

LAVADO DE MANOS EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19. EXPERIENCIAS FORMATIVAS EN EL HOSPITAL REGIONAL DE CORONEL OVIEDO

LILIAN ROSSANA VERA DE VALDEZ¹

Resumen

El 7 de marzo de 2020 se confirma el primer caso de COVID-19 en Paraguay, días después, el 11 de marzo, la Organización Mundial de Salud declara *Pandemia*. En este contexto, los servicios de salud centraron esfuerzos en preparar al plantel hospitalario para la eventual llegada de casos debido al virus. Se iniciaron, por un lado, la conformación y/o reactivación de los equipos de prevención y control de infecciones y la elaboración de planes de capacitación continúa orientados a las medidas de bioseguridad donde la Facultad de Enfermería y Obstetricia brindo cooperación. El lavado de manos constituye el núcleo de las precauciones estándar y es la medida más eficaz para el control de las infecciones. Si bien se trata de una acción sencilla, su incumplimiento en el ámbito sanitario representa un problema mundial. En ese escenario, docentes de la FENOB Filial Coronel Oviedo juntamente con profesionales del Hospital Regional de Coronel Oviedo desarrollaron capacitaciones al personal sanitario, con el propósito de afianzar la aplicación de esta competencia de alta relevancia, por un lado para salvaguardar la integridad de las personas (funcionarios y pacientes) y por el otro como mecanismo de asistencia conductual, reducción de ansiedad al recordar y/o adquirir conocimientos que le protegerán ante el eventual cuidado de pacientes infectados por COVID-19. Aunque se reconoce la importancia del lavado de manos, el trabajo de capacitación, supervisión y retroalimentación debe ser constante, a fin de lograr un alto nivel de adherencia y una práctica de continua – consiente y eficaz del lavado de manos.

Palabras clave: Covid 19, pandemia, lavado de manos, bioseguridad.

¹ Lic. en Enfermería, Profesora Asistente, Coordinadora de Investigación FENOB UNA Filial Coronel Oviedo. Encargada del Programa de Control de Infecciones Intrahospitalarias, Hospital Regional de Coronel Oviedo. rossi.vera80@gmail.com

HAND WASHING IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC. TRAINING EXPERIENCES AT THE CORONEL OVIEDO REGIONAL HOSPITAL

LILIAN ROSSANA VERA DE VALDEZ

Abstract

On March 7, 2020, the first case of COVID-19 in Paraguay was confirmed, days later, on March 11, the World Health Organization declared a Pandemic. In this context, the health services focused efforts on preparing the hospital staff for the eventual arrival of cases due to the virus. On the one hand, the formation and / or reactivation of infection prevention and control teams and the development of continuous training plans aimed at biosecurity measures where the Faculty of Nursing and Obstetrics provided cooperation began. Handwashing is at the core of standard precautions and is the most effective measure for infection control. Although it is a simple action, its non-compliance in the health field represents a global problem. In this scenario, teachers from the FENOB Subsidiary Coronel Oviedo, together with professionals from the Coronel Oviedo Regional Hospital, developed training for health personnel, with the aim of strengthening the application of this highly relevant competence, on the one hand, to safeguard the integrity of people. (officials and patients) and on the other as a mechanism for behavioral assistance, reduction of anxiety by remembering and / or acquiring knowledge that will protect you from the eventual care of patients infected with COVID-19. Although the importance of hand washing is recognized, the training, supervision and feedback work must be constant, in order to achieve a high level of adherence and a continuous - conscious and effective practice of hand washing.

Key words: Covid 19, pandemic, hand washing, biosecurity

Introducción

Ante el avance del COVID-19 en el mundo y viendo los estragos que estaba causando en varios países, muchos de ellos con los mejores sistemas de salud; en nuestro país, crecía la preocupación ante su inminente llegada, principalmente entre el personal de salud, quienes estarían en la primera línea de batalla, luchando en condiciones que se avizoraban poco favorables.

El 7 de marzo de 2020 es la fecha en que se confirma el primer caso de COVID-19 en el Paraguay y unos días después, el 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud adopta la decisión de declarar el COVID-19 como Pandemia (1).

Un poco antes de estos eventos, entre fines del mes de febrero y principios del mes de marzo de 2020, la mayoría de los servicios de salud centraron sus esfuerzos en preparar al personal para la eventual llegada de la epidemia, teniendo aún vigente la epidemia del dengue, que también exigía el esfuerzo y el trabajo en conjunto de todos.

Se iniciaron, por un lado, la conformación y/o reactivación de los equipos de prevención y control de infecciones y la elaboración de planes de acción, en donde la capacitación continua y la retroalimentación a todo el personal de salud sobre las medidas de bioseguridad se constituirían en una de las acciones principales.

