

NORMALIZACIÓN DE EPI MÍNIMOS Y MEDIDAS BÁSICAS DE PREVENCIÓN CRISIS SANITARIA DEL CORONAVIRUS – COVID19 EN GRUPOS DE ACCIÓN PLATERCAM

SOBRE EL COVID-19, debemos saber....

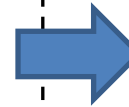
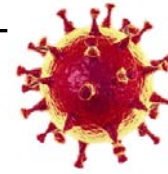
¿Cómo lo propaga la persona que está infectada?

- Por el AIRE en forma de aerosol por toses / estornudos
- Por GOTÍCULAS procedentes de la nariz o la boca al exhalar, hablar o toser

¿Cómo llegan esas gotículas a las personas sanas?

- Directamente.
Cuando la gotícula cae en la boca o los ojos del sano

- Indirectamente.
La gotícula se deposita sobre una superficie y el contacto con esa superficie, generalmente a través de las MANOS, termina en la boca o los ojos del sano

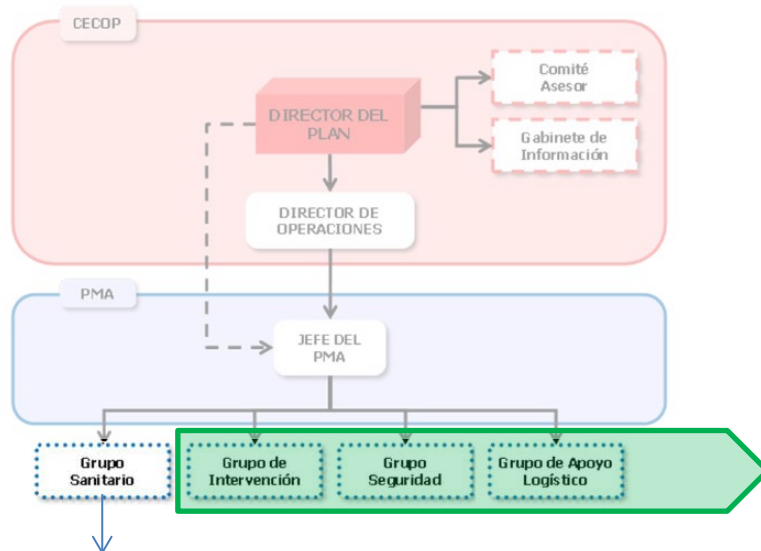


Por tanto, debemos

PROTEGERNOS, mediante:

- Aire limpio. Zonas ventiladas y sin aerosoles.
- Distancias. Que nos alejen de esas gotículas.
- Lavado de manos. Que las eliminen si las tocamos.
- EPI. Que protejan nuestras vías respiratorias, nuestros ojos, nuestras manos, y cualquier otro contacto con el virus.

¿CÓMO NOS PROTEGEMOS?

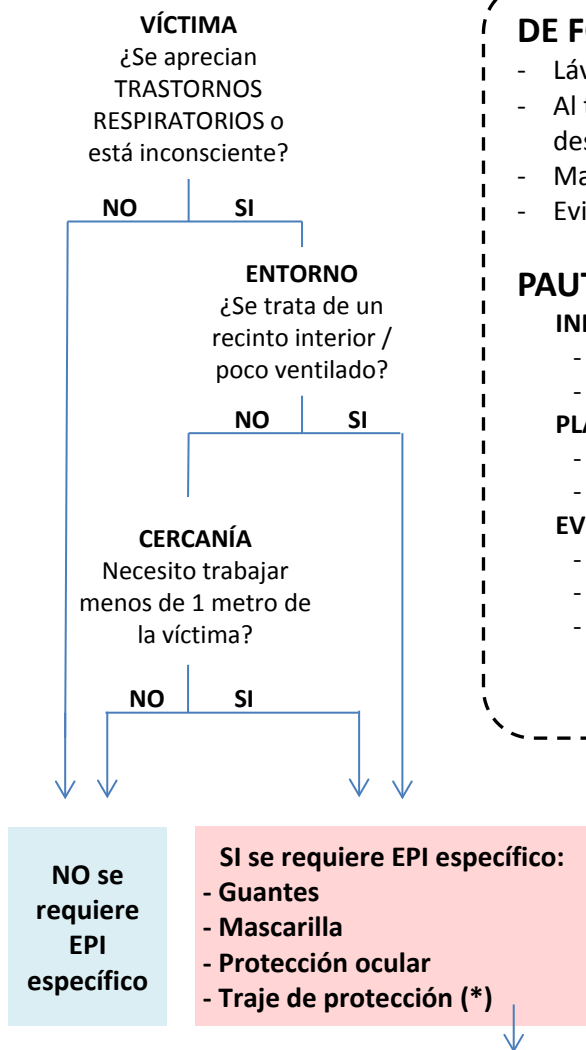


De conformidad con las pautas y directrices que emanen del Ministerio de Sanidad (<https://www.msbs.gob.es/>)

