



## INFORMACIÓN DE ACOGIDA Y NORMAS DE ACTUACIÓN EN RELACIÓN AL COVID-19 PARA RESIDENTES DE NUEVA INCORPORACIÓN

### - [¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS SARS-COV-2?](#)

Los coronavirus son virus que circulan entre los animales, pero alguno de ellos también puede afectar a los humanos. El nuevo coronavirus SARS-COV-2 fue identificado en China a finales de 2019, puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

### - [¿QUÉ DAÑOS PARA LA SALUD PUEDE PRODUCIR?](#)

Es una enfermedad que se cursa en el 80% de los casos de forma leve o moderada, el 15% precisa ingreso hospitalario y el 5% cuidados intensivos. Los síntomas más comunes son fiebre, tos y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos. En los casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Los casos más graves generalmente ocurren en personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o inmunodeficiencias.

El tiempo medio desde el inicio de los síntomas hasta la recuperación es de 2 semanas cuando la enfermedad ha sido leve y 3-6 semanas cuando ha sido grave o crítica.

### - [¿CUÁL ES EL PERIODO DE INCUBACIÓN?](#)

El periodo de incubación mediano es de 5-6 días, con un rango de 1 a 14 días.

### - [¿CÓMO SE TRANSMITE?](#)



De acuerdo con los datos científicos disponibles hasta la fecha, el SARS-COV-2 se transmite por vía respiratoria en gotas de más de 5 micras y por el contacto directo con las secreciones respiratorias generadas con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones afectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Además, existen evidencias científicas consistentes que permiten afirmar que la transmisión del virus SARS-CoV-2 por aerosoles debe considerarse como una vía de transmisión. Dicha vía a través de aerosoles no significa un alto nivel de contagiosidad, pero sí debemos reforzar las medidas ya existentes e incorporar algunas nuevas, para evitar la transmisión en especial en los espacios cerrados.

Es importante tener en cuenta que tanto las personas con síntomas como sin síntomas pueden transmitir el virus si se encuentran en un periodo con infección activa.

Debido a ello, las precauciones para el manejo de los pacientes confirmados, probables o en investigación deben incluir las precauciones estándar, precauciones de contacto y precauciones de transmisión por gotas.



- MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EVITAR LA TRANSMISIÓN:

- Lavarse las manos correctamente y de manera frecuente con agua y jabón o solución hidroalcohólica. Dicha higiene se realizará principalmente en los cinco momentos definidos por la OMS y antes y después de retirar los Equipos de Protección Individual. Ver anexo I.
- Reducir al mínimo posible el número de trabajadores en contacto directo con pacientes con sospecha o enfermedad por SARS-COV-2.
- Las entradas del personal en la estancia del paciente deben estar programadas y contemplar y organizar con antelación qué necesidades habrá en el interior de la misma, para evitar entradas innecesarias.
- Utilizar de manera adecuada los Equipos de Protección Individual recomendados para cada caso. Ver anexo II de puesta y retirada.
- Evitar el traslado del paciente entre distintas áreas del hospital o centro sanitario y, si fuera imprescindible, el paciente deberá siempre utilizar mascarilla quirúrgica. En caso de necesitar exploraciones complementarias (ej. Radiología o ecografía) éstas se realizarán preferiblemente con equipos portátiles en la habitación de aislamiento. Si los equipos no pueden ser dedicados de forma exclusiva a estos pacientes deben ser desinfectados correctamente después de su uso.

- OTRAS RECOMENDACIONES GENERALES:

- Uso de mascarilla quirúrgica en el centro de trabajo. Ésta deberá estar correctamente ajustada (debe cubrir boca, nariz y mentón) y se renovará periódicamente.
- Mantener la distancia de seguridad con otros profesionales y pacientes (deberá ser de al menos 2 metros). Para ello se evitará cualquier tipo de reuniones, aglomeraciones en zonas de trabajo o pasillos, salas de estar, etc. Se debe tener especial cuidado durante los desayunos y comidas, donde no es posible llevar la mascarilla puesta.
- Respetar los aforos establecidos en el Centro o Unidad.
- Mejorar y favorecer la ventilación en las zonas de trabajo. Dicha ventilación puede ser por medios naturales mediante la apertura de puertas y ventanas, forzada (mecánica) o una combinación de ambas.
- Favorecer el silencio en el entorno de trabajo e intentar disminuir el tono de voz. Para ello, se deben reducir los niveles de ruido ambiental.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo o, si no se dispone, con el codo flexionado para no contaminar las manos.
- Evitar tocarme los ojos, nariz y boca puesto que las manos facilitan su transmisión.
- Usar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tirarlo tras su uso.
- Ante cualquier síntoma respiratorio evitar el contacto con otras personas e informar inmediatamente a su cargo intermedio.
- Evitar desplazamientos innecesarios por el centro de trabajo. Fomentar el uso de la telefonía para comunicarse con otros compañeros y con los propios pacientes, en caso necesario.
- Usar la bata de trabajo y el uniforme correctamente y bien abrochado. No salir con ellos a la calle.



