

Lectura obligatoria para su seguridad y la de sus clientes  
Para cuidadores de BAYADA no certificados



# *Cómo mantenerse* **SANO**

Una guía para la prevención de las infecciones

En BAYADA Home Health Care nuestro objetivo es la superación constante en nuestra labor a través de la evaluación, la educación y la capacitación, para poder ofrecer el mejor de los servicios a nuestros clientes. La capacitación de los empleados es una parte importante de nuestra misión y visión para el futuro: ayudar a que millones de personas puedan tener una vida segura en su hogar con comodidad, independencia y dignidad.



WE LOVE WHAT WE DO

Juana V., CHHA

0-6156 REV 3/24 © BAYADA Home Health Care, 2024

Esta guía incluye información importante para ayudar a mantenerlos seguros y a prevenir la propagación de infecciones entre usted y sus clientes. La información de esta guía se actualiza anualmente.

## LA HIGIENE DE LAS MANOS

¿SABE...?



### ...por qué la higiene de las manos es tan importante?

Las manos de los trabajadores de los servicios de salud son la principal fuente de propagación de gérmenes a los clientes.

### ¿Qué significa "higiene de manos"?

La higiene de manos significa que sigue estas prácticas seguras:

- 1 Mantiene sus manos limpias.
- 2 Evita la propagación de gérmenes a través de las uñas.
- 3 Previene la sequedad y el agrietamiento de la piel de sus manos.
- 4 Usa los guantes de manera correcta.

### Desinfección de las manos

#### ¿Qué significa "desinfección"?

Aunque no pueda verlo, sus manos pueden tener gérmenes de todo lo que toca en las casas de sus clientes. Desinfectar significa eliminar los gérmenes de las manos.

#### ¿Qué tipos de productos eliminan los gérmenes de las manos?

Un agente antiséptico elimina los gérmenes de las manos. Un ejemplo de agente antiséptico aprobado por BAYADA es el gel de manos Isagel, un producto a base de alcohol y sin necesidad de aclarado.

#### ¿Por qué los trabajadores del cuidado de la salud necesitan desinfectarse las manos con un agente antiséptico?

El uso de un agente antiséptico es la forma más eficaz de reducir las infecciones en los clientes y las muertes relacionadas con infecciones, ya que estos eliminan los gérmenes que hay en las manos.



### ¿Los productos a base de alcohol sin aclarado, como Isagel, son los únicos agentes antisépticos que puedo usar?

BAYADA tiene otros pocos agentes antisépticos aprobados que puede usar. Es importante que utilice solamente los productos que le proporcione BAYADA porque estos productos tienen ingredientes especiales para mantener sus manos limpias, suaves y libres de irritaciones, además de ser seguros para nuestros clientes y se pueden usar con guantes.

### ¿Todos los agentes antisépticos se utilizan sin agua?

Existen agentes antisépticos que se pueden utilizar con agua. Estos agentes se llaman jabones antimicrobianos. Los jabones antimicrobianos no son la mejor opción para desinfectar las manos porque no son fáciles de usar ni son tan agradables para su piel. Para usar un jabón antimicrobiano, es necesario que se aleje del cliente para ir al lavamanos. Además, el uso de toallas de papel y agua puede reseca sus manos.

### ¿Por qué no utilizar simplemente jabón común y agua o un jabón antimicrobiano y agua?

Jabones normales y jabones antibacterianos que usted pueda comprar en las tiendas no matarán ni eliminarán (desinfectarán) los gérmenes de las manos. El jabón común y el agua solo eliminan la mayoría de los gérmenes si el jabón se usa con mucha fricción (frotándose las manos con mucha energía). **El jabón antibacteriano es diferente al jabón antimicrobiano.** El jabón antibacteriano no es lo suficientemente eficaz, ya que no mata a todas las bacterias ni elimina hongos y virus. Por este motivo es tan importante utilizar un agente antiséptico aprobado para desinfectarse las manos.

## ¿Cuándo necesito EXACTAMENTE desinfectarme las manos?

- Antes y después de estar en contacto directo con la piel intacta del paciente (bañar, vestir, medir la presión arterial, tomar el pulso o transferir o levantar a un paciente, entre otros).
- Antes de ponerse guantes u otros elementos de protección personal y después de retirarlos.
- Entre el contacto con el entorno/objetos inanimados y el cliente (equipo médico, mesillas de noche, teléfono celular personal) en las inmediaciones del cliente antes de pasar a otra tarea.
- Después de un contacto imprevisto o sin protección con un paciente o algo que está o haya estado en contacto con sangre, fluidos corporales, excreciones, membranas mucosas, vendajes de heridas y piel con heridas.
- Antes de pasar de un lugar del cuerpo contaminado a un lugar del cuerpo del cliente durante la atención al cliente.

**Nota:** Lávese las manos con agua y jabón cuando las manos tengan suciedad visible, sangre, fluidos corporales o cualquier otro contaminante.

## Uso de guantes

### ¿Qué significa “usar los guantes de manera correcta”?

Los guantes nunca son un sustituto de la desinfección de las manos. Debe cambiarse los guantes por unos nuevos en todos los momentos indicados anteriormente en los que necesita desinfectarse las manos. Las manos deben desinfectarse antes de ponerse los guantes y después de quitárselos.

## Cuidado de las manos

La piel de sus manos no debe estar seca ni agrietada. Las manos secas y agrietadas se pueden infectar e impedirle usar el gel, el jabón y el agua de la manera correcta.

Informe a su supervisor de inmediato si tiene una lesión en las manos (tal como cortes, suturas o quemaduras) que impida que las desinfecte.

## ¿Cómo evito la sequedad y el agrietamiento de mi piel?

Utilice solamente los productos que le proporcione BAYADA para ponerse gel o lavarse las manos y pregunte a su oficina sobre la loción aprobada por BAYADA. La loción evita que las manos se sequen y repara las manos que ya están secas.

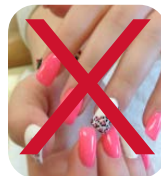
## Suministros para la higiene de manos ¿Por qué tengo que utilizar los suministros que BAYADA me proporciona?

Para desinfectarse e hidratarse las manos, solo debe usar los productos que le proporcione su oficina ya que estos productos están elaborados especialmente para el uso de los trabajadores del cuidado de la salud. Los componentes añadidos hacen que los productos sean seguros para aplicarlos todas las veces que sea y para usar con guantes. Algunos productos no aprobados pueden causar agujeros o desgarros en los guantes y erupciones de la piel.

## Cuidado de las uñas

### ¿Cómo mantengo limpias las uñas para evitar la propagación de gérmenes?

Mantenga el largo de las uñas a ¼ de pulgada o menos. No use uñas artificiales. En las uñas artificiales se acumulan más bacterias que en las naturales. Debido al riesgo de transmisión de infecciones que presentan, BAYADA tiene una política que **prohíbe el uso de las uñas artificiales y las extensiones para el personal que atiende a los clientes.**



## ...que un cliente con un catéter urinario tiene un riesgo alto de infección?

Los catéteres urinarios no son una parte natural del cuerpo. Un catéter que va hasta la vejiga crea un nuevo camino para que los gérmenes ingresen a ella, y ello expone a nuestros clientes a un riesgo mayor de infección.



## ...que nunca debe usar un jabón de barra que ya se ha usado para lavarse las manos?

Cuando sea necesario lavarse las manos con agua y jabón, y no haya jabón líquido disponible, se debe utilizar una barra nueva de jabón (que no se haya utilizado antes).





## ¿...estos datos importantes acerca del gel y la espuma sin agua a base de alcohol?

Características del gel/espuma a base de alcohol:

- Están diseñados para usarse sin agua y desinfectan mejor las manos si no se mezclan con agua.
- No quita de las manos la suciedad ni los contaminantes visibles (sangre, heces, orina, mucosidad).
- Solo mata los gérmenes de manera eficaz si no hay suciedad ni contaminantes visibles en las manos.
- El contenido de alcohol en el gel o la espuma es inflamable cuando no se dejan secar las manos por completo y puede causar quemaduras. Asegúrese de lavarse las manos con jabón y agua antes de cocinar sobre una llama abierta, tal como una estufa de gas o una parrilla.

El gel o la espuma a base de alcohol es el agente antiséptico usado con más frecuencia para desinfectar las manos. Se prefiere el gel o la espuma a base de alcohol porque:

- No se necesita agua.
- No se necesitan toallas de papel para secarse las manos.
- Se puede usar en cualquier lugar de la casa porque no se necesita lavamanos.
- Evitan la sequedad y el agrietamiento de la piel, que sí puede provocar el uso frecuente del agua y jabón.

### Procedimiento de uso del gel o la espuma sin agua a base de alcohol:

- 1 Asegúrese de que las manos estén secas y libres de suciedad o contaminantes visibles.
- 2 Aplique en la palma de su mano una cantidad de gel del tamaño de una moneda de diez centavos o más.
- 3 Frótese las manos, asegurándose de cubrir todas las superficies de las mismas **hasta que estén secas**. Con una cantidad adecuada generalmente tarda unos 20 segundos en secarse en las manos.

### ¿Cuáles son las situaciones en las que es más probable que las manos se contaminen?

- Tocó o cree que tocó sin usar guantes cualquier fluido corporal o superficie contaminada.
- Usó el baño.
- Está cuidando de un cliente con diarrea o vómitos causados por tipos específicos de gérmenes (tal como *norovirus* y *clostridium difficile*).

### ¿Cómo se quitan la suciedad y los contaminantes de las manos?

Los contaminantes y la suciedad, como por ejemplo sangre y fluidos corporales, se pueden quitar creando

**fricción** al lavarse las manos con un jabón antimicrobiano o común y agua. Si se lava las manos con jabón común y agua para quitar la suciedad y los contaminantes, se debe secar las manos y luego desinfectarlas con gel/espuma a base de alcohol.

También es recomendable que se lave las manos con agua y jabón antes de comer y preparar comida.