Para aplicar una protección adecuada en nuestras tareas y cometidos, debemos VALORAR tres parámetros:

- 1 El estado de la VÍCTIMA, que puede ser:
 - Sin trastornos respiratorios (no tose, respira normalmente)
 - Con trastorno respiratorio o inconsciente (posible COVID19)
- 2 El ENTORNO en el que se desarrolle el trabajo:
 - Ventilado, al aire libre
 - Espacios cerrados (aire viciado de aerosoles, superficies contaminadas, etc.)
- 3 La PROXIMIDAD a la víctima, según la tarea a realizar:
 - Mayor de 1 metro o sin contacto.
 - Menor de 1m (contacto para manipulación, primeros auxilios, etc.)

VALORANDO LA PROTECCIÓN NECESARIA



DE FORMA GENERAL

- Lávese las manos con frecuencia con un gel hidroalcohólico o con agua y jabón.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable.
- Mantenga al menos 1 metro de distancia entre usted y las demás personas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

PAUTAS BÁSICAS DE ACTUACIÓN

INFORMACIÓN. Conviene saber con carácter previo el estado de la víctima:

- Intentaremos obtenerla desde la primera llamada a la central.
- Al llegar al lugar de la intervención, mantén distancia de seguridad y solicita información

PLANIFICACIÓN. Establecer...

- Distancia mínima de seguridad establecida
- EPI a emplear

EVITAR RIESGOS.

- Evita exposiciones/contactos innecesarias
- Intenta trabajar siempre desde un entorno exterior y ventilado
- Si hay que entrar en un entorno no ventilado y de riesgo:
 - Personal mínimo imprescindible
 - Se debe trabajar en binomios



ORDEN PARA DESVESTIRSE

Seguir un orden para desvestirse es importante, pero depende en gran medida del tipo de EPI utilizado (gafas de patilla o de cinta, mascarillas que se pueden retirar tirando o que requieren una manipulación de las cinchas, etc.) o si usa o no doble guante.

En cualquier caso, debe realizarse siempre

PROTEGIDO HASTA EL FINAL Y EVITANDO EL CONTACTO CON LA ZONA EXPUESTA

(*) El traje de protección será necesario para la manipulación y contacto directo con la víctima. Si no dispone de él, puede Utilizarse el EPI habitual, cuidando su retirada y lavado posterior.

DEBES SABER QUÉ...

EN SITUACIONES CRÍTICAS COMO LA QUE ESTÁ GENERANDO LA CRISIS SANITARIA DEL COVID19, DEBE EXTREMARSE EL CUIDADO DE LOS EPI Y ECONOMIZAR SU USO

DESECHARLO DE FORMA PREMATURA O USARLO CUANDO NO CORRESPONDE IMPLICA DEJAR A ALGUIEN QUE LO NECESITA SIN ESTE EQUIPO

RECUERDA TAMBIÉN QUE ES IMPRESCINDIBLE SABER PONERSE Y QUITARSE LOS EPI. SI NO SE UTILIZAN BIEN, SU NIVEL DE PROTECCIÓN NO SIRVE DE NADA

Aunque este documento hace referencia a varias normas UNE habituales, la crisis actual por COVID19 ha obligado a ampliar el espectro normativo autorizado a ámbitos mucho más allá del Europeo, por lo que habrá equipos que sean perfectamente válidos aunque no cumplan expresamente las normas que aquí se citan.



GUANTES

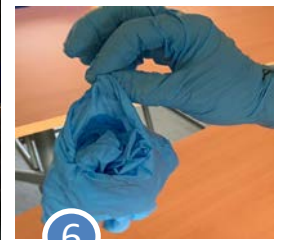
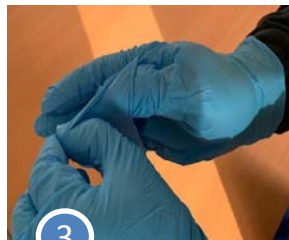
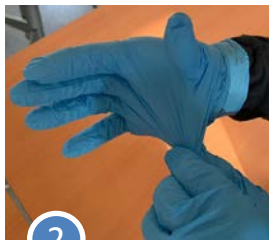
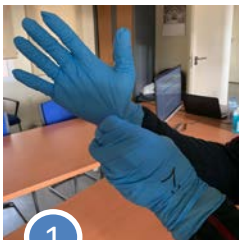
Deben cumplir la UNE 374-5 sobre guantes impermeables que ofrecen una barrera contra microorganismos.