Las precauciones dentro del contexto de la pandemia del COVID-19

Los coronavirus y entre ellos, el SARS-COV-2, responsable de la enfermedad COVID-19, se transmiten principalmente por las *Gotas* (gotas respiratorias de más de 5 micras) producidas al toser, hablar, o estornudar; por *Contacto* con superficies contaminadas por las gotas producidas por los enfermos al toser, hablar o estornudar; y también se menciona la transmisión *aérea*, cuando se realizan procedimientos al paciente enfermo que generan aerosoles.

En base a esto, las precauciones para el manejo de los pacientes probables o confirmados de COVID-19 deben incluir las *precauciones estándar*,

las *precauciones de contacto* y las *precauciones de transmisión por gotas* y, si se van a realizar procedimientos que generan aerosoles deben tomarse *precauciones de transmisión aérea* (1).

Las precauciones estándar, entendida como el conjunto de medidas tomadas para proveer un alto nivel de protección a los pacientes, personal de salud, visitantes y para minimizar el riesgo de la transmisión de cualquier tipo de microorganismo (2); son las que deben ser aplicadas con todos los pacientes, independientemente del diagnóstico o estatus infeccioso del paciente (sospechoso o confirmado) y en cualquier sitio donde se prestan los servicios de salud. Entre estas precauciones se citan: la higiene de manos, el uso de equipo de protección individual según la evaluación de riesgo, la higiene respiratoria, las prácticas de inyección segura, la esterilización/desinfección de equipo médicos y la limpieza del ambiente (1).

De estas medidas, una de ellas es básica y transversal a todas, y cuya aplicación e importancia es muchas veces subestimada por los profesionales de la salud: *el lavado de manos*.

Actualmente se da mucho énfasis al lavado de manos debido a la situación epidemiológica a nivel mundial, como consecuencia de la pandemia del COVID-19. Pero lo que parece un tema sencillo y banal, no funciona todo lo bien que debería. Sin duda alguna, se ha convertido en algo fácil de hablar y difícil de llevar a cabo (3).

Directrices sobre la higiene de las manos en la atención sanitaria

En el 2005 la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó unas Directrices sobre la Higiene de las Manos en la Atención Sanitaria, basadas en la evidencia científica, para ayudar a los centros sanitarios a mejorar la higiene de las manos y de ese modo disminuir las infecciones asociadas a la atención de la salud (4).

Estas directrices son las mismas que se tienen en cuenta dentro del marco de las actividades de prevención y contención del COVID-19.

Es sabido que, en la mayoría de los casos, el vehículo de transmisión de los microorganismos son las manos de los profesionales sanitarios. Los microorganismos se pueden transmitir de un paciente a otro, de una parte, del cuerpo a otra y del entorno al paciente o viceversa. Los gérmenes pueden ir colonizando progresivamente las manos de los profesionales sanitarios durante el proceso de atención (4).

Por tanto, si no se lleva a cabo un buen lavado de manos, mayor será el grado de contaminación de las manos del profesional sanitario y éste pondrá en riesgo la seguridad del paciente, como así también su propia seguridad.

El lavado de manos constituye en gran medida el núcleo de las precauciones estándar y es indiscutiblemente la medida más eficaz para el control de las infecciones (4). Es la medida más importante para reducir la transmisión de microorganismos entre una persona y otra (5).

Es importante recalcar que la higiene de las manos incumbe a todos los profesionales sanitarios que se encuentran en contacto directo o indirecto con los pacientes y su entorno durante sus respectivas actividades asistenciales (4). Aunque se trata de una acción sencilla, su incumplimiento entre los dispensadores de atención sanitaria representa un problema en todo el mundo (6).

La técnica del lavado de manos (figura 1) tiene una duración de 40-60 segundos, y se compone de los pasos siguientes:

- 1) Mojar las manos con agua.
- 2) Aplicar suficiente jabón para cubrir toda la superficie de la mano.
- 3) Frotar las palmas de las manos entre sí.
- 4) Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, con los dedos entrelazados, y viceversa,
- 5) Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 6) Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.
- 7) Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotarlo con un movimiento de rotación y viceversa.

- 8) Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa
- 9) Enjuagarse las manos.
- 10) Secarlas con una toalla desechable.
- 11) Usar la toalla para cerrar el grifo o llave de agua (3, 4, 6).

En cuanto a las indicaciones del lavado de manos, la OMS implementó una estrategia denominada: Los cinco momentos para la higiene de manos (figura 2), con el fin de mejorar su aplicación durante el cuidado asistencial; según esta estrategia la higiene de manos debe realizarse antes del contacto con el paciente, antes de realizar el procedimiento limpio y aséptico, después de la exposición a fluidos orgánicos, luego del contacto con el paciente, y después del entorno con el enfermo; con estos momentos se pretende proteger al paciente, al personal de salud y al entorno para evitar la transmisión de agentes patógenos (6,7).

