



# MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2(COVID-19 ) en las Centros Sociosanitarios en Asturias

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN

### Alcance de las recomendaciones

Las recomendaciones recogidas en este documento son de aplicación en los centros sociosanitarios del Principado de Asturias tanto de gestión pública como privada, así como en los gestionados por entidades sin ánimo de lucro: Centros de Atención Diurna para personas dependientes y/o con discapacidad, Centros de Apoyo a la Integración y Centros de Atención Residencial para personas con discapacidad.

### Coronavirus SARS-CoV-2(COVID-19)

Los coronavirus se transmiten principalmente por gotas respiratorias de más de 5 micras y por el contacto directo con las secreciones respiratorias de personas infectadas.

### Medidas de prevención generales

Asegurar las medidas generales de higiene:

- **Lavado de manos.** Establecer puntos de higiene especialmente a la entrada, a la salida del centro y espacios estratégicos de atención (carros de curas, de aseo, controles, espacios comunes...) para garantizar una adecuada higiene de manos en todos los momentos necesarios y con la técnica adecuada.
- **Higiene ambiental y limpieza de espacios.** Extremar la limpieza en las diferentes estructuras y fómites, especialmente superficies, manillas, pasamanos y material en contacto. Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio), las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía a una dilución 1:100 (1 parte de lejía y 99 partes de agua) preparado el mismo día que se va a utilizar
- **Manejo de residuos** Lavar la ropa de cama, toallas, etc. de las personas enfermas con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y dejar que se seque completamente. Esta ropa deberá embolsarse dentro de la misma habitación con bolsa de cierre hermético hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de lavarla.
  - El material desechable se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura. La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de sacarse de la habitación.



- La bolsa con los residuos podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón o preferiblemente en el lavavajillas.
- Tras el contacto con los residuos siempre se deberá realizar higiene de manos

Los trabajadores con sintomatología respiratoria deberán consultar a los servicios sanitarios/servicios de prevención/mutuas para realizar una valoración individualizada sobre la pertinencia de la continuidad de sus actividades laborales.

Se recomienda a las personas usuarias de atención diurna que presenten sintomatología, no acudir a los centros hasta la remisión de los mismos.

Como norma general, las personas usuarias que presenten sintomatología respiratoria aguda, deberán restringir sus movimientos lo máximo posible y quedarse en una habitación con buena ventilación (preferiblemente al exterior) e idealmente con un baño propio. Las salidas a las zonas comunes deberán restringirse al mínimo posible y si éstas fueran necesarias, deberán llevar una mascarilla quirúrgica. Como medida de precaución, se recomienda que todo residente con sintomatología respiratoria que vaya a ser atendido por un trabajador lleve una mascarilla quirúrgica.

Se recomienda temporalmente suspender todo tipo de actividad programada comunitaria en los centros.

### Definición de CASO

Se considerarán casos en investigación de COVID-19 cuando se cumplan alguna de las siguientes situaciones:

- A.** Cualquier persona con un cuadro clínico compatible con una **infección respiratoria aguda** (inicio súbito de cualquiera de los siguientes síntomas: tos, fiebre, disnea) de cualquier gravedad.
- Y**
- Alguno de los siguientes criterios epidemiológicos en los 14 días previos al inicio de síntomas:
1. Historia de viaje a **áreas con evidencia de transmisión comunitaria**.
  2. Historia de **contacto estrecho** con un caso probable o confirmado.

### ¿Qué hacer ante un posible caso?

- Ponerse en contacto con el 112 informando de la sospecha del caso.



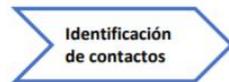
- Las personas usuarias de atención diurna que se identifiquen como casos en investigación no acudirán al centro hasta que se descarte la sospecha.
- Las personas usuarias de atención residencial que se identifiquen como casos en investigación deberán permanecer preferiblemente en una estancia o habitación de uso individual o, en caso de que esto no sea posible, en un lugar en el que se pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros con el resto de los convivientes, y se le pondrá una mascarilla quirúrgica.
- Se dispondrá el material necesario para la atención de los casos en investigación evitando la circulación del mismo y la posible transmisión por fómites.
- Si la persona requiere atención, se ha de procurar que sea una única persona la que la proporcione ~~atención al residente~~
  - El residente llevará una mascarilla quirúrgica mientras el cuidador permanezca cerca de él.
  - La persona que realice los cuidados no debe tener factores de riesgo de complicaciones para el COVID-19: enfermedades crónicas cardíacas, pulmonares, renales, inmunodepresión, diabetes o embarazo.
  - Deberá extremar las medidas de precaución cada vez que entre en contacto con el caso o con sus fluidos (sangre, heces, orina, vómitos, saliva...) para lo cual deberá llevar idealmente:
    - Mascarilla quirúrgica. No hay que tocar ni manipular la mascarilla mientras se lleve puesta. Si se moja o se mancha de secreciones, se cambiará de inmediato. Se desechará después de su uso en un contenedor de residuos con tapa y se realizará higiene de manos.
    - Guantes desechables. Se utilizarán para cualquier contacto con las secreciones del enfermo y tras su uso se desecharán y se lavará inmediatamente las manos.
  - Deberá lavarse de manos frecuentemente con agua y jabón o solución hidroalcohólica después de cualquier contacto con el residente o su entorno inmediato.
  - Se limitará la cantidad de personal y visitantes que entren en contacto con los casos probables. Todas estas personas estarán identificadas y, si no han cumplido las medidas de protección, serán considerados como contactos estrechos y se manejarán como tales.



