sistema de "doble cubo", consistente en usar dos cubos, uno de color azul, con agua y producto limpiador, para el fregado, y otro de color rojo, sólo con agua, para el aclarado.

Los productos limpiadores que se empleen en los suelos deberán ser de tipo detergente-bactericida

Para la limpieza del mobiliario y superficies, teniendo en cuenta que puede haber enseres de distintos materiales, se usarán bayetas humedecidas con el producto apropiado para cada uno de ellos.

Las papeleras habilitadas para el depósito de residuos, se vaciarán regularmente, al menos dos veces al día, y siempre que estén repletas de residuos, no dando nunca lugar a que éstos se viertan en el suelo. Las bolsas, al retirarlas, se cerrarán y se depositarán en el saco que hay en el carro de limpieza para este fin.

• Aseos

Los aseos se limpiarán al menos dos veces al día, y siempre que sea necesario. El carro de limpieza se situará en la puerta bloqueando la entrada.

Se limpiarán siempre de dentro a fuera y de los espacios más limpios a los menos limpios, terminando con el fregado del suelo.

Los aseos comunes o compartidos deben contar con toallas de papel desechable.

• Lencería y lavandería

La ropa limpia se almacenará en lugar limpio y protegido del polvo.

La ropa usada se manipulará con cuidado en el interior de la habitación evitando la dispersión de partículas. Se introducirá en los sacos a propósito para ello.

• Platos, vasos y otros utensilios

No se necesita ninguna precaución especial. El agua caliente y los detergentes usados en los lavavajillas son suficientes.