### Procedimiento para lavarse las manos con jabón antimicrobiano o común y agua:

- 1 Abra la llave del agua corriente a temperatura templada. Evite el agua caliente, ya que puede dañar la piel.
- 2 Mójese bien las manos y las muñecas, sosteniendo las manos hacia abajo sobre el lavamanos.
- 3 Aplique jabón sobre la piel mojada.
- 4 Frótese las manos haciendo un movimiento circular para crear fricción por lo menos durante al menos **20 segundos**. Asegúrese limpiar entre los dedos y alrededor y debajo de las uñas.
- 5 Enjuáguese las manos y las muñecas bajo el agua corriente para que el jabón corra hacia las yemas de los dedos hasta eliminar todo el jabón.
- 6 Séquese bien las muñecas y las manos con una toalla de papel.
- 7 Use una toalla de papel para cubrir el grifo al cerrarlo.
- 8 **Si está usando agua y jabón común, debe desinfectarse las manos con un gel para manos a base de alcohol antes de tener contacto con el cliente.**

**Recordatorio:** Cuando use anillos, **no se los quite** para lavarse las manos. Súbase y bájese suavemente los anillos y lávese la piel debajo de ellos.

¿SABE...?



Está dando un baño a su cliente y suena el teléfono de la mesa de noche. El cliente le pide que le alcance el teléfono ya que está esperando una llamada importante de su hija que quiere hablar con usted.

### ¿Qué debe hacer?

Quítese los guantes, desinfectese las manos con gel de manos a base de alcohol y responda el teléfono. Después de colgar el teléfono, desinfectese las manos con gel de manos a base de alcohol, póngase unos guantes nuevos y continúe con el baño.

## PRECAUCIONES PARA PROTEGERSE USTED Y A SU CLIENTE

### Precauciones estándar

Use las precauciones estándar para el **cuidado de todos los clientes.**

- Las precauciones estándar le protegen a usted y al cliente de la propagación de infecciones.
- Usamos estas precauciones independientemente de que sepamos que el cliente tiene o no una infección porque no todas las infecciones se pueden ver o nos las comunica el cliente. El cliente puede incluso no acordarse de que tiene una infección.
- Recuerde, la sangre y los fluidos corporales (excepto el sudor) de todos los clientes son considerados potencialmente infecciosos para el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), el virus de la hepatitis B (VHB), el virus de la hepatitis C (VHC) y cualquier otra enfermedad infecciosa.

### Siga estas importantes prácticas:

- **Realice los procedimientos de higiene de las manos** incluida la técnica adecuada para desinfección de las manos.
- **El uso de guantes** al realizar procedimientos que puedan requerir contacto con sangre, fluidos corporales, secreciones (saliva, moco, lágrimas), excreciones (orina y heces), piel no intacta (incluidos dermatitis, cortaduras, abrasiones, excoiraciones y acné) y mucosas (boca, ojos, nariz), o cualquier objeto sucio o contaminado con estas sustancias.
- **Uso de otros elementos del equipo de protección personal** (tales como batas, delantales, máscaras y gafas) para proteger la piel, los ojos y la ropa durante procedimientos que generan salpicaduras o rocío de sangre o fluidos corporales.
- **Manejo de vendajes, equipos y ropa de cama sucios** de manera adecuada para prevenir la exposición a gérmenes o su transmisión.

- **Siga prácticas seguras cuando cuide los clientes que usan agujas** tal como se indica en la página 13-14 de esta guía.

### Precauciones basadas en la transmisión

Se le pedirá que tome las precauciones basadas en la transmisión cuando un cliente tenga una infección identificada que se propaga a las personas de una manera específica. Estas precauciones son:

**Transmisión aérea:** cuando se liberan pequeñas gotitas al aire y estas permanecen suspendidas durante un período largo de tiempo, permitiendo fácilmente que otra persona las inhale.

**Transmisión por gotas:** cuando se liberan gotas más grandes al aire donde solamente permanecen un corto tiempo y después caen sobre superficies y objetos. Estas superficies y objetos se contaminan.

**Transmisión por contacto:** cuando la sangre o los fluidos corporales contaminan objetos y superficies, como la ropa de cama, vestimenta y mesas.

El tipo de precauciones utilizadas puede variar dependiendo del medio a través del cual se propaga el germen.

**Las precauciones para la transmisión aérea** requieren el uso de un respirador con máscara N95. Por ejemplo, debe tomar las precauciones de transmisión aérea cuando cuida de un cliente que tiene tuberculosis (TB), COVID-19, varicela o sarampión.



## Las precauciones para la transmisión

**por gotas** requieren el uso de **una máscara quirúrgica**. Por ejemplo, debe usar las precauciones para la transmisión por gotas cuando cuide de un cliente que tenga la gripe estacional (gripe), el VSR, estreptococo del grupo A, tosferina, paperas, rubéola, enfermedad meningocócica, parvovirus o adenovirus. Las máscaras para las precauciones de transmisión aérea o por gotas se utilizan durante todo el período de contagio. En algunos casos, puede aislarse al cliente del resto de los integrantes de la familia, indicarle que se cubra la nariz y la boca al estornudar o toser y solicitarle que no comparta artículos de uso personal, como vasos.

## Las precauciones para la transmisión por contacto

requieren el uso de **batas y guantes** siempre que tenga contacto directo con el cliente, artículos de uso personal o superficies del ambiente que puedan estar contaminadas con algún germen. También puede recibir instrucciones específicas sobre qué artículos puede llevar a la casa. Se le pedirá que tome las precauciones para la transmisión por contacto cuando cuide de un cliente con diarrea causada por bacterias tales como *clostridium difficile*, o cuando un cliente tenga una infección en la orina, mucosas o una herida con una bacteria llamada *estafilococo aureus* resistente a metilicina (MRSA, por sus siglas en inglés) o cuando esté atendiendo a un paciente que tenga alguna infección respiratoria en particular que se da en lactantes y niños pequeños, tal como VSR, gripe o adenovirus que requiera tomar las precauciones para la transmisión por gotas o por contacto.

## EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

Utilice EPP cuando tenga contacto o **piense que podría tener** contacto con:

- Sangre
- Fluidos corporales (excepto sudor)
- Secreciones
- Excreciones
- Heridas abiertas
- Cualquier objeto sucio o contaminado con estas sustancias (como sábanas, toallas, ropa, ropa de cama, sillas de ruedas o cojines de un asiento).



**Guantes:** protegen las manos

**Batas y delantales:** protegen la piel o la ropa

**Máscaras y respiradores:** protegen la boca y la nariz

**Gafas:** protegen los ojos

**Protectores faciales:** protegen la cara, la boca, la nariz y los ojos

### ¿Cómo obtiene el EPP?

- La oficina le proporciona el EPP sin ningún costo para usted.
- Su oficina cuenta con un proceso para garantizar que tenga una provisión permanente de EPP; el EPP puede enviarse a la casa de su cliente o puede ir a la oficina a recogerlo.
- Nunca debe quedarse sin EPP. Si nota que su provisión está disminuyendo, llame a la oficina o vaya a buscar lo que necesita.



¿SABE...?



¿...qué tipo de EPP utilizar para las múltiples tareas que realiza?

¿SABE...?



Al quitarse el EPP, siempre debe empezar retirándose los guantes primero (guantes, gafas, bata y máscara, en ese orden). Consulte las imágenes en la próxima página (8), en la sección “Pasos para quitarse el equipo de protección personal”.

## EJEMPLOS DE SITUACIONES EN LAS QUE DEBE USARSE EPP

### Use guantes para protegerse las manos:

- Al llevar a cabo tareas en las que entre o pueda entrar en contacto con sangre, fluidos corporales, heridas abiertas, mucosas o con cualquier artículo que esté manchado o contaminado con estas sustancias; por ejemplo, artículos para el cuidado de la boca, artículos de baño, vaciado de bolsa de drenaje de orina, cambio de la ropa interior de un adulto o del pañal de un bebé, ayuda con el uso del inodoro, lavado de ropa de cama sucia, vaciado de la basura, manejo de pañuelos desechables sucios o limpieza del baño.

### Use una bata hospitalaria a prueba de fugas o un delantal plástico cuando pueda ensuciarse el uniforme o la piel, por ejemplo:

- Al realizar un baño en la cama o al ayudar en la regadera.
- Al cambiar o manipular ropa de cama sucia.
- Al cuidar a un cliente que tiene incontinencia.
- Al cuidar a un cliente que tiene una herida supurante, una ostomía o un catéter urinario.
- Al limpiar sangre y derrames de fluidos corporales o contaminación con dichas sustancias (incluido el vaciado de un inodoro portátil que contenga orina o materia fecal).

### Use gafas, protectores faciales y máscaras cuando pueda producirse una salpicadura en los ojos, la cara, la boca o la nariz, tales como:

- Al sujetar al cliente mientras un enfermero o un cuidador de la familia realiza una tarea de cuidado que puede conducir a una exposición (tal como irrigación de una sonda nasogástrica, succión o irrigación de una herida).

### Utilice EPP específico cuando sepa que un cliente tiene una infección que se puede transmitir al toser, estornudar o por el drenaje de una parte del cuerpo que contamina el ambiente.

#### Esto se llama una precaución basada en la transmisión.

- Su oficina le informará por escrito en el plan de cuidado cuándo es necesario tomar esta precaución adicional.

¿SABE...?



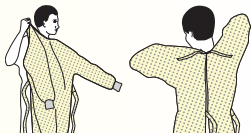
¿...que hay pasos específicos para ponerse y quitarse el EPP?

## PASOS PARA PONERSE EL EPP

El tipo de EPP usado variará de acuerdo con el nivel de precaución requerida (p. ej., precauciones estándar o precauciones para transmisión por contacto, gotas o aire).

### 1. BATA

- Cúbrase el torso por completo desde el cuello hasta las rodillas, los brazos hasta el borde de la muñeca y cruce la bata por la parte posterior.
- Ajuste detrás del cuello y de la cintura.



### 2. MÁSCARA O RESPIRADOR

- Anude los lazos o las bandas elásticas en el medio de la cabeza y en el cuello.
- Ajuste la banda flexible al puente de la nariz.
- Ajuste de manera que quede cerca de la cara y calce debajo de la barbilla.
- Verifique el ajuste del respirador.



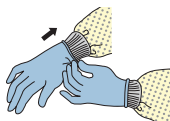
### 3. GAFAS O PROTECTOR FACIAL

- Coloque las gafas o el protector facial de modo que cubra bien la cara y los ojos. Ajuste al tamaño adecuado.



### 4. GUANTES

- Estire hasta cubrir el puño de la bata de aislamiento.



