

## PROTECCIÓN DEL PERSONAL SANITARIO DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

### 1. INTRODUCCION

En diciembre de 2019, un nuevo coronavirus (COVID-19) fue identificado como el agente etiológico de una enfermedad respiratoria aguda severa en personas expuestas en Wuhan, China.

La incertidumbre sobre los mecanismos de transmisión, capacidad de diseminación, persistencia del virus en el ambiente y en superficies diversas; literalmente tiene a todo el mundo en alerta máxima. A la fecha 16 de marzo de 2020, el aislamiento social (cuarentena), es una de las estrategias más eficaces contra la transmisión del COVID-19.

Paradójicamente, el personal de salud, de apoyo social y de respuesta de control de emergencias, por razones diversas (éticas, legales, humanitarias) no pueden efectuar la cuarentena. Esta exposición al COVID-19, está causando al menos 20 mil profesionales fallecidos a nivel global y muy a pesar del arsenal de prevención y aislamiento, propuestos por la Organización Mundial y Panamericana de la Salud<sup>1</sup>, Wang Zhou, 2020<sup>2</sup>.

Es por ello que la Asociación de Ergonomistas de Venezuela (ASOERGVE), preparó éste breve documento, para que se adoptaran algunas de éstas propuestas que permitan salvaguardar la salud, la seguridad y la vida del personal de Salud.

Es obvio que éstas medidas están sujetas a revisión ante nuevas evidencias disponibles.

Bajo ningún concepto estas recomendaciones deberán ser consideradas como garantía de protección para evitar la contaminación por COVID-19.

A continuación, se presentan algunas de las propuestas elaboradas.

---

<sup>1</sup> <https://www.paho.org/es/documentos-tecnicos-ops-enfermedad-por-coronavirus-covid-19>. Consultado el 16-03-2020

<sup>2</sup> Chief Editor. The coronavirus prevention. Handbook. 101 science based tips that could save your life.

## 2. GERENCIALES

Conformar un comité de gestión en cada centro hospitalario, constituido por representantes de todos los departamentos y personal de alto nivel, del centro asistencial. Este comité debe estar conducido por:

- Un gerente de control de emergencias
- Un infectólogo para abordar los aspectos de prevención y tratamiento de infecciones.
- Un director médico para que haga sinergia con el administrador de emergencias y el profesional de prevención de infecciones.
- Un grupo de inspectores que harán cumplir las decisiones del comité, en todo el centro asistencial

Todo personal de salud, antes de ingresar al centro asistencial se le deberá

- Rociar sus manos y en sus zapatos una solución desinfectante
- Ingresar a la carpa especial que tendrá dispuesto el centro asistencial
- Tomársele la temperatura con un termómetro infrarrojo
- Llenar una encuesta de salud vinculado con los síntomas más comunes de contaminación por Covid-19.
- Entregar una mascarilla (N 95), guantes (de nitrilo) y todo el equipo necesario para que atienda a los pacientes.

## 3. SEGURIDAD Y SALUD LABORAL

- Se tendrá a disposición un espacio de presión negativa en algunos ambientes, como parte de los procedimientos generadores de aerosol (por ejemplo: cuartos de aislamiento, ambientes de cuidado de la salud y en las morgues).
- Se formará, a todo el personal sensible a estar en contacto con pacientes potencialmente contaminado, para que usen la vestimenta y equipo de protección personal: específicamente en instalación, utilización y desecharlo de manera correcta; incluyendo el contexto de sus deberes actuales y potenciales. El material y la interacción de la capacitación debe ser fácil de entender. El suministro de los EPP, debe estar asociado al nivel de atención y uso. Ver cuadro siguiente.

