

# An Important Update from the Infection Prevention Team

## Una actualización importante del Equipo de Prevención de Infecciones

Consejos para una utilización más confortable de equipo de protección personal (PPE) a partir del 8/11/20<sup>+</sup>

Para mantener a nuestros empleados seguros y proveer cuidados a nuestros clientes con los estándares profesionales, éticos y de seguridad más altos, todo el personal clínico de BAYADA debe utilizar equipo de protección personal (PPE) durante todas las interacciones con clientes. Entendemos que su equipo de protección personal requerido puede estarle causando incomodidades, por eso creamos una lista con los siguientes consejos para ayudarle a sentirse lo más cómodo posible mientras utilice su PPE.

### Escudos faciales y gafas de protección

Ambos requieren limpieza y desinfección apropiada entre usos. Por favor revise la [Herramienta de reprocesamiento de protección ocular](#) para más información.



- **Impedimento visual:** Remueva la capa protectora finita del escudo facial antes de usarlo la primera vez.
- **Soltura:** envuelva bandas elásticas descartables o ligas de cabello elásticas en los costados azules del escudo facial para que le quede más ajustado.
- **Neblina:** aplique una gota de detergente y frótelas en ambos lados de la superficie antes de enjuagarlo. Luego de que las superficies se sequen al aire, el jabón deja un surfactante en la superficie que previene la neblina. Algunas personas han reportado éxito con la utilización de pasta dental, crema de afeitar, champú de bebé, y Rain-X como métodos anti-neblina.
- **Dolores de cabeza:** sea intencional acerca de su hidratación y consuma su cantidad típica de caféina. Ponga un recordatorio en su teléfono, o elija intervalos específicos de tiempo (por ejemplo, las horas impares), para tomar agua. La banda de su escudo facial debe quedarle segura sin estar muy apretada, lo que potencialmente podría causar dolores de cabeza.
- **Mareos:** si utiliza lentes progresivos, mueva sus ojos, no su nariz o su cabeza.
- **Recalentamiento:** lleve bebidas frescas con usted (por ejemplo, utilice una heladera portátil). Tómese descansos más frecuentes para remover su protección ocular de manera segura y refrescarse (por ejemplo, en el aire acondicionado de la casa del cliente o en su auto).

### Mascarillas

- **Respiración superficial:** practique respiración consciente y recuerde tomarse descansos periódicamente para respirar profundamente.
- **Problemas de la piel:** considere no utilizar maquillaje debajo de su mascarilla. Cambie su mascarilla más a menudo, especialmente si se ensucia. Hable con su dermatólogo o doctor primario sobre sus preocupaciones específicas de la piel. Cuando utilice una mascarilla de comodidad (en la oficina o en la comunidad cuando no esté cuidando al paciente), considere utilizar una mascarilla de algodón.
- **Recalentamiento:** tómese descansos más frecuentes para removerse la mascarilla y considere cambiarse la mascarilla más a menudo. Mantenerse el cabello recogido y utilizar vinchas refrescantes también puede ayudarle a ganarle al calor. Asegúrese de mantenerse hidratado/a.



- **Dolores de cabeza:** sea intencional acerca de su hidratación y consuma su cantidad típica de cafeína. Ponga un recordatorio en su teléfono, o elija intervalos específicos de tiempo (por ejemplo, las horas impares), para tomar agua.
- **Soltura:** haga un nudo en las tiras de la oreja o gírelas para ajustar la mascarilla.