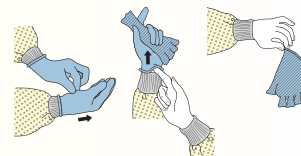
## PASOS PARA QUITARSE EL EPP

Realice la higiene de las manos entre cada uno de los pasos en caso de que se contaminen las manos

### 1. GUANTES

El exterior de los guantes está contaminado.

- Si se contaminan las manos al quitarse los guantes, láveselas de inmediato o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Con una mano con guante, agarre el guante a la altura de la palma de la otra mano enguantada y quítese el primer guante.
- Sostenga con la mano enguantada el guante que ya ha retirado.
- Deslice los dedos de la mano sin guante debajo de la muñeca del segundo guante y quíteselo.
- Deseche los guantes en el bote de la basura.



### 2. GAFAS O PROTECTOR FACIAL

El exterior de las gafas o del protector facial está contaminado:

- Si se contaminan las manos al quitarse las gafas o el protector facial, lávese de inmediato las manos o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Quítese las gafas o el protector facial desde atrás levantando la banda de la cabeza o las piezas de los oídos.
- Si el artículo se puede volver a utilizar, póngalo en el recipiente designado para reprocesamiento. De lo contrario, deséchelo en el bote de la basura.



### 3. BATA

El frente de la bata y las mangas están contaminados:

- Si se contaminan las manos al quitarse la bata, lávese de inmediato las manos o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Desate los lazos de la bata con cuidado para que las mangas no entren en contacto con su cuerpo al alcanzar los lazos.
- Retire la bata empezando por la zona que cubre el cuello y los hombros, tocando solo la parte interior de la bata.
- Voltee la bata al revés.
- Dóblela o enróllela y arrójela en el bote de la basura.



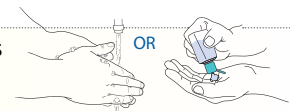
### 4. MÁSCARA O RESPIRADOR

El frente de la máscara o del respirador está contaminado. NO LO TOQUE:

- Si se contaminan las manos al quitarse la máscara o el respirador, lávese de inmediato las manos o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Agarre los elásticos o lazos inferiores de la máscara o el respirador, después tome los que están en la parte superior y quítese la máscara o el respirador sin tocar el frente.
- Deséchelo en el bote de la basura.



### 5. LÁVESE INMEDIATAMENTE LAS MANOS O USE UN DESINFECTANTE DE MANOS A BASE DE ALCOHOL DESPUÉS DE QUITARSE TODO EL EPP.





# ALERGIA AL LÁTEX

## ¿Qué es una alergia al látex?

Es una reacción a algunos productos con caucho

## ¿Por qué debo estar informado sobre la alergia al látex?

La mayoría de los guantes que utilizan los trabajadores del cuidado de la salud están fabricados con látex.

## Si existe la posibilidad de que los trabajadores del cuidado de la salud en el hogar sean alérgicos a los guantes de látex, ¿por qué BAYADA nos da esos guantes?

Los guantes de látex son muy fuertes y proporcionan un alto nivel de protección a los trabajadores del cuidado de la salud que atienden a los clientes con enfermedades infecciosas. Solo unos pocos trabajadores del cuidado de la salud en el hogar son realmente alérgicos al látex.

## ¿Qué tipo de guantes debo usar si tengo alergia al látex?

Si usted o un cliente tiene alergia al látex, se le pedirá que use otro tipo de guantes que sea seguro para el uso de los trabajadores del cuidado de la salud en el hogar que tengan alergia al látex.

## ¿SABE...?



¿...la irritación en la piel que generalmente se manifiesta con la aparición de zonas secas e irritadas que provocan picazón, habitualmente en las manos, se puede producir por usar guantes, en especial los que contienen talco?

Esta reacción no es una alergia al látex. Los guantes sin talco ayudarán a reducir este problema.

## ¿Cuáles son los síntomas de la alergia al látex?

Una reacción alérgica al látex puede variar desde síntomas leves hasta una reacción que puede poner en peligro la vida. Los síntomas leves incluyen picazón, enrojecimiento de la piel, sarpullido o urticaria. Los síntomas moderados incluyen estornudos, secreción nasal, picazón y lagrimeo en los ojos, irritación de la garganta, dificultad para respirar, sibilancias o tos. La reacción más grave, llamada anafilaxia, incluye síntomas como mucha dificultad para respirar, disminución de la presión arterial, mareos, confusión, dificultad para hablar, pulso débil o rápido, coloración azulada de la piel, náuseas, vómitos, diarrea y pérdida del conocimiento.

## ¿Cómo se trata la alergia al látex?

Si tiene alergia al látex, recibirá tratamiento para los síntomas. No hay cura para la alergia al látex. Si presenta esta alergia, tendrá que evitar el uso de productos con látex.

## ¿Cómo puedo prevenir una reacción alérgica?

Ante cualquiera de los síntomas de alergia al látex, debe informar de inmediato a su supervisor. Si ya sabe que tiene alergia al látex, informe a su supervisor y **se le proporcionarán guantes y otros productos que no contengan látex.**

## ¿SABE...?

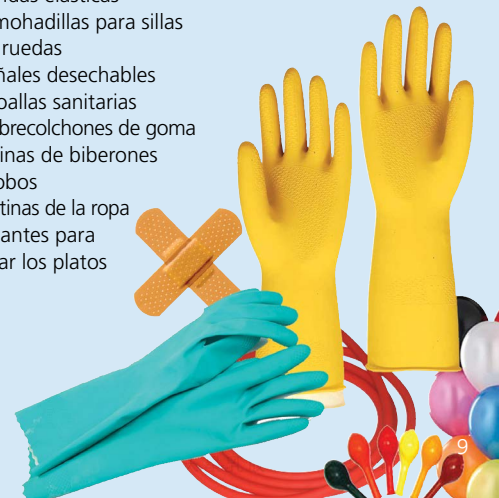


## ¿...que el látex no solo se encuentra en los guantes?

Si sabe que tiene alergia al látex, esté alerta a otros productos que contienen látex.

## ¿QUÉ PRODUCTOS CONTIENEN LÁTEX DE GOMA NATURAL?

- Guantes de látex
- Manguitos para medir la presión arterial
- Estetoscopios
- Catéteres urinarios
- Vendajes adhesivos
- Máscaras quirúrgicas y respiradores N95
- Almohadillas de muletas
- Cinta adhesiva
- Vendas elásticas
- Almohadillas para sillas de ruedas
- Pañales desechables y toallas sanitarias
- Cubrecolchones de goma
- Tetinas de biberones
- Globos
- Pretinas de la ropa
- Guantes para lavar los platos
- Juguetes de caucho
- Bandas elásticas
- Bases de alfombras
- Chupones
- Gomas de borrar
- Cortinas de baño
- Alfombras de baño
- Empuñaduras en bicicletas
- Gafas para natación



# CÓMO LLEVAR DE FORMA SEGURA LOS SUMINISTROS PARA EL CUIDADO DEL CLIENTE AL HOGAR

Si se le pide que lleve suministros (como guantes, delantales, batas, manguitos para medir la presión arterial o estetoscopios) de la casa de un cliente a otro, tendrá que llevar una bolsa para suministros para realizar esta operación de forma segura.

## ¿Hay algún tipo especial de bolsa que se utilice para llevar los suministros?

Las bolsas para suministros deben ser impermeables, lavables y tener un bolsillo externo para llevar productos para la higiene de manos.

## ¿Por qué los suministros para la higiene las manos se guardan en un bolsillo exterior?

Es importante que se desinfecte las manos antes de sacar los suministros limpios del interior de la bolsa para que los suministros sigan limpios.

Un bolsillo externo separado ofrece el espacio que necesita para guardar el gel de manos a base de alcohol.

## ¿Por qué es necesario que la bolsa sea impermeable y lavable?

Necesita mantener limpios los suministros que utiliza para el cuidado de un cliente.

Si una bolsa tiene fugas, los suministros del interior de la bolsa se contaminarán.

Una bolsa no lavable debe desecharse si se ensucia. Una bolsa lavable puede limpiarse para mantenerla libre de gérmenes.

¿SABE...?



## ¿...que nunca debe meter su almuerzo ni otros artículos personales en la bolsa que utiliza para llevar los insumos para el cuidado del cliente?

Los artículos personales se deben mantener separados de los suministros para el cuidado del cliente.

Los suministros del cliente se deben mantener lo más limpios posible.

El riesgo de que se contaminen es alto cuando mezcla artículos personales con ellos. Por este motivo, las bolsas para suministros que contienen artículos para el cuidado del cliente no deben contener artículos personales y la bolsa personal de un trabajador del cuidado de la salud en el hogar no debe contener artículos para el cuidado del cliente.

## ¿...que hay pasos específicos a seguir cuando usa una bolsa de suministros?

¿SABE...?



### Procedimiento para la técnica de la bolsa

- 1 Lleve la bolsa al hogar y colóquela sobre una superficie dura, limpia y seca. **Nunca coloque la bolsa sobre el piso.**
- 2 Si no hay una superficie limpia, coloque toallas de papel, periódicos limpios, plástico u otra barrera **desechable** que le proporcione su oficina entre la bolsa y una superficie **seca y dura**. También puede colgar la bolsa en la perilla de una puerta o en el respaldo de una silla.
- 3 La bolsa debe permanecer cerrada cuando no esté en uso.
- 4 Desinfectese las manos con un gel para manos a base de alcohol antes de introducirlas en la bolsa.
- 5 Abra la bolsa, retire los artículos que necesite y colóquelos sobre una barrera a prueba de agua, desechable y limpia, tal como una bolsa de plástico, toalla sanitaria desechable u otra barrera **desechable** que le proporcione su oficina.
- 6 Cierre la bolsa.
- 7 Desinfectese las manos antes de volver a introducirlas en la bolsa por cualquier motivo.
- 8 Cuando haya terminado los cuidados, desinfecte los artículos que hayan estado en contacto con el cliente (tal como el manguito para medir la presión arterial, estetoscopio) con alcohol isopropílico al 70 por ciento o con toallitas germicidas proporcionadas por su oficina. Coloque los artículos sobre una barrera limpia, desinfectese las manos y vuelva a colocar los artículos limpios en la bolsa para suministros. Cualquier artículo con manchas visibles de sangre o fluidos corporales debe lavarse con agua y jabón y después desinfectarse antes de volver a colocarlo dentro de la bolsa.