Tipo de atención	Higiene de manos	Batas	Mascarilla médica	Respirador (N95 o FFP2)	Gafas (protección ocular) O Protector facial (protección facial)	Guantes
Triaje	X		X			
Toma de muestras para diagnóstico laboratorial	X	X		X	X	X
Caso sospechoso o confirmado de 2019-nCoV que requiere admisión al establecimiento de salud y SIN PGA	X	X	X		X	X
Caso sospechoso o confirmado de 2019-nCoV que requiere admisión al establecimiento de salud y PGA	X	X		X	X	X

- Las cantidades de equipo a dotar en el mejor de los casos por paciente/día, son:
  - o Batas – 25 unidades
  - o Mascarillas médicas – 25 unidades o Equipo de protección respiratoria (N95, FFP2 o equivalente)
  - o 1 unidad o Guantes, no estériles – 50 unidades
  - o Lentes o Gafas o protector facial – 1 unidad

En caso extremo, que se agote los equipos de protección personal, se propone:

- Llevar una muda de ropa adicional y otro par de zapatos y colóquelos en un área separada. Cuando se hayan terminado las actividades de cuidado del día, dúchese con abundante agua y jabón, colóquese la ropa y los zapatos limpios
- Como bata protectora use bolsas de plástico
- Utilizar un par de zapatos exclusivamente en el centro asistencial
- Utilice dos protectores de boca, Lave diariamente con cloro, ponga a secar y luego planche los protectores de boca, diariamente
- Cuando se quite la ropa, tire de estos desde el cuello y los hombros; toque solo la parte interna y guarde los artículos sucios en una bolsa plástica, séllela, para luego lavarlos
- Utilice los guantes para lavar la vajilla y ajustar con una liga en la articulación de la muñeca; al finalizar la jornada introduzca los mismos en una solución de hipoclorito de sodio, durante 12 horas, luego seque con un secador de cabello y vuelva a utilizar.

## **4. DURANTE LA ASISTENCIA DE LOS PACIENTES**

### **4.1 DISMINUCION DE LA EXPOSICION AL COVID-19**

- Limite la cantidad de personal que está expuesto a pacientes contaminados (personal dedicado en unidades dedicadas)
- Utilice turnos de 12 horas, con intervalos de descanso de 20 min, cada cuatro horas, para el personal de salud y así limitar la cantidad de personal que puede ser expuesto.
- Evite que el personal infectado trabaje (excepto con pacientes contaminados) Se debe buscar al personal que está enfermo y haciendo pruebas rápidas de detección, y manteniendo un registro del personal que ha sido confirmado.

### **4.2 AUMENTO DE LA INTERACCIÓN CON EL EQUIPO DE TRABAJO**

Es mejor siempre informar al equipo de trabajo al comienzo de un turno o jornada de trabajo, de lo que se va a realizar; también se puede hacer en cualquier momento de la jornada. El objetivo es compartir el modelo mental o imagen operativa del trabajo a realizar. Se busca coordinar las acciones, para ello se proponen las siguientes acciones:

- Elabore protocolos de interacción, evite las ambigüedades y mejore las respuestas
- Tenga definido los roles: ¿Quién, ¿cómo, ¿cuándo, ¿dónde y por qué?
- Desarrolle una metodología para compartir o aclarar las inquietudes
- Verificar la utilización y ajuste de los Equipos de Protección Personal

### **4.3 REFLEXIONAR ANTES DE ACTUAR**

La ansiedad y el estrés impulsan la acción en situaciones simples, pero la situación con el COVID-19, no es tan simple. Todo el personal de salud debe tomarse un momento para reflexionar antes de actuar. Por ello cuando se incrementen las exigencias (estrés):

- Respire profundamente o cuente hasta 10
- Haga pausa con el equipo de trabajo: con una acción o palabra acordadas
- Use estrategia mnemotécnica como ABCDE para guiar la acción inicial
- Haga una pregunta abierta: ¿qué cree que está sucediendo?
- Use una tarea, para ajustarse el EPP y hacer una pausa

## **4.4 FLEXIBILIDAD E INCLUCION ANTE LOS CAMBIOS RÁPIDOS**

Todos deben hacer preguntas primero y orientar en segundo lugar. Ante eventos no esperado, escuchen las opiniones basada en la experiencia de quién más conoce de lo que está sucediendo. Escuche al personal de diferentes disciplinas y considere la antigüedad y la pericia para obtener más información.

El objetivo es mitigar las amenazas y disminuir los errores. La idea es concentrarse en lo que está bien, no en quién tiene la razón. Haga preguntas abiertas antes de actuar. ¿Qué que está sucediendo?, ¿Qué necesitamos hacer?.

## **4.5 COOPERACIÓN CON EL PERSONAL NUEVO O INSEGURO**

El personal nuevo, como el personal jubilado reintegrado o no perteneciente a la Unidad de Cuidados Intensivos(UCI) o de emergencia, puede sentirse poco preparado e inseguro. Asegúrese de que los protocolos sean y estén claros, que se expliquen las prácticas de trabajo y el equipo.

