

**Guía de Recomendaciones Básicas para aplicar en
RESIDENCIAS DE CORTA Y LARGA ESTADIA Y CENTROS DE DIA PARA
PERSONAS MAYORES DE LA PROVINCIA DE LA PAMPA.**

FECHA ELABORACIÓN: 13/05/2020

Protocolo sujeto a revisión permanente teniendo en cuenta situación epidemiológica de la pandemia por COVID-19

RECOMENDACIONES PARA RESIDENCIAS DE CORTA Y LARGA ESTADÍA Y CENTROS DE DÍA PARA PERSONAS MAYORES

Las siguientes recomendaciones de prevención y control de la infección se basan en el escenario actual teniendo en cuenta que el objetivo principal es la protección del grupo de población más vulnerable de la infección por COVID-19.

Por qué las personas mayores son un grupo de riesgo:

- La edad es un factor de riesgo. Los residentes, en su mayoría, superan los 60 años. Por lo tanto, forman parte de los grupos de riesgo de COVID-19.
- Muchos además presentan comorbilidades (enfermedad cardiovascular, enfermedad respiratoria crónica y diabetes, entre otras) como factor de riesgo para formas graves de COVID-19.
- Tienen contacto estrecho con otras personas (sus cuidadores) y otros convivientes.
- Suelen pasar mucho tiempo en entornos cerrados y con población igualmente vulnerable.
- Un gran porcentaje se encuentran inmovilizados, en sillas de rueda o con dificultad para desplazarse.

Qué deben hacer las autoridades y el equipo de salud de las residencias de personas mayores:

- Disponer de planes de acción y contingencia adaptados a las características de cada centro garantizando la implementación de medidas de prevención y de respuesta ante casos sospechosos o confirmados de COVID-19.
- Si se detecta un caso positivo se deberá designar en el centro un área diferenciada para residentes con y sin infección con el objetivo de disminuir el riesgo de que se genere un brote en la residencia como así también establecer el mecanismo de estudio y seguimiento de sus contactos estrechos.
- Garantizar los elementos de protección personal (EPP) según normativas vigentes del Ministerio de Salud de la provincia y capacitar al personal sobre medidas de bioseguridad.
- Garantizar insumos básicos como jabón, pañuelos descartables, alcohol en gel y bolsas para eliminación de residuos patógenos a los residentes y el personal. Los productos de limpieza deben ser los validados según normativas vigentes.
- Dar licencia al personal con síntomas respiratorios o fiebre.
- Informar en forma fehaciente a todos los familiares, visitantes, usuarios y proveedores sobre las medidas preventivas y las restricciones.
- Instalar dispensadores de alcohol en gel para residentes (idealmente tanto dentro como fuera de la habitación).
- Colocar carteles informativos sobre higiene de manos e higiene respiratoria en la entrada de los centros, en salas de espera o recepciones.
- Realizar actividades para la educación sanitaria a los residentes, trabajadores y familiares.

- Reforzar la vacunación de acuerdo al calendario nacional, principalmente antigripal y antineumococcica, de los trabajadores y los residentes
- Suspender todas las visitas, las salidas de la residencia, salvo excepciones para deambulación inevitable.
- Dentro de lo posible, clausurar las zonas comunes para disminuir al máximo la interacción entre los residentes, pudiendo plantearse como alternativa la organización de turnos que permita mantener una distancia de seguridad entre los residentes de 2 metros y con una limpieza oportuna al finalizar cada turno.
- En ningún caso se permitirán visitas de personas que presenten cualquier síntoma respiratorio o fiebre.
- Se contactará mediante mensajes o circulares con los visitantes, usuarios y familiares para indicarles que no deben acudir a la residencia si presentan síntomas de infección respiratoria aguda y posteriormente se pongan en contacto con el mismo para realizar una valoración individualizada en el caso de que sea imprescindible que acudan. En este sentido, se colocarán carteles en la entrada indicando a los visitantes y familiares que no deben realizar visitas si están en esta situación.
- Se recomienda que se restrinjan **al máximo** las visitas de familiares utilizando otros métodos de comunicación como las videollamadas por whatsapp, skype, cartas, etc.
- Se recomienda que **las personas mayores no salgan de la residencia** ni a los domicilios de sus familiares, y solo autorizado previamente por el equipo de salud de manera telefónica, si es considerado una urgencia.
- Se dispondrá a la entrada de las residencias y en las salas de espera o recepciones, carteles informativos sobre higiene de manos e higiene respiratoria. Se recomienda realizar actividades formativas para la educación sanitaria de los residentes y trabajadores en este sentido.
- No se admitirán nuevos residentes provenientes de localidades fuera de la provincia ni traslados de adultos mayores entre residencias provinciales.