## ¿Por qué la bolsa se debe colocar encima de una superficie dura?

Las superficies rígidas como mesas, mostradores de cocina o sillas de madera se pueden limpiar y desinfectar de inmediato para asegurarse de que estén limpias. Los sofás de tela, las sillas o los colchones no se pueden limpiar ni desinfectar en el momento y pueden tener ácaros, pulgas u otros gérmenes que no puede ver pero que pueden contaminar la bolsa. No debe correr el riesgo de llevar una bolsa que podría estar contaminada a la casa de otro cliente o a la suya propia.

## ¿Hay otras opciones para llevar los suministros para el cuidado del cliente al hogar?

Sí. Puede llevar suministros en una bolsa de plástico hermética y dejarla en un lugar seguro y limpio en el hogar del cliente. Una vez que los suministros se dejan en el hogar del cliente para uso de los empleados o del cliente, estos suministros (guantes, batas, máscaras) no se pueden usar para la atención de otro cliente.

La mayoría de las oficinas enviarán EPP y materiales para higiene de manos al hogar del cliente y se guardarán en un lugar designado, limpio y seguro, para que los use usted.



## Cómo mantener la seguridad de los artículos personales

**No necesito llevar suministros para el cuidado del cliente pero llevo una bolsa personal con las llaves del auto y el almuerzo. ¿Necesito seguir el mismo procedimiento para la técnica de la bolsa con mi bolsa personal?**

Si necesita llevar artículos personales al hogar del cliente en una bolsa o mochila, colóquela en una superficie dura, limpia y seca, como una mesa o el asiento de una silla o cuélguela en la perilla de la puerta, el respaldo de una silla firme o en cualquier lugar seguro lejos de la zona de atención al cliente donde puede producirse la contaminación.

Siempre que sea posible, evite llevar artículos personales al hogar del cliente. Esto ayuda a prevenir la propagación de gérmenes de un cliente a otro o incluso a su propia casa.

## ...que hay pasos específicos que se deben seguir para asegurarse de no llevar bichos o insectos de un hogar a otro o a su propio hogar?

Tome las siguientes precauciones cuando tenga la sospecha de que una casa tiene un problema de chinches de cama, cucarachas o pulgas o ha tenido un problema de este tipo en el pasado:

- No lleve una bolsa de suministros al hogar.
- Solo lleve al hogar los suministros y artículos personales que sean necesarios.
- Coloque todos los suministros y artículos en una bolsa grande de plástico con cierre hermético o con "zip" que le proporcione su oficina para que estén siempre visibles y protegidos.
- No se siente sobre muebles tapizados.
- Compruebe si hay chinches de cama antes de sentarse en una silla de madera en hogares donde puede haber chinches. Las chinches de cama suelen esconderse en las uniones de los muebles de madera.
- Utilice un delantal de plástico o una bata y guantes cuando preste servicios en lugares donde haya insectos o cuando maneje artículos que podrían estar infestados por insectos o sus huevos.
- Inspeccione el uniforme y los suministros antes de salir del hogar del cliente.
- Cuando llegue a su casa, quítese el uniforme, lávelo con agua caliente y déjelo en la secadora durante 20 a 30 minutos como última medida de seguridad.

¿SABE...?



Mientras le cambia el pañal al Sr. Williams con guantes de una caja que su oficina envió a la casa del cliente a principios de la semana, recuerda que la Sra. Jones, otra cliente, se está quedando sin guantes.

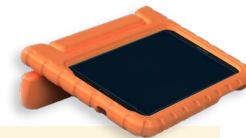
**¿Qué debe hacer?** Llama a la oficina y les informa que se está quedando sin guantes en el hogar de la Sra. Jones para puedan encargarse de que tenga la cantidad suficiente para el cuidado de la cliente.

**No** se lleva los guantes del hogar del Sr. Williams al hogar de la Sra. Jones porque una vez que los artículos se dejan en un hogar, no se pueden sacar y llevar al hogar de otro cliente. Hacerlo podría transmitir gérmenes.

¿SABE...?



# PREVENGA LA PROPAGACIÓN DE GÉRMEENES AL USAR TABLETAS Y TELÉFONOS PARA DOCUMENTAR LOS CUIDADOS DEL CLIENTE



## Personal de campo que usa **teléfonos personales** para documentar el tiempo y los cuidados

El teléfono inteligente promedio tiene 10 veces más gérmenes que el asiento de un inodoro en un baño público.

**Lávese siempre las manos antes y después de tocar o hablar en su celular.**

**Antes de usar el teléfono:** Lávese las manos después de tocar a un cliente y de tocar objetos (como una mesa o equipo que esté junto a la cama).

**Después de usar el teléfono:** Lávese las manos antes de tocar a un cliente y de tocar los suministros para atenderlo.

- No deje su teléfono sobre ninguna superficie relacionada con la atención del cliente.
- Mantenga su teléfono en un bolsillo o cartera cuando no lo esté usando.

## Siga estos pasos cuando use el teléfono para que firme el cliente:

- El cliente nunca debe tocar su teléfono con las manos/los dedos.
- El cliente debe usar una pluma electrónica para firmar en el teléfono.
  - ✓ Desinfecte la pluma electrónica con almohadillas de algodón con alcohol isopropílico al 70 % antes de acercarlo al cliente.
  - ✓ Los empleados deben sostener el teléfono mientras el cliente firma con la pluma electrónica.
  - ✓ Desinfecte la pluma electrónica con almohadillas de algodón con alcohol isopropílico al 70 % después de que el cliente la haya usado.
- Llame a su oficina para recibir indicaciones sobre qué debe hacer si su teléfono entrara accidentalmente en contacto con sangre o líquidos corporales.
- Llame a su oficina para completar la visita a domicilio si no dispone de almohadillas de algodón con alcohol o de una pluma electrónica.



## Personal de campo (p. ej., técnicos de habilitación) que usa **tabletas repartidas por BAYADA** para documentar el tiempo y los cuidados:

**Realice siempre la higiene de manos antes y después de tocar la punta del dispositivo para cuidados.**

- Desinfectese las manos cuando abandone los cuidados directos del cliente para tocar la pantalla de la tableta.
- Coloque su dispositivo en una zona organizada, encima de una superficie dura, limpia y seca en el hogar del cliente.
- Si la punta del dispositivo para cuidados se mancha con sangre u otros líquidos corporales, limpie primero el dispositivo con una toallita con agua y jabón o detergente antes de desinfectarlo con una toallita con desinfectante aprobado por la EPA.
- Si va a transportar su dispositivo, hágalo en la zona limpia de la bolsa de suministro, alejado de los suministros del cliente.

## Siga estos pasos cuando use el dispositivo para que firme el cliente:

- El cliente debe usar una pluma electrónica para firmar en el teléfono, si es posible.
  - ✓ Desinfecte la pluma electrónica con almohadillas de algodón con alcohol isopropílico al 70 % antes de acercarlo al cliente.
  - ✓ Los empleados deben sostener el dispositivo mientras el cliente firma con la pluma electrónica.
  - ✓ Si el cliente toca el dispositivo, desinfecte la pantalla con una toallita con desinfectante aprobada por el fabricante antes y después de que el cliente toque la pantalla.

# MANEJO DE DESECHOS PELIGROSOS

Cuando trabaje en el hogar de un cliente es importante entender que los desechos son nocivos para su salud y cómo prevenir la exposición a esos desechos.

## ¿Qué son los residuos peligrosos?

Los residuos peligrosos son cualquier tipo de material sólido, líquido o gaseoso que puede causar un daño importante a nuestra salud y al medio ambiente si se almacena, manipula, transporta o desecha inadecuadamente.



## ¿Con qué tipo de residuos peligrosos puedo estar en contacto en el hogar de un cliente?

- Fluidos corporales como orina, heces, sangre, supuración de heridas que traspasa un vendaje, vómitos o mucosidades.
- Objetos punzocortantes que se desechan inadecuadamente (agujas, lancetas, navajas de afeitado y cualquier otro objeto contaminado que pueda penetrar, pinchar o lacerar la piel).
- Objetos contaminados con fluidos corporales, como vestimenta y ropa de cama sucias, ropa interior para adultos con incontinencia, pañales de niños, pañuelos desechables utilizados, guantes usados, superficies del baño, mesas de noche, barandillas de la cama o almohadillas de las sillas de ruedas.

## ¿Cómo puedo prevenir el contacto con residuos peligrosos?

Use las precauciones estándar para el cuidado de todos los clientes. Utilice guantes y otro EPP cuando piense o sepa que va a estar en contacto con sangre, fluidos corporales, secreciones, excreciones, piel lesionada, mucosas y cualquier **superficie contaminada** con estas sustancias. Mantenga limpio el ambiente.

¿SABE...?



## ¿...que hay un símbolo universal para identificar desechos peligrosos?

Este símbolo, con o sin la palabra “peligro biológico”, le indica que se trata de un residuo peligroso. Las etiquetas son de color naranja rojizo o de color naranja fluorescente.



# MANEJO Y DESECHO DE RESIDUOS PELIGROSOS

Las siguientes páginas dan ejemplos de tareas frecuentes que pueden acercarle a materiales peligrosos e instrucciones sobre cómo protegerse.

## Utilice prácticas seguras para el uso y la eliminación de objetos punzocortantes

La mayoría de las exposiciones a objetos punzocortantes pueden prevenirse cuando se siguen prácticas seguras.

Ponga a prueba su conocimiento a continuación para saber si está usando prácticas seguras:

La Sra. Jones se inyectó ella misma insulina y le pide que agarre la aguja y la deseche en la cocina en el recipiente de plástico duro para agujas donde ella desecha sus agujas.

**¿Qué debe hacer?** Dígale amablemente a la Sra. Jones que no puede tocar las agujas usadas. Póngase los guantes. Vaya a la cocina. Examine cuidadosamente el recipiente para asegurarse de que no sobresalga ninguna aguja. Si el recipiente es seguro, lléveselo a la Sra. Jones para que ella misma pueda desechar su aguja. Informe a su supervisor sobre esta solicitud.

El Sr. Smith le pide ayuda para sacar la lanceta vieja del portalancetas para poder poner una nueva y analizar el nivel de azúcar en su sangre.