Brinde al nuevo o inseguro la oportunidad de hacer uso de la práctica previa.

- Sea amable y empático
- Anticipe los factores desencadenantes del estrés
- Explique por qué las cosas se hacen de una manera específica.

## **4.6 DESARROLLAR AYUDA MEMORIA PARA LAS TAREAS**

- Realice la acción, verifique la salida no la entrada, por ejemplo, encienda el oxígeno y verifique el flujo, no la posición del interruptor.
- No continúe hasta que haya verificado la salida o recibido la información o respuesta adecuada.
- Intente evitar interrupciones, estas aumentan significativamente los errores.

## **4.7 MOTIVAR AL PERSONAL A CONVERSAR Y EXPRESARSE**

Aliente a todo el personal a hablar sobre sus preocupaciones; ellos podrían ser quienes eviten un desastre evitable. Una percepción de baja autoridad hace que sea más fácil para los miembros nuevos hablar, por ejemplo, asegurarse de que todos hayan sido presentados por su nombre garantizando el contacto visual.

- Elogie y no subestime a quien haga una pregunta o plantee problemas
- De permiso explícitamente a todo el personal para plantear inquietudes

## 4.8 IDENTIFICAR LOS ASPECTOS QUE LIMITEN EL DESEMPEÑO

Los compañeros con alto desempeño, reconocen a los colegas que están bajo estrés y los apoyan compartiendo y regulando la carga de trabajo y ofreciendo apoyo emocional. Esté atento a las tensiones que afectan el rendimiento, como cansancio, preocupaciones, mal comportamiento de otros, enfermedad, ruido, distracciones, sueño y hambre.

- Recordemos mutuamente tomar un descanso de 20 minutos, por cada 4 horas de trabajo efectiva podemos reconocer esto nosotros mismos
- Asegurarse que el personal coma, beba y use el baño, especialmente si usa PPE por largos períodos.
- Permitir que todo el personal pueda plantear inquietudes.

## 4.9 FACILITAR EL INTERCAMBIO DE INFORMACION EN EQUIPO

Al final de un turno, facilite el encuentro del equipo y motive a que se compartan las percepciones y pensamientos para permitir el aprendizaje y mantener la salud mental. Ratifique los soportes disponibles y la Política de divulgación abierta

Haga preguntas abiertas:

- ¿De qué estábamos orgullosos?
- ¿Cuáles fueron los desafíos?

El Modelo a seguir: comparta sentimientos y reflexiones personales. Anime a otros a expresarse.

## 4.10 ATENCIÓN MÉDICA ESPECIALIZADA PARA EL PERSONAL

Todo el personal estará bajo presión, porteros, farmacia, etcétera, pero es posible que no tengan el entrenamiento y la experiencia para esta situación. Pueden buscar ideas, apoyo e ideas críticas que usted no tenga. Escuche las preguntas y cuestiones que plantean sobre los pacientes y pueden tener información crucial, sobre los EPP y es necesario escuchar sus preocupaciones sobre el contacto con pacientes potenciales infectado con COVID-19.

## 5. SOCIALES

- Disponer de locales aislados de descanso, individualizados para el personal de salud, para que, en caso de contaminación, no contaminen a sus familias o a colegas de trabajo.
- Garantizar a los familiares del personal de salud, los beneficios, educativos, alimentarios, médico y comunicacionales, durante la cuarentena.

- Apoyo psicológico para el resguardo de la salud mental de todo personal que se encuentre en la primera línea atendiendo pacientes infectados

### **6. SALARIALES**

- Elevar los beneficios a los trabajadores de la salud y de respuestas del control de emergencia encargados de atender a los pacientes.
- Compensar al personal contaminado a través de una atención especial en caso de contaminación
- Garantizar que el personal de salud que atiende en primera línea a los pacientes contaminados sean rotados cada 12 horas, para garantizar el descanso y recuperación adecuada
- Otorgamiento de días adicionales y especiales de vacaciones, luego que pase la pandemia.

Autor: Rafael Eduardo González

e-mail: [8038ra@gmail.com](mailto:8038ra@gmail.com)

0416 643 87 98