- Limpiar y desinfectar de manera frecuente su entorno de trabajo (mesa, teclado, teléfono..) y las superficies de uso frecuente (barandillas, interruptores, pomos de la puerta..). Para ello usar papel desechable y algún desinfectante o solución alcohólica.
- Reducir, en la medida de lo posible, el tiempo de permanencia en ambientes interiores.
- No fumar en todo el recinto hospitalario.



- EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL A UTILIZAR:

Con el fin de evitar contagios, los pacientes con infección respiratoria aguda deberán separarse de otros pacientes y tendrán puesta una mascarilla quirúrgica (no utilizar para estos casos mascarilla filtrante con válvula de exhalación ya que se favorecería la difusión del virus).

De manera general, el personal sanitario que atienda a casos de infección por SARS-COV-2 debe llevar un equipo de protección individual para la prevención de la infección por microorganismos transmitidos por gotas y por contactos que incluya:

- ✓ Bata
- ✓ Mascarilla FFP2/FFP3 sin válvula exhalatoria
- ✓ Guantes
- ✓ Protección ocular antisalpicadura

En caso de realización de técnicas que generen aerosoles (intubación traqueal, lavado broncoalveolar, ventilación manual, etc.), la misma se debe realizar únicamente si se considera estrictamente necesaria para el manejo clínico del caso. Para ello, se deberá reducir al mínimo el número de personas en la habitación y deben llevar:

- ✓ Bata de manga larga (si no es impermeable y se prevé que se produzcan salpicaduras de sangre u otros fluidos corporales, añadir un delantal de plástico)
- ✓ Mascarilla autofiltrante FFP2 o FFP3 sin válvula
- ✓ Guantes
- ✓ Protección ocular ajustada de montura integral

Los EPIs deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición. Es conveniente habilitar un lugar para la puesta de los equipos.

Recuerde que después del uso de los Equipos de Protección Individual debe asumirse que éstos pueden estar contaminados y convertirse en nuevo foco de riesgo. Por lo tanto, un procedimiento inapropiado de retirada puede provocar un riesgo. Se realizará una correcta higiene de manos después de la misma. (Ver anexo II de puesta y retirada).



- ELIMINACIÓN DE LOS RESIDUOS:

La correcta colocación de los EPIs es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico. Igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso. Una vez retirado el equipo de protección individual, si éste no permite su desinfección y reutilización, debe desecharse en contenedor adecuado y ser tratado como residuos biosanitarios clase 3. Cuando el contenedor esté lleno, avisar al servicio de limpiezas para su reposición.

Resulta fundamental evitar desechar los residuos en el suelo, papeleras o en cualquier otro contenedor no destinado para ello. Si tiene alguna duda al respecto, pregunte a su cargo intermedio.

- ¿QUÉ HAGO SI EMPIEZO A PRESENTAR SÍNTOMAS?

Ante la aparición de síntomas compatibles con una infección respiratoria aguda, debe contactar de manera inmediata con su cargo intermedio y con el Servicio de Vigilancia de la Salud (956032061/ 956032065). Deberá llevar puesta la mascarilla quirúrgica, evitar el contacto con otros compañeros o pacientes y extremar las medidas de higiene y distanciamiento.

En caso de la aparición de los síntomas en su domicilio (fiebre, síndrome respiratorio agudo, etc.), avisará a su cargo intermedio y a Vigilancia de la Salud.

**NO acudir a su puesto de trabajo** hasta que no haya recibido instrucciones claras al respecto.

- VACUNACIÓN:

El programa de vacunación frente al Covid-19 comenzó el 27 de diciembre de forma coordinada con la estrategia seguida en toda España. Las vacunas que se están administrando en Andalucía han sido autorizadas por la Agencia Europea de Medicamentos y cuentan con muy buen perfil de seguridad y de eficacia clínica frente a Covid-19.