**¿Qué debe hacer?** Dígale amablemente al Sr. Smith que no puede tocar las agujas usadas. Si hay alguien más en la casa, ofrézcase a llamarlo para que ayude al cliente. Llame a su oficina y comunique esto a su supervisor para que el supervisor clínico pueda asegurarse de que se le enseñe al Sr. Smith cómo hacer esto de forma segura o para que ayude al cliente a encontrar otra opción para medir la glucosa en sangre.

Observa que un familiar del cliente inyecta insulina al cliente, dobla la aguja y la desecha en el bote de la basura que tiene una bolsa de plástico.

**¿Qué debe hacer?** Comunique el incidente a su supervisor. Esta es una práctica insegura. La aguja, incluso doblada, puede perforar la bolsa de plástico y pinchar a alguien. El supervisor clínico tendrá que enseñar al cliente y a la familia sobre la eliminación segura de agujas.

Se pueden delegar tareas en los técnicos de habilitación, cuando lo permiten las regulaciones estatales, incluido el uso de objetos punzantes. Si se delega esta tarea, el técnico de habilitación recibirá capacitación y evaluaciones de competencia individuales para garantizar la seguridad del empleado y del cliente.



## ¿...estos consejos de prácticas seguras?

- Nunca ayude al cliente con el uso de agujas para inyecciones o para pruebas de glucosa en sangre, como una lanceta o portalancetas.
- Nunca toque ni deseche agujas usadas del cliente en un recipiente para objetos punzocortantes; llévele el recipiente para objetos punzocortantes al cliente en forma segura para que él mismo deseche apropiadamente las agujas.
- Nunca meta la mano en la basura del cliente para buscar algo ni para aplastar los contenidos para hacer más espacio.
- Nunca ponga la mano en la base de una bolsa de basura para sostenerla al transportarla.
- Llame a su oficina si un cliente le pide ayuda para usar o desechar agujas.
- Llame a su oficina para comunicar casos de eliminación inapropiada de agujas por parte del cliente o de la persona que lo cuida.
- Esté alerta a los posibles peligros que representan las agujas, en especial cuando sabe que un cliente usa agujas en su tratamiento; preste atención al atenderlo y tocar o limpiar objetos como ropa de cama, toallas, ropa del cliente y las superficies de cubiertas de cocina.



# MANEJO Y ELIMINACIÓN DE OTROS RESIDUOS PELIGROSOS

## Utilice prácticas seguras para la eliminación de artículos manchados y fluidos corporales

- Utilice guantes y otro EPP según sea necesario para verter con cuidado todos los desechos líquidos o sólidos (como orina y heces) en el inodoro del cliente.
- Introduzca los artículos sucios (pañales, ropa interior para incontinencia del adulto) en una bolsa de plástico y después en otra bolsa de plástico o bote de la basura con una bolsa de plástico. Este doble embolsado evitará escapes y la exposición a este residuo.

## Utilice procedimientos seguros para manipular la ropa de cama sucia

- Siempre use guantes cuando deba tocar artículos sucios.
- Sujete siempre la ropa de cama sucia lejos de su ropa.
- La ropa de cama contaminada debe ser colocada en una bolsa plástica, transportada a la lavadora y lavada lo antes posible con agua caliente y una taza de lejía (si la tela tolera el contacto con la lejía) y detergente para ropa.
- **Mantenga la ropa de cama sucia de su cliente separada de la ropa para lavar del resto de los integrantes del hogar.**

## Practique procedimientos seguros para la limpieza de los derrames de sangre

- Si se lo proporciona su oficina, use un producto comercial de kit para derrames.
- Cuando no hay kits para derrames de uso comercial disponibles:
  - 1 Utilice doble guante y otro EPP según sea necesario.
  - 2 Retire el material visible, como vidrio, con un recogedor de basura, **nunca con las manos.**

- 3 Limpie el área contaminada con agua y jabón, u otro detergente, y luego desinfecte con una solución de lejía con una dilución de 1:10. En el caso de derrames sobre alfombras, seque la sangre derramada con una toalla desechable y luego limpie la alfombra con un germicida que no contenga lejía.
- 4 Coloque en doble bolsa todos los materiales contaminados y deséchelos dentro de la basura del cliente o según las reglamentaciones locales y estatales.

## Use las prácticas de procedimientos seguros de limpieza

- Use siempre guantes cuando limpie las áreas de cuidados del cliente (mesas de noche, fregaderos de la cocina, barandillas de la cama y superficies del baño).
- Limpie siempre primero las superficies con agua y jabón, después con un desinfectante (como Lysol, Clorox, solución de lejía 1:10).



¿SABE...?



## ¿...que es fácil hacer una solución de lejía 1:10?

Hacer una solución de lejía 1:10 es sencillo porque solamente necesita 2 cosas, agua y lejía. Para hacer una solución de lejía a una dilución de 1:10, mezcle 1 parte de lejía con 9 de agua (1 taza de lejía mezclada con 9 tazas de agua o 1 cucharada de lejía y 9 de agua). Independientemente de lo que utilice para medir la lejía, use 9 de la misma medida de agua. Esta mezcla de lejía y agua es la mejor forma de limpiar los derrames de sangre y fluidos corporales y eliminar los gérmenes como el VIH, la hepatitis B y la hepatitis C.

# MANEJO DE LA EXPOSICIÓN A PATÓGENOS TRANSMITIDOS POR SANGRE

## Prevención y seguimiento de la exposición ocupacional (en el lugar de trabajo)

### ¿Qué es la exposición ocupacional?

La exposición ocupacional es la exposición directa en el lugar de trabajo a la sangre u otros fluidos, tejidos corporales o efectos personales del cliente que potencialmente podrían estar infectados.

### ¿Cómo puede ocurrir una exposición ocupacional?

- Las exposiciones ocupacionales normalmente no son planeadas pero la mayoría de las veces se pueden prevenir mediante las siguientes prácticas seguras.

¿SABE...?



### ¿...qué debe hacer si se produce una exposición ocupacional?

- Lave inmediatamente el área expuesta con agua y jabón o enjuague las mucosas afectadas (ojos/boca) con agua o solución salina común.
- Después de lavar el área expuesta, comuníquese con su oficina e informe el incidente.
- Acuda sin demora a un médico de salud ocupacional para una evaluación médica o a un servicio de emergencias si el incidente se produce fuera del horario laboral o durante el fin de semana.

- Puede encontrarse en una situación de exposición si se produce un derrame de sangre u orina, si el cliente tose y expectora esputo, si se pincha con una aguja usada o por una mordedura del cliente o de un animal.
- BAYADA pagará la evaluación médica y toda la atención médica posterior.
- BAYADA también cooperará, en la mayor medida posible dentro de lo que la ley permita, en la obtención de los expedientes médicos del cliente relacionados con la infección producida por patógenos transmitidos por sangre para asegurar una atención integral y una completa recuperación.



### ¿Cómo puedo obtener más información sobre las exposiciones ocupacionales y la respuesta y responsabilidad de BAYADA?

- Comuníquese con su oficina para solicitar una copia de nuestros planes de control ante la exposición.
- Solicite acceso a las políticas y los procedimientos individuales sobre exposiciones ocupacionales y su seguimiento.
- Pida una copia del *texto regulatorio sobre patógenos transmitidos por sangre de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA Bloodborne Pathogen Regulatory Text)* disponible a través de su oficina de BAYADA o en Internet en: <https://www.osha.gov/laws-regs/regulations/standardnumber/1910/1910.1030>.
- Solicite un folleto de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) *titulado Exposición a la sangre: todo lo que los trabajadores del cuidado la salud deben saber (Exposure to Blood: What Health Care Personnel Need to Know)* disponible a través de su oficina de BAYADA o en el sitio web de los CDC: [http://www.cdc.gov/HAI/pdfs/bbp/Exp\\_to\\_Blood.pdf](http://www.cdc.gov/HAI/pdfs/bbp/Exp_to_Blood.pdf).

¿SABE...?



### ¿...cómo prevenir las exposiciones relacionadas con el trabajo?

- Use una buena higiene de manos.
- Use las precauciones estándar (selección, colocación y retirada apropiada del EPP).
- Use las precauciones basadas en la transmisión cuando se le indique.
- Identifique y maneje de forma segura los materiales peligrosos.
- Identifique y comunique a su supervisor cualquier situación que no sea segura (como un cliente que es agresivo o agujas no desechadas correctamente).

# PATÓGENOS TRANSMITIDOS POR SANGRE

Los trabajadores del cuidado de la salud tienen riesgo de estar expuestos a patógenos transmitidos por sangre, como los de la hepatitis B, la hepatitis C y el VIH. Estos patógenos se pueden transmitir a través de un pinchazo con agujas, una mordedura de una persona y cuando la sangre y los fluidos corporales infectados entran en contacto con los ojos, la nariz, la boca y con piel lesionada.

## VIRUS DE LA HEPATITIS B (VHB)

### ¿Qué es el virus de la hepatitis B?

El virus de la hepatitis B puede causar una enfermedad aguda y crónica del hígado que puede provocar insuficiencia hepática e incluso la muerte.

### ¿Cómo se transmite la hepatitis B?

- El VHB se transmite a través de la exposición a sangre y otros tejidos o fluidos corporales de una persona infectada.
- El VHB puede sobrevivir durante siete días en superficies del ambiente y puede causar infección; **todos los derrames de sangre, incluida la sangre seca, se deben limpiar con una solución de lejía 1:10.**

### ¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas incluyen fiebre, ictericia, fatiga, dolor abdominal, náuseas, vómitos, falta de apetito, dolor en articulaciones, orina oscura y deposiciones de color arcilla (estos síntomas duran varias semanas y pueden persistir hasta durante seis meses).

### ¿Los síntomas se producen inmediatamente después de la exposición?

Los signos y síntomas de una infección aguda se presentan 90 días después de la exposición. Varían según la edad; entre el 30 y el 50 por ciento de las personas mayores de cinco años presentan signos y síntomas iniciales, mientras que los niños de menos de cinco años y los adultos inmunodeprimidos son asintomáticos.