## Definición de CONTACTO

### Coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19). Contactos

28/02/2020



Identificación de las personas que hayan mantenido contacto físico con el paciente mientras éste presentaba síntomas, incluyendo el personal sanitario que lo haya atendido.

- ¿Qué es un contacto y qué hay que hacer?

Se incluye en su definición a todas las personas, en diferentes ámbitos (familiares, convivientes, amigos, compañeros de estudios, de trabajo o de viajes, así como sanitarios), que hayan mantenido **contacto con un caso confirmado, mientras éste presentaba síntomas**.

### ¿Qué hacer ante un CONTACTO?

En el caso de tratarse de un residente deberá restringir sus movimientos lo máximo posible y quedarse en una habitación con buena ventilación (preferiblemente al exterior) e idealmente con un baño propio durante el periodo de vigilancia establecido. Las salidas a las zonas comunes deberán restringirse al mínimo posible y si éstas fueran necesarias, deberá salir con una mascarilla quirúrgica. Se realizará una vigilancia activa en busca de síntomas respiratorios según lo establecido.

Cuando el contacto se trate de una persona usuaria de atención diurna, no acudirá al centro y seguirá las mismas recomendaciones de contactos de población general:

Colaborar con el Servicio de Epidemiología de la Consejería de Salud para detectar los contactos más próximos para que, ante la encuesta, se pueda actuar rápidamente.

- Se mantendrá una **vigilancia activa** durante los 14 días posteriores a la última fecha de exposición posible a la infección.
- La persona bajo vigilancia **se tomará y anotará la temperatura dos veces al día** (por la mañana y al final de la tarde) y la persona/institución responsable de su seguimiento contactará con ella periódicamente para registrar la temperatura e investigar la presencia de cualquier síntoma relacionado con la enfermedad, con el objetivo de detectar precozmente la presencia de signos o síntomas.
- Se indicará a la persona en seguimiento que durante ese periodo extreme las medidas de higiene respiratoria, como cubrirse la nariz y la boca al toser o estornudar, preferiblemente con la parte interior del codo o con un pañuelo desechable (que se debe desechar adecuada e inmediatamente en una papelera).



- Se le indicará igualmente la realización frecuente de lavado de manos (con agua y jabón o soluciones hidro-alcohólicas) especialmente después de toser, estornudar y tocar o manipular pañuelos u otras superficies potencialmente contaminadas.
- Todos los contactos deben evitar la toma de antitérmicos sin supervisión médica durante el periodo de vigilancia para evitar enmascarar y retrasar la detección de la fiebre.
- Estas personas deben estar **localizables a lo largo del periodo de seguimiento**. Podrán llevar su vida habitual, en familia, con amigos y, en general, en el ámbito laboral, recomendando como medida de precaución adicional evitar los lugares con aglomeración de personas, como eventos multitudinarios o medios de transporte públicos en horas punta y restringir los viajes. Se valorará, caso a caso, la posibilidad de continuar las actividades escolares, extraescolares y docentes.
- Se realizará una **valoración individualizada de cada situación**, adaptando las recomendaciones a cada caso específico teniendo en cuenta el riesgo de exposición, aspectos sociales, culturales o sanitarios que puedan hacer recomendable un cese temporal de las actividades docentes o laborales, así como la aplicación, de forma excepcional, de medidas de cuarentena si la Dirección General de Salud Pública así lo considera.
- Por precaución, se deben **evitar desplazamientos largos fuera del domicilio habitual, viajes al extranjero o actividades diferentes a las cotidianas**. Cualquier desplazamiento fuera de la Asturias deberá ser notificado previamente al responsable de su seguimiento, informando del lugar de residencia durante esos días y fecha de regreso. Desde Asturias se informará a la Comunidad Autónoma de destino para que continúe el seguimiento. Deben asegurarse de tener cobertura de telefonía móvil de manera permanente.
- Ante la **aparición de síntomas** como fiebre, tos, dificultad respiratoria o malestar general, el paciente deberá aislarse y el profesional deberá contactar con el responsable de su seguimiento o con el 112, indicando que se trata de un contacto de un caso del nuevo coronavirus. A partir de este momento, el contacto será considerado como caso en investigación.

No se recomienda la recogida de muestras de rutina de los contactos. En caso de que las medidas establecidas para el seguimiento de un contacto conlleven imposibilidad de que este atienda su actividad laboral, deberá comunicarse, por el procedimiento establecido en la normativa, dicha contingencia a la empresa o a su servicio de prevención.

El seguimiento finalizará transcurridos 14 días desde la última vez que tuvo contacto con el caso, en ausencia de incidencias (fiebre o cualquier otro síntoma sugestivo de enfermedad como tos, dificultad respiratoria o malestar general).

### Visitas y familiares

Se informará a los visitantes y familiares que no deben acudir a estos centros si presentan síntomas de infección respiratoria aguda y que 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 deberá restringir el acceso al centro a familiares, visitantes y usuarios que provengan o hayan estado en zonas o lugares considerados como zonas de riesgo en los últimos 14 días, no visiten los centros sociosanitarios a menos que sea absolutamente necesario. Las zonas de riesgo pueden variar. Se ha de consultar siempre información oficial y actualizada. (<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos.htm>).

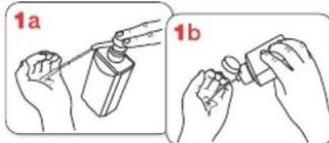
### Dudas

¿A dónde debemos llamar?

Teléfono de Vigilancia Epidemiológica: 985106504

## 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, agarrándose 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.

WORLD ALLIANCE  
for PATIENT SAFETY

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material. Octubre de 2006, versión 1

Organización Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para garantizar la integridad del contenido de este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar su utilización.