En nuestra AGS, su administración se está llevando a cabo en centros de vacunación seleccionados, tanto en Atención Primaria como en el propio Hospital de Jerez y puntos fijos. La Dirección de Enfermería junto con el servicio de medicina preventiva son quienes están coordinando la misma, siguiendo en todo momento las instrucciones dadas tanto por la Consejería de Salud como por el Ministerio de Sanidad y demás Agentes implicados.

En caso de que usted empiece a trabajar en el AGS de Jerez, Costa Noroeste y Sierra de Cádiz y no tenga administradas las dosis de vacunación requeridas, debe informar de su situación a su cargo intermedio, el cual realizará los trámites necesarios para programar la misma.

Recuerde que la vacunación supone una actuación sanitaria beneficiosa tanto para la persona que la recibe - reduciendo el riesgo de enfermarse, de desarrollar enfermedad grave y de morir- como para la sociedad en su conjunto.



- **IDENTIFICACIÓN DE CONTACTOS ESTRECHOS:**

Es importante identificar a las personas que entran en contacto estrecho con casos sospechosos o confirmados de infección por SARS-CoV-2. Aunque el riesgo debe ser evaluado de manera individualizada por los profesionales de Vigilancia de la Salud, se puede definir como contacto estrecho:

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso o haya estado en contacto con sus secreciones y fluidos: personal sanitario o socio-sanitario que no haya utilizado las medidas de protección adecuadas o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar o cualquier persona que haya manipulado muestras biológicas sin las debidas medidas de protección.
- Cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros y durante un tiempo total acumulado de más de 15 minutos en 24 horas sin utilizar las medidas de protección adecuadas.

El Servicio de Vigilancia de la Salud es el que determinará la necesidad de aislamiento o la sospecha de covid-19 y procederá, en su caso, a la gestión de la incapacidad temporal laboral a través de la Inspección Médica de los Servicios Públicos de Salud.

**Ante cualquier incidente contacte con la Unidad de PRL o ante síntomas contacte con Vigilancia de la Salud/Medicina Preventiva.**

**UNIDAD DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y VIGILANCIA DE LA SALUD:**

**Hospital de Jerez, Edificio Materno Infantil, planta -2**

**Teléfonos**

**VS: 956 032 061-065**

**PRL: 956 032 521**

**Email: [preventiva.hjerez.sspa@juntadeandalucia.es](mailto:preventiva.hjerez.sspa@juntadeandalucia.es) / [uprl.hjerez.sspa@juntadeandalucia.es](mailto:uprl.hjerez.sspa@juntadeandalucia.es)**

- **FORMACIÓN PARA LOS TRABAJADORES:**

Desde el Servicio Andaluz de Salud se ponen a disposición de todos los profesionales en activo cursos en línea que abordan riesgos concretos que pueden estar presentes en su lugar y/o puesto de trabajo, y las medidas preventivas o de protección que deben seguirse. El acceso se realiza desde la página de GESFORMA de Servicios Centrales, en el siguiente enlace:

<https://se00formacion.dmsas.sda.sas.junta-andalucia.es:8086/gesforma>

- Curso básico en Prevención de Riesgos Laborales
- Control de situaciones conflictivas
- Seguridad en la oficina
- Técnicas de movilización de pacientes
- Seguridad vial
- Seguridad en el manejo de productos químicos



- Protección frente al manejo de medicamentos peligrosos
- Seguridad en el uso de maquinaria
- Prevención de riesgos biológicos
- Pantallas de visualización de datos
- Manipulación manual de cargas
- Accidentes con riesgo biológico
- Actuaciones en caso de emergencia
- Prevención y protección de riesgos frente al manejo de citostáticos
- Estrés laboral y burnout. Técnicas de afrontamiento
- Prevención de riesgo laborales frente a la COVID-19

Existe también un curso online organizado por la Unidad de Formación de los Servicios Centrales del SAS, de 4 horas de duración, denominado "Prevención de Riesgos Biológicos en Coronavirus". El mismo está disponible para todos los profesionales y para ello tienen que inscribirse a través del siguiente enlace de gesforma:

<https://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/sevilla/sasformacion/sscc/gesforma>

- **Formación para la gestión del estrés (mindfulness)**

Todos los profesionales del SAS tienen a su disposición, a través de Gesforma-SSPA, la acción formativa "Mindfulness SAS Colaborativo" en relación con la gestión de estrés, especialmente ante situaciones especiales que ocasionan una gran carga emocional como de crisis por COVID-19.