MEDIDAS DIRIGIDAS A LA PROTECCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

Se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones para los trabajadores sanitarios y no sanitarios que entren en contacto con la persona mayor o su entorno:

Todos los trabajadores de la residencia deben seguir estrictamente las medidas de protección encaminadas a controlar y reducir la transmisión del coronavirus.

- Realizarán higiene de manos antes y después del contacto con los residentes, del contacto con superficies o equipos de trabajo, cuando se realiza la cocción de alimentos, lavado de ropa, higiene de ambientes y del establecimiento.
- Se considera que cada trabajador más allá de la función que tenga en la residencia deberá llevar una chaqueta, ambo, o cualquier otra vestimenta que pueda retirarse en la misma residencia antes de salir al exterior.
- **La higiene de manos** es la medida principal de prevención y control de la infección. Deberá realizarse según la técnica correcta. Además, se realizará higiene de manos antes de colocarse la chaqueta de trabajo y después de su retirada.

- Si las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico.
- El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada. Los guantes deben ser cambiados siempre con cada residente y se ha de realizar higiene de manos tras su retirada y antes de colocarse unos nuevos.
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros accesorios.
- Se colocarán carteles en la puerta o en la pared fuera de la habitación del residente donde se describa claramente el tipo de precauciones necesarias.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS SUPERFICIES Y ESPACIOS

- Es importante asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios.
- El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los espacios en contacto con las personas mayores se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección de la residencia.
- Es importante que no quede humedad en la superficie cercana a la persona mayor. Se pueden emplear toallitas con desinfectante posteriormente a la limpieza con agua y lavandina.
- Para evitar la propagación, es recomendable desinfectar las superficies de mayor contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, ventanas, heladeras, sillas, mesas, camas, etc.
- La desinfección debe ser diaria con agua y lavandina, e todos los espacios. Considerar los que son de contacto común, sobre todo cuando concurren personas ajenas a la residencia.

COMO REALIZAR LA DESINFECCIÓN

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección: agua, recipiente, trapeadores o paños, lavandina.

- Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.
- Dejar secar la superficie.
- El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.
- Para evitar la propagación, es recomendable desinfectar las superficies de mayor contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc. La desinfección debe ser diaria, utilizando agua y detergente.
- Ventilación de ambientes. Para asegurar el recambio de aire es necesario ventilar los ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas.

GESTIÓN DE RESIDUOS

En líneas generales los residuos comunes generados por los residentes se podrán eliminar de la misma forma que se eliminan los residuos habituales.

Los residuos biopatogénicos que pudieran generarse durante el aislamiento de un residente, incluido el material desechable utilizado deben descartarse siguiendo las recomendaciones vigentes para el manejo de material biopatogénico extremando las medidas para evitar el contacto con otras superficies. El personal que maneje estos residuos debe cumplir con las normativas para de utilización de EPP.

VAJILLA Y ROPA DE CAMA

- No se requiere un tratamiento especial para la ropa utilizada por el residente y tampoco es necesario vajilla especial, ni utensilios de cocina desechable. Toda la vajilla y cubiertos que utilice el residente será lavado con especial atención en la utilización de desinfectantes e intentar no provocar las intoxicaciones por el uso en exceso.
- Resulta fundamental que la ropa de los residentes este rotulada (nombre en la etiqueta con fibra indeleble) para que no se mezcle ni sea utilizada por otros residentes.
- La retirada de la ropa de la habitación de la persona mayor se realizará según las siguientes recomendaciones, embolsada y cerrada dentro de la propia habitación. La ropa no deberá ser sacudida y se recomienda lavarla con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados.