LÁVATE LAS MANOS antes de ponerte los guantes
EL GUANTE ES UN ELEMENTO CONTAMINADO
NO TE TOQUES LA CARA con los guantes puestos
NO TE TOQUES LOS OJOS con los guantes puestos
NO TOQUES LA MASCARILLA con los guantes puestos
LÁVATE LAS MANOS después de quitarte los guantes

La **RETIRADA** de los guantes es crucial para no contaminarse:

- 1.- Tómallo por la cara externa sin entrar en contacto con la piel
- 2.- A continuación, sepáralo de la muñeca
- 3.- Comienza a retirarlo dejando al descubierto la parte interna del guante hacia el exterior. Retira el guante de la mano completando así el proceso
- 4.- Con la mano que acabamos de liberar, sujeta el otro guante por la parte del puño
- 5.- Separa el segundo guante de la muñeca, (como hiciste en el paso 2). Comienza a retirarlo doblándolo, dejando así la parte interna del guante hacia el exterior
- 6.- Termina de retirar el guante introduciéndolo en la bolsa de residuos



MASCARILLAS

En el mercado existen, básicamente, dos modalidades de mascarillas desechables:



- **Quirúrgica.** Características del ámbito sanitario, y destinadas a evitar el contacto con fluidos y/o sangre potencialmente patógenos. Protegen más al resto de personas que a quien la lleva puesta, pues ejercen básicamente de barrera al estornudar o toser, para evitar la emisión de gotículas respiratorias con posibles microorganismos “de dentro a fuera”.



- **Filtrante (EPI EN 149).** Son de mayor eficacia que las anteriores dado que contienen un filtro de micropartículas gracias al cual pueden proteger “de fuera hacia dentro” en distintos grados. Su finalidad es proteger al usuario frente a la inhalación de contaminantes ambientales –en partículas o aerosoles– tales como agentes patógenos. Pueden ser FFP1, FFP2 o FFP3.

Aunque el diseño es para usos distintos podemos asumir que el nivel de protección crece así: **QUIRÚRGICA < FFP1 < FFP2 < FFP3**
Una mascarilla puede sustituirse por otra de nivel de protección superior si ya hubiera disponibilidad



PARA RETENER LAS GOTÍCULAS DEL COVID19 ES SUFICIENTE LA MASCARILLA QUIRÚRGICA

- Siempre que haya presencia de síntomas y sea posible pondremos, o le pediremos que se ponga, una **mascarilla quirúrgica** a la víctima.
- Sólo será necesario aumentar la protección y utilizar **mascarilla FFP2** en caso de manipulación de primeros auxilios a la víctima. Si no la tuviéramos, tendremos que conseguir la doble barrera con una mascarilla quirúrgica para nosotros y otra, obligatoria, para la víctima.

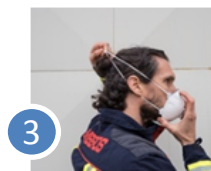
- Antes de ponerte una mascarilla, lava tus manos con agua y jabón
- Evita tocar la mascarilla mientras la usas
- Sigue las pautas de colocación para mascarillas filtrantes
- Después de retirártela (es el último EPI en quitarse), lava tus manos de nuevo
- Estas mascarillas son desechables y están libres de mantenimiento
- No deben limpiarse ni desinfectarse
- Pasadas 8h o una vez terminada la tarea, debe desecharse si ha estado expuesta



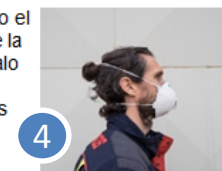
1 Verifique el estado de las tiras.



2 Coloque la copa de la mascarilla en su palma con las tiras colgando hacia abajo de la mano.



3 Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras detrás de su cabeza.



4 Ajuste las tiras de forma que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.



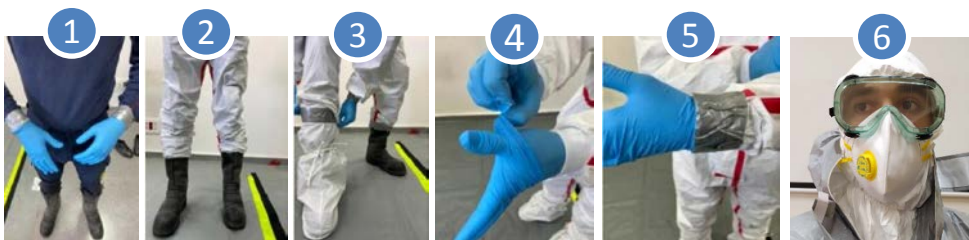
5 Usando ambas manos al mismo tiempo, moldee la pieza metálica a la forma de su nariz



6 Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente y si entra aire por las orillas, reajuste la banda metálica y las tiras y repita el chequeo.

TRAJE DE PROTECCIÓN

Este traje es un elemento necesario para la **MANIPULACIÓN Y CONTACTO DIRECTO** con la víctima.
Si no dispone de él, puede utilizarse el EPI habitual que cubra tronco superior e inferior, cuidando su retirada y lavado posterior.