<https://sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/sscc/gesforma/?codEdicion=141>

**ENLACES DE INTERÉS:**

Formación específica en infección por COVID-19 para profesionales de la Salud:

<http://www.iavante.es/es/content/directorio-formaci%C3%B3n-covid-0>

WEB SAS <https://web.sas.junta-andalucia.es/servicioandaluzdesalud/>

CONSEJERIA SALUD Y FAMILIAS <https://juntadeandalucia.es/organismos/saludyfamilias.html>

MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL

<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

OMS [https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?](https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=CjwKCAjwh472BRAGEiwAvHVfGkQO7V19RdmlG4J0cqxgLw9bAE7e12DWn3bE6LDF-8WXV0mU2Es_8RoC5UcQAvD_BwE)

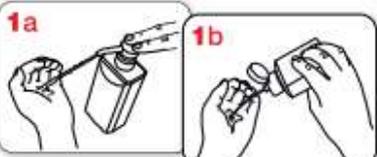
[gclid=CjwKCAjwh472BRAGEiwAvHVfGkQO7V19RdmlG4J0cqxgLw9bAE7e12DWn3bE6LDF-8WXV0mU2Es\\_8RoC5UcQAvD\\_BwE](https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=CjwKCAjwh472BRAGEiwAvHVfGkQO7V19RdmlG4J0cqxgLw9bAE7e12DWn3bE6LDF-8WXV0mU2Es_8RoC5UcQAvD_BwE)



ANEXO I. LAVADO Y DESINFECCIÓN DE MANOS SEGÚN LA OMS:

¿Cómo desinfectarse las manos?

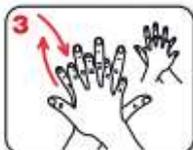
CON UN GEL A BASE DE 60%-95% ALCOHOL



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies



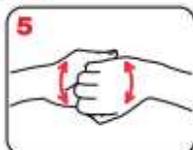
Frótese las palmas de las manos entre sí



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



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



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



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



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

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19



Enjuáguese las manos con agua



Séquese con una toalla desechable



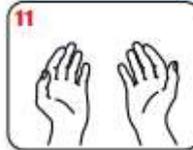
Sirvas de la toalla para cerrar el grifo

20-30 sec



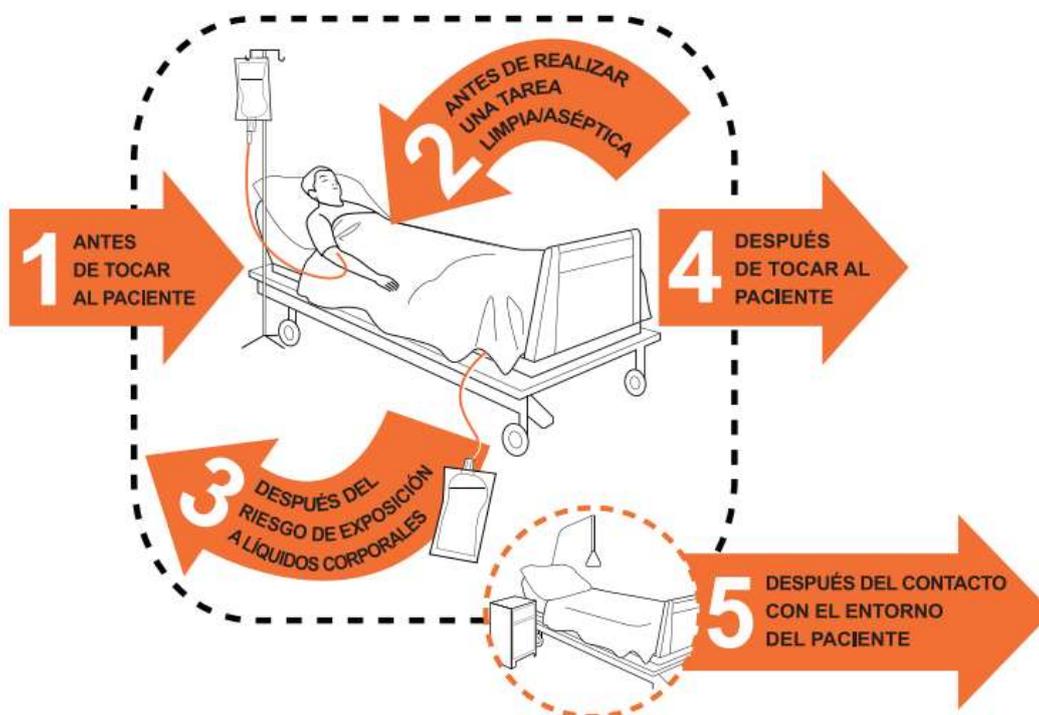
Una vez secas, sus manos son seguras

40-60 sec



Sus manos son seguras

ANEXO I. 5 MOMENTOS PARA LA HIGIENE DE MANOS SEGÚN LA OMS:



<b>1</b>	<b>ANTES DE TOCAR AL PACIENTE</b>	<b>¿CUÁNDO?</b>	Lávase las manos antes de tocar al paciente cuando se acerque a él.
		<b>¿POR QUÉ?</b>	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que tiene usted en las manos.
<b>2</b>	<b>ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASÉPTICA</b>	<b>¿CUÁNDO?</b>	Lávase las manos inmediatamente antes de realizar una tarea limpia/aséptica.
		<b>¿POR QUÉ?</b>	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente.
<b>3</b>	<b>DESPUÉS DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN A LÍQUIDOS CORPORALES</b>	<b>¿CUÁNDO?</b>	Lávase las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición a líquidos corporales (y tras quitarse los guantes).
		<b>¿POR QUÉ?</b>	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
<b>4</b>	<b>DESPUÉS DE TOCAR AL PACIENTE</b>	<b>¿CUÁNDO?</b>	Lávase las manos después de tocar a un paciente y la zona que lo rodea, cuando deje la cabecera del paciente.
		<b>¿POR QUÉ?</b>	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
<b>5</b>	<b>DESPUÉS DEL CONTACTO CON EL ENTORNO DEL PACIENTE</b>	<b>¿CUÁNDO?</b>	Lávase las manos después de tocar cualquier objeto o mueble del entorno inmediato del paciente, cuando lo deje (incluso aunque no haya tocado al paciente).
		<b>¿POR QUÉ?</b>	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.

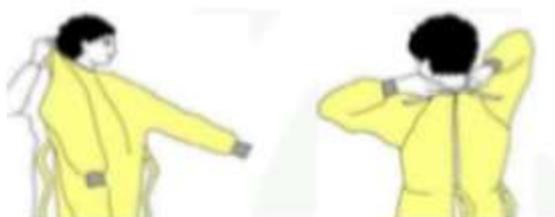


ANEXO II. SECUENCIA DE PUESTA DE EPIS:

1. HIGIENE DE MANOS CON SOLUCIÓN ALCOHÓLICA



2. BATA IMPERMEABLE



Cubrir con la bata todo el torso y atar por detrás a la altura del cuello y cintura

3. MASCARILLA



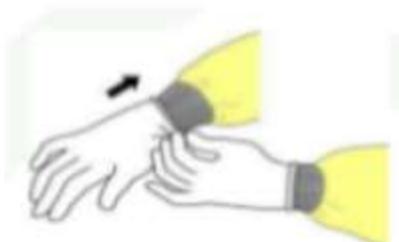
- Asegurar la banda elástica en la mitad de la cabeza y en el cuello
- Ajustar la banda flexible en el puente de la nariz
- Acomodar la mascarilla en la cara y por debajo del mentón
- Verificar el ajuste del respirador

4. PROTECCIÓN OCULAR



Colocar sobre la cara y los ojos y ajustar

5. GUANTES



Extender los guantes cubriendo el puño de la bata

IMPORTANTE: reemplazar los guantes si están dañados o demasiado contaminados, realizando higiene de manos antes de ponerse los nuevos



ANEXO II. SECUENCIA RETIRADA DE EPIS:

1. GUANTES



- Agarrar la parte exterior del guante con la mano opuesta y quitar
- Sostener el guante que se quitó con la mano enguataada
- Deslizar los dedos de la mano sin guante por debajo del otro guante a la altura de la muñeca
- Quitar el guante y desechar en el contenedor de residuos

2. HIGIENE DE MANOS CON SOLUCIÓN ALCOHÓLICA



3. BATA IMPERMEABLE



- Desatar los cordones
- Tocando solamente el interior de la bata, pasarla por encima del cuello y de los hombros
- Voltear la bata del revés
- Doblar o enrollar y desechar en el contenedor de residuos

4. PROTECCIÓN OCULAR



- Coger las gafas por la parte de la banda de la cabeza o de las piezas de la oreja
- Colocar en el recipiente designado para reprocesar o, en caso de imposibilidad, desechar en el contenedor de residuos

5. MASCARILLA



- Liberar la banda elástica inferior elevándola sobre la cabeza, luego la banda elástica superior y por último quitar la mascarilla
- Desechar en el contenedor de residuos

6. HIGIENE DE MANOS CON SOLUCIÓN ALCOHÓLICA