Qué hacer ante sospecha o confirmación de covid-19:

- Todos aquellos residentes que presenten sintomatología respiratoria aguda o fiebre deberán restringir sus movimientos lo máximo posible y quedarse en una habitación con buena ventilación (preferiblemente al exterior) e idealmente con un baño propio hasta que sea evaluado por el personal médico y defina la necesidad de aislamiento si se sospecha COVID-19
- Si luego de la evaluación profesional el paciente cumple criterios de caso sospechoso, se contactará a la Dirección de Epidemiología (418870/418890) o al la guardia epidemiológica (2954- 821815 o 2954-295125). Si se tratara de una situación más grave, llamar al servicio de emergencias 107.
- Mientras se espera la derivación se deben implementar las precauciones estándar, por contacto y por gotas que consiste en: higiene de manos, guantes, barbijo quirúrgico, camisolín, protección ocular y aislamiento individual en un espacio adecuado para tal fin.
- Todo integrante del equipo de salud que asista a un residente con sintomatología respiratoria debe utilizar las medidas de protección recomendadas por el Ministerio de Salud de la provincia.
- Ante la sospecha de COVID-19 se informará en forma inmediata al residente, a la familia y a las autoridades de salud pública. Se realizará el seguimiento según lo establecido por estas últimas.

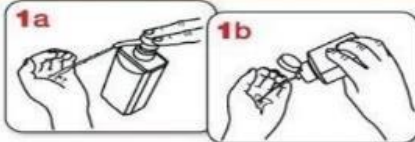
- Se suspenderán las visitas de familiares durante el tiempo que el paciente tenga indicación de aislamiento y si éstas fueran imprescindibles, deberán cumplir las medidas de protección recomendadas.
- Debe reducirse al mínimo posible el número de trabajadores sanitarios y no sanitarios en contacto directo con el residente con sospecha o enfermedad por SARS-CoV-2.

Qué hacer ante contactos de casos de covid-19:

- Si un residente puede haber sido contacto de un caso de COVID-19 se le indicará a esta persona que permanezca en el centro o residencia en cuarentena.
- En el seguimiento de una persona clasificada como contacto de un caso deberá permanecer en una habitación con buena ventilación (preferiblemente al exterior) e idealmente con un baño propio durante el periodo de vigilancia establecido (14 días)., deberá restringir sus movimientos y salidas a zonas comunes y si éstas fueran imprescindibles, deberá realizarlo por el menor tiempo posible y sin entrar en contacto con otros residentes. Se realizará una vigilancia activa en busca de síntomas respiratorios según lo establecido por las recomendaciones.
- No es necesario su traslado a un centro sanitario si su estado general es bueno.
- No es necesario que los trabajadores en contacto con esta persona tomen precauciones adicionales a las habituales.

TÉCNICA DE HIGIENE DE MANOS

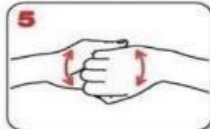
¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?



Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



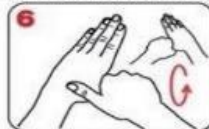
Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, aparrándose los dedos.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



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



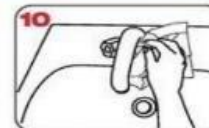
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



Enjuáguese las manos con agua.

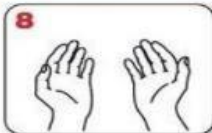


Séqueselas con una toalla de un solo uso.



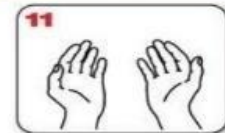
Utilice la toalla para cerrar el grifo.

20-30 segundos



Una vez secas, sus manos son seguras.

40-60 segundos



Sus manos son seguras.

BIBLIOGRAFIA:

- <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/helsepersonell/sykehjem-og-smittevern-motcovid-19/4>.
- Documento técnico Recomendaciones a residencias de mayores y centros sociosanitarios para el COVID-19 Versión de 5 de marzo de 2020. Sociedad de Gerontología Española
- <https://www.pami.org.ar/https://www.argentina.gob.ar/salud>
- **Documento técnico Recomendaciones** a residencias de mayores y centros sociosanitarios para el COVID-19 OMS - Versión de 5 de marzo de 2020
- **Ministerio de Salud de la provincia de La Pampa**
<http://www.salud.lapampa.gov.ar/Coronavirus.asp>