

# El protocolo para que los médicos del Central no se contagien

17/04/2020

El servicio de Infectología y Control de Infecciones del Hospital Central elaboró un protocolo para la prevención del coronavirus en el nosocomio y para evitar los contagios entre los agentes de salud.

Entre otros aspectos, detalla cómo debe atenderse a una persona que es sospechosa de estar contagiada, brinda recomendaciones sobre la vestimenta y especialmente sobre el cuidado personal. Además, establece los cuidados en reuniones sociales de trabajo en el hospital y consejos generales como el hecho de «no saludar con los codos».

## **Ante pacientes sospechosos o confirmados del COVID-19**

- En todo momento mantenga la concentración y la calma para colocar y sacar el equipo de protección.
- Manténgase hidratado.
- No se lleve las manos a la cara.
- Lave sus manos las veces que sea necesario.
- Nunca tome un barbijo usado por su la parte anterior (contaminada).
- No deje los barbijos colgando en su cuello.
- Una vez hecha la evaluación inicial del paciente, realizar interrogatorios vía telefónica.
- El paciente COVID-19 puede estar asustado o sentirse solo, recuerde realizar frecuentes llamadas a la habitación para constatar su estado, verificar sus necesidades y si es necesario escucharlo.

## **Vestimenta**

- Ningún profesional de la salud o administrativo puede ingresar a la Institución con ambo quirúrgico o guardapolvo.
- Deben ingresar con ropa de calle, lavarse las manos al ingresar, y vestirse en su área de trabajo.
- Deben salir de la Institución con ropa de calle.

### **Cuidados personales**

- Todo el personal debe tener uñas cortas, manos libres de anillos, pulseras y relojes, cuello libre de colgantes o cadenas.
- Durante su actividad debe utilizar la protección apropiada según normas.
- Vista con zapatos cerrados.
- **No ingresar a habitaciones de pacientes con celulares.**
- Limitar el uso de celular: se contaminan con facilidad y se acercan a la mucosa oral.
- **Limpiar** el celular antes de ingresar y al salir de la institución con algún limpiador apropiado en forma meticulosa y realizando arrastre y fregado.

### **Actividades sociales**

- Reducir al máximo la coincidencia de profesionales en la misma sala.
- No compartir utensilios, mate o vestimenta.
- Ventilar ambientes.
- Colaborar con el orden y limpieza.
- Se recomienda que cada Servicio refuerce la limpieza en salas de residentes baños y habitaciones, con productos apropiados acorde normas, con especial énfasis en mesa, teclado de computadora, pantallas.
- Además de la limpieza habitual que realiza el Personal encargado de dicha actividad.
- Evitar reuniones sociales de todo tipo en el buffet.
- Límitese a realizar su tarea y luego volver a su hogar.
- En momentos libres o reuniones académicas o sociales,

reducir al máximo el número de personas, respetar distancia social, no compartir utensilios.

## Consejos generales

- Tocar botones de ascensores con el codo o con pañuelo descartable que luego se desecha.
- No salude con abrazos o besos.
- **No salude con "choque de codos".**
- No relaje su conducta de distancia social al salir de la zona asistencial y entrar en zonas de descanso o administrativas.
- Si tiene síntomas respiratorios colóquese barbijo o tapabocas y concurra para ser evaluado en Guardia de Infecciones Respiratorias.
- **Lave sus manos.**
- **No lleve sus manos a la cara.**

## Cuidados personales

- **Varones:** se aconseja **NO usar barba ni bigote:** son sitios que pueden contaminarse e impedir el correcto uso del barbijo.
- **Mujeres: cabello recogido.**
- No utilice ningún tipo de collar, pulsera, reloj, colgantes.
- Lleve el guardapolvos/ambos en bolsa de nylon y lávelos con detergentes usuales.
- **No sacuda la ropa.**
- Lave sus manos con tiempo y modo apropiados.
- Limpie con alcohol o agua con jabón sus anteojos y luego higienice nuevamente sus manos.
- El calzado no es una forma relevante de transmisión.
- En el hogar **no comparta utensilios como vasos, cubiertos, platos** (pueden lavarse todos juntos, pero **no se aconseja tomar del mismo vaso o compartir cubiertos**).