### ¿Cómo se puede prevenir la hepatitis B?

- Vacúnese. BAYADA ofrece la vacuna de la hepatitis B en forma gratuita.
- Para evitar exposiciones relacionadas con el trabajo, los trabajadores del cuidado de la salud en el hogar deben **seguir las precauciones estándar al prestar servicios a todos los clientes** y las prácticas seguras que se indican en las páginas 13, 14 y 15 de esta guía.
- El tratamiento temprano (preferentemente dentro de las 24 horas) después de la exposición puede prevenir la infección de manera eficaz.

### ¿Cuál es el tratamiento para la hepatitis B?

- No existen medicamentos para tratar la infección aguda y el tratamiento es de apoyo.
- Para las infecciones crónicas, hay varios medicamentos antivirales disponibles.

¿SABE...?



### ¿...la mejor manera de prevenir la hepatitis B?

La mejor forma en que un trabajador de cuidados de la salud en el hogar puede protegerse es vacunándose contra la hepatitis B.

### ¿Qué debo saber sobre la vacuna contra la hepatitis B?

- BAYADA proporciona gratuitamente una serie de tres inyecciones contra el VHB a todos sus empleados activos que puedan estar expuestos a sangre u otros materiales potencialmente infecciosos del cliente como parte de sus actividades de trabajo habituales.
- Esta vacuna es un producto no infeccioso, hecho a base de levaduras, que se inyecta directamente en el brazo.
- No hay ningún riesgo de contaminación ni posibilidad de contraer el VHB por recibir estas inyecciones.
- Existen servicios de asesoramiento disponibles que puede utilizar antes de tomar una decisión respecto de vacunarse.
- Independientemente de cuál sea su decisión, usted deberá llenar un formulario para ratificar su decisión.
- Incluso si inicialmente se niega a recibir la vacuna, puede cambiar de opinión en cualquier momento y, en ese caso, BAYADA cubrirá el costo de la vacuna.

**La hepatitis B no se propaga a través de alimentos, agua, compartir utensilios para comer, dar abrazos, besos, apretones de manos, toser ni estornudar.**

## VIRUS DE LA HEPATITIS C (VHC)

### ¿Qué es el virus de la hepatitis C?

La hepatitis C es la infección crónica transmitida por sangre más frecuente en los Estados Unidos. Más de la mitad de las personas que se infectan con el virus de la hepatitis C desarrollarán una infección crónica. Al igual que la hepatitis B, puede causar una enfermedad del hígado que puede provocar insuficiencia hepática y la muerte. Es la principal causa de trasplante de hígado.

### ¿Cómo se transmite la hepatitis C?

- El VHC se transmite por el contacto con la sangre y otros tejidos o fluidos corporales de una persona infectada.
- El VHC no se propaga a través de alimentos, agua, compartir utensilios para comer, dar abrazos, besos, apretones de manos, toser ni estornudar.

### ¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas incluyen: fatiga, dolor abdominal, dolor articular, fiebre, orina oscura, náuseas, vómitos, falta de apetito, deposiciones de color arcilla e ictericia. Estos síntomas generalmente son leves y no hacen necesaria una visita a un profesional de atención médica.

### ¿Los síntomas se producen inmediatamente después de la exposición?

- Solamente del 20 al 30 por ciento de las personas recientemente infectadas por el VHC desarrollan síntomas.
- El lapso desde la exposición hasta la aparición de los síntomas (período de incubación) es de 2 a 12 semanas.
- La mayoría de las personas con infección por VHC crónica no presentan síntomas durante muchos años (durante ese período, el virus daña activamente la función hepática).

### ¿Cuál es el tratamiento para la hepatitis C?

- La terapia farmacológica combinada con interferón y ribavirina ha sido durante muchos años la única elección de tratamiento para la hepatitis C crónica. En 2013 se aprobaron dos nuevos medicamentos para el tratamiento de la hepatitis C. Estos medicamentos son sofosbuvir y simeprevir. Desde el año 2013, la FDA sigue aprobando nuevos medicamentos y combinaciones de medicamentos. Actualmente, más del 90 por ciento de las personas infectadas por el VHC se pueden curar con un tratamiento de 8 a 12 semanas.

### ¿...no existe ninguna vacuna para prevenir la infección de la hepatitis C?

Las infecciones nuevas del virus de la hepatitis C no siempre requieren tratamiento, ya que la respuesta inmunitaria de algunas personas eliminará la infección. Sin embargo, cuando la infección se convierte en crónica, se necesita un tratamiento. La Organización Mundial de la Salud recomienda tratamiento con antivirales de acción directa (AAD) pangenotípicos para todos los adultos, adolescentes y niños mayores de 3 años que tengan infección crónica por hepatitis C. Los AAD pueden curar a la mayoría de las personas con infección por el virus de la hepatitis C, y la duración del tratamiento es corta (generalmente de 12 a 24 semanas). El régimen de AAD más utilizado y de bajo costo es sofosbuvir y daclatasvir.

¿SABE...?



Su cliente que está confundido y molesto le muerde el brazo, haciéndole sangrar.

### ¿Qué debe hacer?

Lávese de inmediato el brazo con agua y jabón, comunique el incidente a su supervisor y vaya al centro de salud ocupacional que su oficina le indique para que le realicen un seguimiento y análisis. La hepatitis B y C se puede transmitir por mordeduras del cliente, así como el tétanos, el herpes simple y otras enfermedades infecciosas.

¿SABE...?



# DATOS ACERCA DEL VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA (VIH) Y LA CONFIDENCIALIDAD

El VIH es el virus que causa el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida), una enfermedad que ataca y destruye el sistema inmunitario que es necesario para que las personas combatan las enfermedades.

## ¿Cómo se transmite el VIH?

- El VIH se transmite por el contacto con la sangre y otros tejidos o fluidos corporales de una persona infectada.
- Las formas más comunes de transmisión del VIH de una persona a otra son el sexo anal o vaginal con una persona infectada; compartir equipos para la inyección de drogas con una persona infectada con VIH; y durante el embarazo, el nacimiento o el amamentamiento de una madre infectada a su hijo.
- Aunque poco frecuentes, otras vías de transmisión incluyen pinchazos con agujas, trasplante de órganos y tejidos (muy poco frecuente debido al análisis del suministro de sangre en los Estados Unidos), prácticas dentales o médicas insalubres, mordeduras humanas, exposición de la piel abierta o las membranas mucosas a sangre o fluidos corporales, besos profundos y tatuajes o perforaciones corporales.

**SABE QUE**.....el VIH no se transmite por aire, agua, insectos (incluso mosquitos), saliva, lágrimas, sudor, apretón de manos, abrazos, compartir platos, dar besos con la boca cerrada (beso "social"), ni en los asientos del inodoro.

## ¿Cuáles son los síntomas?

- Algunas personas tienen síntomas parecidos a los de gripe que duran una semana o dos después de algunas semanas de haberse infectado con el virus del VIH y otras no presentan ningún síntoma (es posible que las personas infectadas con VIH tengan aspecto saludable y se sientan sanas durante varios años).
- Si no se trata, la infección del VIH eventualmente puede conducir a la aparición de la enfermedad del SIDA.

## ¿Cómo se puede prevenir el VIH?

Para evitar exposiciones relacionadas con el trabajo, los trabajadores del cuidado de la salud en el hogar **deben seguir las precauciones estándar al prestar servicios a todos los clientes** y las prácticas seguras que se indican en las páginas 13, 14 y 15 de esta guía.

- No existe ninguna vacuna para prevenir la infección del VIH.
- Las personas con un riesgo alto de exposición al VIH (en una relación con una pareja VIH positiva, inyección de drogas ilegales) pueden tomar una pastilla todos los días para evitar el contagio del virus si la persona está expuesta.
- Se ofrece tratamiento profiláctico posterior a la exposición (PPE) cuando una persona tiene una exposición conocida a una persona positiva para el VIH.

Se debe iniciar en las 72 horas posteriores a la exposición.

## ¿Cuál es el tratamiento para el VIH?

- La infección del VIH no tiene cura; sin embargo, con el tratamiento y la atención médica adecuada, el VIH se puede controlar.
- El tratamiento temprano con medicamentos para la infección del VIH puede limitar y reducir la destrucción del sistema inmunitario, mejorar la salud de las personas que viven con VIH y reducir su capacidad para transmitir el virus.

## Datos acerca de la confidencialidad en relación con el VIH

- La confidencialidad consiste en la protección de la información que cualquier individuo o institución haya compartido en una relación de confianza.
- Existen leyes federales y estatales para proteger la privacidad de aquellas personas con VIH o SIDA.
- La información protegida incluye análisis de VIH; resultado de los análisis de VIH, incluso si es negativo; infección con VIH o enfermedad relacionada con el VIH o SIDA; enfermedades relacionadas con el VIH; medicamentos específicos para el VIH; contactos con alguna persona con VIH (como pareja sexual, cónyuge o compartir agujas).
- Cada estado tiene leyes específicas en relación con los requisitos de consentimiento asociados con la prueba del VIH. El siguiente sitio web describe estas leyes sobre la prueba en cada estado: <https://www.cdc.gov/hiv/policies/law/states/index.html>.
- El diagnóstico de VIH de un cliente es confidencial y solo debe compartirse con los empleados que atiendan al cliente cuando sea necesario conocer esta información para prestar servicios de atención.
- El diagnóstico de VIH de un cliente nunca debe darse a conocer a otros integrantes de la familia ni incluirse en documentos que las visitas puedan leer.
- Si no está seguro si la información es confidencial, pregunte a su supervisor o a su director.

**Recuerde:** Si bien existen leyes para velar por el cumplimiento de la protección de la confidencialidad en relación con el VIH, preservar la confidencialidad de un cliente también es parte de la visión de BAYADA de ser el equipo de profesionales del cuidado de la salud en el hogar más compasivo y digno de confianza del mundo. Cuando use el correo electrónico para comunicar información médica protegida, envíe los mensajes por correo electrónico de forma segura escribiendo la palabra clave **bayadasecure** en la línea de asunto.

# MORDEDURAS DE SERES HUMANOS

La saliva humana contiene hasta 50 tipos diferentes de bacterias. Las mordeduras de seres humanos pueden llegar a causar una infección grave en las articulaciones o una infección por patógenos de transmisión hemática (virus de la inmunodeficiencia humana [VIH], virus de la hepatitis B y C). La American Academy for Orthopedic Surgeons (Academia Estadounidense de Cirujanos Ortopedistas) indica que «1/3 de todas las infecciones en las manos están causadas por heridas provocadas por mordeduras de seres humanos».