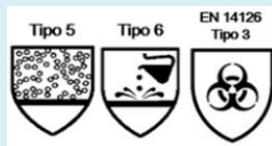


↑ PUESTA DEL TRAJE

- 1.- Sobre la ropa habitual, se puede poner y encintar un primer par de guantes desechables. **Solo serán necesarios en los casos en que vaya a realizarse alto nivel de contacto y manipulación**
- 2.- Colocar el traje con normalidad
- 3.- Poner y afianzar las perneras (cordón, encintado...)
- 4.- Puesta de guantes desechables por encima de la manga + encintado
- 5.- Colocar siguiendo el orden: **mascarilla > gafas > capuz de protección**

TIPOLOGÍAS (EN14126 / EN13034 / EN14605)

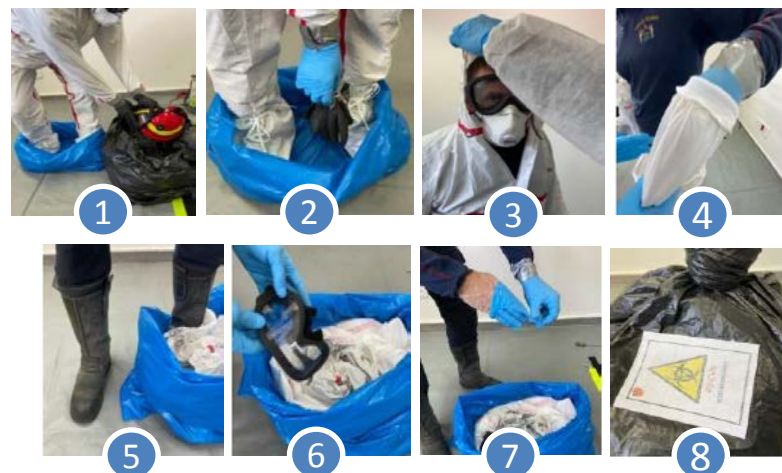
- El traje antisalpicaduras puede tener distintos niveles de protección.
- Para hacer frente al **COVID19** necesitamos un traje **TIPO 5**.
- Estos trajes deben incluir, al menos, los siguientes pictogramas:



- A menor numeración (tipo 3, tipo 4), mayor protección.

RETIRADA DEL TRAJE

- 1.- Situarse dentro de la bolsa y hacer uso de otra si hay equipamiento que recuperar
- 2.- Sólo si hubiera doble guante, retirar ahora el guante de exterior
- 3.- Abrir la cremallera y comenzar la retirada por el capuz doblando el tejido hacia fuera y dejando hacia el exterior la cara interna del traje
- 4.- Terminar la retirada del traje, de arriba hacia abajo, introduciéndolo en la bolsa de residuos
- 5.- Retirar las calzas e ir sacando los pies fuera de la bolsa.
- 6.- Retirar las gafas de protección ocular (en otra bolsa si son reutilizables) y después la mascarilla, tirando desde la zona buconasal
- 7.- Retirar en último lugar los guantes desechables.
- 8.- Embolsar el material desechable para su tratamiento como residuo.



PROTECCIÓN OCULAR

La protección ocular es un **ELEMENTO IMPRESCINDIBLE**, pues las gotículas entran también por los ojos. Las normas definen multitud de parámetros para la protección ocular pero para hacer frente al **COVID19** pueden dar dos escenarios:

- De forma general, bastaría con una protección ocular ANTISALPICADURAS
- Si vamos a trabajar en entornos con aerosoles, entonces la protección ocular debe ser ESTANCA



LAS GAFAS DE PROTECCIÓN OCULAR SON UN EPI REUTILIZABLE

Revisar en las instrucciones del fabricante las pautas de uso / limpieza que pudieran corresponder

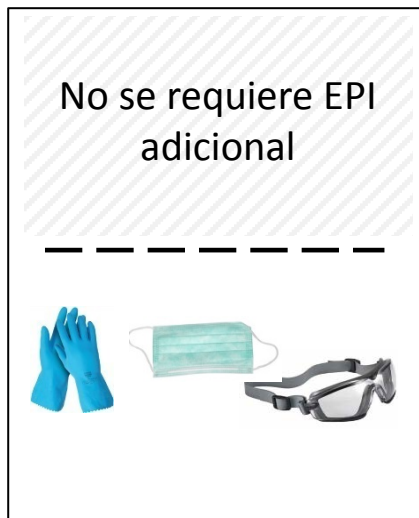
En la siguiente tabla se resumen las equipaciones habituales según el Grupo de Acción

Puntualmente / NORMALMENTE

G. INTERVENCIÓN



G. SEGURIDAD



G. SANITARIO (*)



G. APOYO / LOG.