Es importante limpiar de inmediato la herida de una mordedura con agua y jabón y recibir atención médica. Nunca se meta la zona de la mordedura en la boca. Esto puede aumentar el riesgo de infección. Deberá indicarle al profesional médico que le evalúe la mordedura si está al día con la vacuna del tétanos.

Los signos y síntomas de infección incluyen:

- Calor alrededor de la herida provocada por la mordedura.
- Hinchazón.
- Dolor.
- Pus o supuración en la zona de la mordedura.

**Las mordeduras de seres humanos se pueden evitar sabiendo cómo reconocer el riesgo y estando alerta.**

## Consejos para prevenir mordeduras y así reducir el riesgo de que le muerdan

- Conozca quién tiene antecedentes de mordeduras.
- Reconozca las actividades que desencadenan el comportamiento de morder e intente evitarlas.
- Reconozca los signos de que una persona va a morderle y apártese para que no lo haga.

## Consejos para reducir el riesgo de lesión si le muerden

- Tenga en cuenta que si le muerden, la persona eventualmente le soltará.
- Es importante que resista la tentación de tirar ya que esto aumentará la gravedad de la lesión.

**Asegúrese de informar cualquier mordida humana a su oficina.**



## Importante Realidad:

**Una mordedura de ser humano se considera una doble exposición a patógenos de transmisión hemática.**

Cuando un cliente muerde a un empleado, la sangre y los líquidos corporales del cliente pueden entrar al empleado por la zona de la mordida. Al mismo tiempo, cuando un cliente rompe la piel del empleado, la sangre y los líquidos corporales del empleado entran en la boca del cliente.

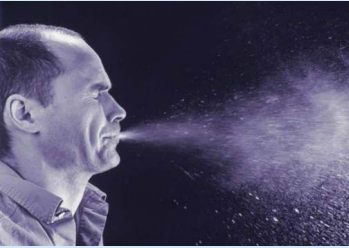
Esto se llama una doble exposición a patógenos de transmisión hemática, ya que tanto el empleado como el cliente están expuestos a la sangre y los fluidos corporales del otro.



# TUBERCULOSIS

## ¿Qué es la tuberculosis (TB)?

La tuberculosis es una enfermedad de transmisión aérea. Las enfermedades de transmisión aérea implican la liberación de pequeñas gotitas al aire que permanecen suspendidas durante largo tiempo, lo que puede hacer que otra persona las inhale de forma fácil.



## ¿Cómo se transmite la TB?

Se transmite de persona a persona por la respiración de diminutas gotas que quedan suspendidas en el aire después de que una persona infectada libera gotas infectadas al toser, estornudar, hablar o cantar. Generalmente afecta los pulmones, aunque también puede propagarse a otras partes del cuerpo, como el cerebro, los riñones y la médula espinal.

## ¿Quién está en riesgo de contraer TB?

- Las personas que comparten con una persona infectada un espacio donde respiran el mismo aire tienen un mayor riesgo de contagio de la TB; este grupo incluye a los integrantes de la familia, amigos, compañeros de trabajo y trabajadores del cuidado de la salud.
- Las personas que tienen el mayor riesgo de contraer tuberculosis son las personas sin hogar que viven en la calle, las personas de otros países en los que existe una epidemia de tuberculosis no controlada, residentes en centro de enfermería, prisioneros, alcohólicos, consumidores de drogas intravenosas, personas con diabetes, cáncer o VIH.

## ¿Cuáles son los síntomas de la TB?

- Los síntomas incluyen fiebre, sudoración nocturna, fatiga, escalofríos, tos durante tres semanas, dolor en el pecho, tos con sangre, pérdida del apetito y pérdida inexplicable de peso.
- Otros síntomas dependen de la parte del cuerpo afectada.
- Es importante reconocer los síntomas de la TB e informar inmediatamente a su supervisor cuando se presenten.



Respirador N95 aprobado por NIOSH

## ¿Cómo puedo evitar contraer la TB?

- Si le piden que trabaje con clientes con TB pulmonar activa u otra enfermedad de transmisión aérea, se le proporcionará un respirador N95 aprobado por el Instituto Nacional para la Salud y Seguridad Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés) antes de la asignación y después de los procedimientos de prueba de ajuste requeridos.

## ¿Por qué no puedo utilizar una máscara quirúrgica común?

Una máscara quirúrgica común no es efectiva para la protección necesaria de una persona al inhalar las diminutas gotas asociadas con la TB u otras enfermedades de transmisión aérea.

## ¿Cuándo debo completar la prueba de detección de tuberculosis?

La evaluación se iniciará después de la oferta de contratación condicional y debe completarse antes de ingresar a la casa de un cliente o brindar atención al cliente.

## ¿Cuáles son los tipos de pruebas de tuberculosis?

Los dos tipos de pruebas de tuberculosis que se proporcionan son la prueba cutánea de tuberculina (TST/prueba de Mantoux) o un análisis de sangre (prueba QuantiFeron TB Gold [QFT]).



## ¿...por qué BAYADA realiza la prueba de detección de la infección de TB a nuestros empleados?

Los trabajadores del cuidado de la salud en el hogar tienen riesgo de contraer TB. Cuidan de clientes enfermos y no todos los clientes que tienen TB lo saben. La prueba de detección de la infección de TB le ayuda a protegerse al comprobar si está infectado con el germen que causa la TB para que pueda recibir tratamiento y evitar contraer la enfermedad de la TB. Esta prueba de detección también protege a su familia y a nuestros clientes de la exposición a la TB.

### Si se realiza la prueba de TST/Mantoux, a continuación es lo que debe esperar que suceda:

- 1 Se introduce una pequeña aguja en la cara anterior del antebrazo debajo de la piel. Luego, se inyecta una sustancia de prueba (conocida como tuberculina).
- 2 Un profesional de atención médica (un médico o personal de enfermería) examinará el lugar de la inyección en **48 a 72 horas** después de la prueba.
- 3 Si presenta una reacción a la prueba cutánea, aparecerá una protuberancia dura, con o sin enrojecimiento. Lo que se medirá es la protuberancia, no el enrojecimiento. Si la dimensión es menor a un determinado tamaño, la prueba se considera negativa.
- 4 Una prueba cutánea negativa generalmente significa que la persona no está infectada con la bacteria de la TB. No obstante, existe un riesgo mínimo de que el resultado sea un falso negativo. Esto ocurre generalmente con una persona que tiene el sistema inmunitario debilitado o que ha estado expuesta recientemente a la enfermedad de la TB. Para que se pueda detectar un resultado positivo en la prueba es posible que tengan que pasar entre 2 a 10 semanas después de la exposición de una persona.

### Si se realiza la prueba sanguínea QFT, sucederá lo siguiente:

- 1 Deberá acudir a un laboratorio donde le extraerán una pequeña cantidad de sangre con una aguja.
- 2 Los resultados de la prueba estarán listos entre 3 y 5 días después de la extracción de sangre.
- 3 Un resultado negativo de la prueba generalmente significa que la persona no está infectada con el germen de la TB. No obstante, existe un riesgo mínimo de que el resultado sea un falso negativo. Esto ocurre generalmente con una persona que ha estado expuesta recientemente a la enfermedad de la TB. Para que se pueda detectar un resultado positivo en la prueba es posible que tengan que pasar entre 2 a 10 semanas después de la exposición de una persona.

### ¿Qué sucede si el resultado de la prueba de detección de la TB (TST o QFT) es positivo?

- Si alguna prueba de detección de tuberculosis es positiva, el empleado debe ser evaluado médicamente por un proveedor/médico contratado por BAYADA o por el proveedor/médico personal del empleado para seguimiento. El proveedor médico recomendará los siguientes pasos después de la evaluación, que probablemente incluirán una radiografía de tórax.
- BAYADA asume toda responsabilidad financiera por la prueba de detección de tuberculosis y cualquier otra prueba adicional (incluyendo muestra de esputo y radiografía) que sea necesaria para confirmar un diagnóstico de tuberculosis para nuestros empleados activos después de una prueba de tuberculosis positiva.
- BAYADA es financieramente responsable del seguimiento médico y el tratamiento de los empleados activos con exposición a la tuberculosis ocupacional, incluida la conversión a la enfermedad de tuberculosis activa.

### Tuberculosis latente

Los empleados con tuberculosis latente (LTBI, en inglés) recibirán educación sobre la LTBI y opciones de tratamiento por parte de los CDC.

¿SABE...?



¿...que si bien una reacción positiva en la piel (protuberancia dura) o un resultado positivo en la prueba sanguínea QFT significa que la persona ha sido infectada con la bacteria de la TB (TB latente), eso no necesariamente significa que la persona tenga la enfermedad en su forma activa? Se requerirán más exámenes para confirmar una TB activa.

¿SABE...?



Qué pasa si su cliente le dice que su hija que vive en la casa está en el hospital con TB.

**¿Qué debe hacer?** Llame de inmediato a la oficina para informar a su supervisor clínico.

## Siga las reglas de etiqueta para la tos de los CDC.

Recuerde a sus clientes que sigan las instrucciones indicadas a continuación para prevenir la propagación de la gripe y otras infecciones respiratorias:

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude.
- Si no tiene un pañuelo desechable, estornude o tosa cubriéndose con la parte superior de la manga, no en sus manos.
- Tire a la basura los pañuelos desechables inmediatamente después de usarlos.
- Realice una higiene de manos cada vez que estornude o tosa.



No toque la

## zona T

La zona T es la zona de las mucosas de los ojos, la nariz y la boca en donde los gérmenes pueden ingresar fácilmente.



## GRUPE ESTACIONAL

### ¿Qué es la influenza (gripe)?

La influenza (gripe) es una enfermedad viral respiratoria que se propaga por gotas. Las enfermedades transmitidas por gotas implican gotas más grandes que permanecen en el aire durante un corto tiempo. Estas gotas luego caen y se depositan en superficies y objetos que quedan contaminados.

### ¿Cómo se transmite?

- La gripe se propaga de persona a persona a través de gotas expulsadas desde el aparato respiratorio al toser y al estornudar, y al tocarse la boca o la nariz después de tener contacto con áreas contaminadas con el virus.
- El período de contagio comienza **un día antes** de que aparezcan los síntomas, de cinco a **siete** días a partir del comienzo de los síntomas..

### ¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, dolor de cabeza, cansancio extremo, tos seca, dolor de garganta, secreción nasal y dolores musculares.
- Las complicaciones de la gripe incluyen neumonía bacteriana, deshidratación y empeoramiento de los problemas de salud crónicos.

### ¿Cómo se puede prevenir?

- La mejor manera de protegerse contra la gripe es vacunándose cada otoño contra la gripe.
- Los empleados que cuidan a un cliente con gripe deben seguir **las precauciones estándar y las precauciones para evitar la transmisión por gotas.**

### ¿...cómo seguir las precauciones para la transmisión por gotas?

Las precauciones para evitar la transmisión por gotas incluyen:

- El uso de una máscara quirúrgica cuando se está a una distancia menor a **seis pies** del cliente.
- El uso de guantes cuando entre en contacto con cualquier secreción o con artículos contaminados con secreciones tales como pañuelos desechables y ropa de cama.
- El cumplimiento de excelentes prácticas de higiene de manos.



## ENFERMEDAD DEL EMPLEADO

Muchos de los clientes de BAYADA son propensos a las infecciones y, una vez que se producen, tienen una menor capacidad para combatirlos.

- Informe a su oficina **tan pronto como sea posible** si sospecha que tiene una enfermedad infecciosa o contagiosa, si presenta signos y síntomas de alguna enfermedad infecciosa o contagiosa o si su médico confirma que tiene una enfermedad infecciosa o contagiosa. Su supervisor le indicará si es seguro que trabaje con los clientes.
- Si está enfermo o si ha estado expuesto a una persona con una enfermedad contagiosa, informe a su oficina **a la mayor brevedad posible**. Para cuando los signos y síntomas de algunas enfermedades contagiosas se manifiesten, otras personas ya pueden haber estado expuestas.
- No acuda al trabajo si está enfermo (con vómitos, diarrea, fiebre, tos, erupción de origen desconocido, ampollas, lesiones en la piel, comezón, lagrimeo, etc.) ya que pondrá a nuestros clientes en riesgo de infección. Llame a su supervisor para solicitar orientación.
- Algunas veces, puede trabajar con equipo de protección personal (EPP) adicional para mantener a nuestros clientes seguros, pero a veces es mejor que no trabaje con los clientes. **Nunca** cuide de clientes ni les prepare comida cuando tenga diarrea.

## Algunas enfermedades contagiosas frecuentes incluyen:

**Diarrea por C diff** (*clostridium difficile*)

**Resfriado común o infección respiratoria aguda**

**Enrojecimiento de ojos** (conjuntivitis)

**Eritema infeccioso** (*parvovirus B19*)

**Infecciones gastrointestinales**  
(el norovirus, infección por salmonela)

**Hepatitis A**

**Herpes labial** (herpes simple)

**Culebrilla** (herpes zóster)

**Impétigo**

**Gripe** (influenza)

**Sarampión** (rubeóla)

**Meningitis**

**Paperas**

**MRSA** (estafilococo aureus resistente a metilina)

**Piojos** (pediculosis)

**Tos convulsiva** (tosferina)

**Rabia**

**Tiña**

**Rubéola**

**Sarna**

**Infección por estreptococos**

**TB** (tuberculosis)

**Varicela**

**COVID-19**

**Virus respiratorio sincitial (VRS)**

**Mpox (viruela de los monos)**



¿...que una persona con varicela es contagiosa uno o dos días antes de que aparezca la erupción cutánea y continúa siendo contagiosa hasta que todas las ampollas hayan formado costra?

¿...el virus del resfriado común o una infección respiratoria leve transmitida a un cliente por un trabajador del cuidado de la salud en el hogar puede hacer que algunos clientes se enfermen tanto que terminen en el hospital?

## COVID-19

La COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por el SARS-CoV-2, un tipo de coronavirus descubierto en 2019. El virus se propaga principalmente de persona a persona a través de gotículas respiratorias y pequeñas partículas que se producen cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. El virus se propaga con facilidad en lugares cerrados donde hay mucha gente o poca ventilación.

**Fuente:** <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/about-covid-19.html>

### Transmisión

La COVID-19 se propaga cuando una persona infectada respira gotículas y partículas muy pequeñas que contienen el virus. Estas gotículas y partículas las pueden respirar otras personas o les caen en sus ojos, nariz o boca. En algunas circunstancias, pueden contaminar las superficies que toque.

**Fuente:** <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/about-covid-19.html>

### Síntomas

Las personas con COVID-19 han informado una amplia gama de síntomas, que van desde síntomas leves hasta enfermedad severa. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. La persona puede desde síntomas leves a síntomas severos.

#### Entre los posibles síntomas se incluyen:

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolor muscular o corporal

- Dolor de cabeza
- Pérdida del sentido del gusto o del olfato de reciente aparición
- Dolor de garganta
- Congestión o goteo nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

**Fuente:** <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>

### Prevención

Además de las prácticas de higiene y salud básicas, como el **lavado de manos**, los CDC recomiendan algunas acciones de prevención en todas las comunidades, independientemente de los niveles de COVID-19, que incluyen:

- Estar al día con las vacunas contra la COVID-19
- Mejorar la ventilación
- Hacerse la prueba de la COVID-19, si fuera necesario
- Seguir las recomendaciones sobre qué hacer si usted ha estado expuesto
- Quedarse en casa si usted sospecha o se ha confirmado que tiene COVID-19
- Buscar tratamiento si tiene COVID-19 y si está en alto riesgo de enfermarse gravemente
- Analizar con el equipo de su oficina los protocolos de vuelta al trabajo y los requisitos sobre el equipo de protección personal (EPP) de BAYADA.

## REFERENCIAS

Center for Disease Control and Prevention (CDC) Diseases listed from A–Z  
<http://www.cdc.gov/az/>

Center for Disease Control and Prevention (CDC) Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings. (2002). Morbidity and Mortality Weekly Report (Vol 51, No. RR-16)  
<https://www.cdc.gov/mmwr/pdf/rr/rr5116.pdf>

Center for Disease Control and Prevention (CDC) PPE sequence  
<https://www.cdc.gov/hai/pdfs/ppe/ppe-sequence.pdf>

Occupational Safety and Health Administration. (2012). Occupational safety and health standards: Bloodborne Pathogens (Standard No. 1910.130).  
[https://www.osha.gov/pls/oshaweb/owadisp.show\\_document?p\\_table=standards&p\\_id=10051](https://www.osha.gov/pls/oshaweb/owadisp.show_document?p_table=standards&p_id=10051)

CDC Guideline for Isolation Precautions: Preventing Transmission of Infectious Agents in Healthcare Settings (2007) <https://www.cdc.gov/hicpac/pdf/isolation/isolation2007.pdf>

CDC Guideline for Disinfection and Sterilization in Healthcare Settings, 2008  
<https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/index.html>

EPA-Selected EPA registered Disinfectants  
<https://www.epa.gov/pesticide-registration/selected-epa-registered-disinfectants>

The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) Latex Allergy, A Prevention Guide.  
<https://www.cdc.gov/niosh/docs/98-113/default.html>

CDC Latex Allergy, A Prevention Guide <https://www.cdc.gov/niosh/docs/98-113/default.html>

CDC Guidelines for Preventing the Transmission of Mycobacterium tuberculosis in Health-Care Settings, 2005 <https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5417a1.htm>

Association of Occupational Health Professionals in Healthcare <https://aohp.org/aohp/Portals/0/Documents/MemberServices/templateandform/WR4CD-HCW.pdf>

CDC Guideline for Infection Control in Health Care Personnel  
<https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/healthcare-personnel/index.html>

Coughing and Sneezing | CDC  
<https://www.cdc.gov/hygiene/personal-hygiene/coughing-sneezing.html>

APIC Infection Control in Home Care and Hospice, 2nd edition, 2006  
Emily Rhinehart and Mary McGoldrick

Henry the Hand <http://www.henrythehand.com/>

HIV Post-Exposure Prophylaxis <https://www.cdc.gov/hiv/risk/pep/index.html>

HIV Pre-Exposure Prophylaxis <https://www.cdc.gov/hiv/risk/prep/index.html>

### Recuerde:

La mejor manera de controlar la propagación de las enfermedades es la prevención. Puede cortar la cadena de transmisión mediante buenas prácticas de higiene de manos, precauciones estándar, precauciones basadas en la transmisión, la técnica de la bolsa y el manejo y desecho seguros de los residuos peligrosos.



The **BAYADA** Way®

## Excelencia

*Proporcionamos servicios de cuidado de la salud en el hogar a nuestros clientes con las más elevadas normas profesionales, éticas y de seguridad.*

- *Demostamos a cada paso el más alto nivel de capacitación, competencia y criterio en el desempeño de nuestra tarea.*
- *Mejoramos constantemente nuestro trabajo a través de la evaluación, la educación y la capacitación.*

Leer y comprender los estándares indicados en *Cómo mantenerse sano: Una Guía para el control de las infecciones* es un requisito **obligatorio** para los empleados de BAYADA Home Health Care. Llevar a cabo correctamente las prácticas de prevención de infecciones es esencial para brindar la *más alta calidad del cuidado de la salud en el hogar* y protegerá su salud y la de sus clientes.



**La higiene de las manos salva vidas**

Permiso para la reimpresión de este material: Por ser un servicio público, BAYADA Home Health Care se complace en autorizar la reproducción o la reimpresión completas del material titulado *Cómo mantenerse sano*. En las reimpresiones debe citarse BAYADA Home Health Care como la fuente y debe incluirse el siguiente texto de agradecimiento en cada página: "Reimpresión cortesía de BAYADA Home Health Care".



Lectura obligatoria para su seguridad y la de sus clientes  
Edición para asistentes de salud en el hogar, asistentes para las tareas del hogar, técnicos  
en habilitación, acompañantes y voluntarios no certificados para cuidados paliativos

# *Cómo mantenerse* **SANO**

Una guía para la prevención de las infecciones



**BAYADA**<sup>®</sup>

Home Health Care

¿Desea leer esta guía en Internet? Visite [bayada.com/staying-healthy.asp](https://www.bayada.com/staying-healthy.asp).

Comuníquese con su supervisor clínico si tiene alguna pregunta sobre el contenido de esta guía o si desea recibir copias de cualquiera de las políticas.