Capacitación continua en el Hospital Regional de Coronel Oviedo

Tomando en consideración la importancia de afianzar la práctica del lavado de manos de manera efectiva y teniendo en cuenta que el principal problema con el lavado de manos está dada por la falta de cumplimiento o la baja adherencia a ésta norma, se han llevado a cabo los planes de capacitación continua y retroalimentación al personal de salud, buscando que todos tomen conciencia de la importancia de este procedimiento y lo apliquen siguiendo la técnica correcta y en los 5 momentos indicados por la OMS.

Todo esto implica un proceso de educación permanente para quienes se desempeñan en el trabajo y necesitan aprender, reaprender y desaprender, conocimientos, habilidades y aptitudes, a través de los aprendizajes formales y no formales, con el fin de mejorar la atención integral en salud a los usuarios (8).

Sin esta educación continua o permanente, la competencia decrece progresiva e inexorablemente como consecuencia de una dinámica influenciada por varios factores como la incongruencia de la educación inicial con los perfiles

epidemiológicos del entorno, la inexorable tasa de olvido de los conocimientos y el rápido cambio en los contextos de trabajo (9).

Este proceso también implica un compromiso del personal de salud con el cambio de conducta y la adquisición de competencias, buscando de esta manera mejorar el desempeño diario y por sobre todo respondiendo a las necesidades del momento.

Aun con la aparición del COVID-19 y a pesar de toda la evidencia científica a favor del lavado de manos, sigue siendo un desafío lograr que el personal sanitario lo considere como el principal mecanismo de prevención y se adhieran a la práctica rutinaria, siguiendo la técnica correcta, aplicando cada uno de los pasos y cumpliendo con los 5 momentos establecido por la OMS.

Por este motivo, la capacitación continua, acompañado de una supervisión constante y retroalimentación, son estrategias fundamentales para el logro de los objetivos, en este caso brindar una atención con calidad, con mínimos riesgos para los pacientes y los profesionales sanitarios.

Conclusión

Todas las actividades de capacitación llevadas a cabo en el Hospital Regional de Coronel Oviedo, desarrolladas en cooperación con Docentes de la Facultad de Enfermería y Obstetricia Filial Coronel Oviedo, han sido de mucha utilidad en la construcción de un ambiente de trabajo más seguro para todos a través de la aplicación de las precauciones recomendadas.

Si bien se puede afirmar que el personal de salud posee, formal o informalmente conocimientos sobre el lavado de manos, este proceso de capacitación continua ha contribuido a que los mismos reconozcan la importancia del mismo, la relevancia de su aplicación ante el riesgo potencial de contacto con pacientes portadores de COVID-19, y de forma paralela el desarrollo de la cultura del trabajo en equipo entre los mismos.

Un factor muy importante generado por la Pandemia fue el reconocimiento de los docentes, a quienes se les involucro de forma espontánea como facilitadores del proceso de capacitación, supervisión y retroalimentación aplicados en este plan; permitiendo enfatizar acerca de que el mismo debe ser constante, a fin de lograr un alto nivel de adherencia y una práctica del lavado de manos eficaz.

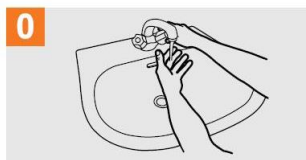
Consideramos, en el marco de la Pandemia del COVID-19, que el mismo ha representado una oportunidad de integrar la docencia con la asistencia, puesto que los docentes han fungido de facilitadores en el ámbito hospitalario para el personal sanitario y por otro lado se ha podido constatar la aplicación de medidas por los gerentes de cada servicio para el cumplimiento estricto de las normas del lavado de manos, teniendo en cuenta la técnica correcta y los momentos indicados, especialmente porque con esta sencilla, económica y efectiva acción definitivamente se salvan muchas vidas.

Figura 1 – Técnica correcta del lavado de manos.

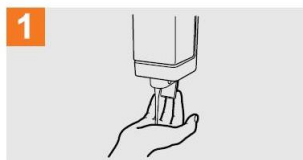
¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

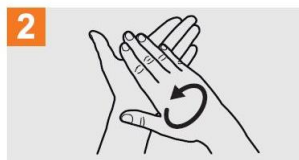
0 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



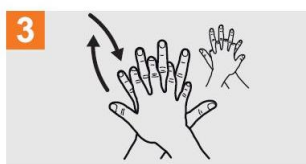
Mójese las manos con agua;



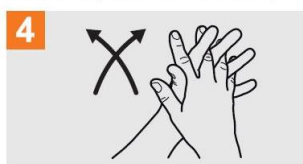
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



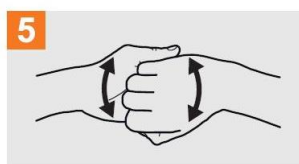
Frótese las palmas de las manos entre sí;



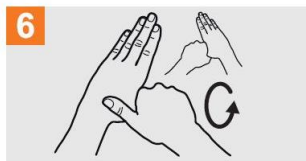
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



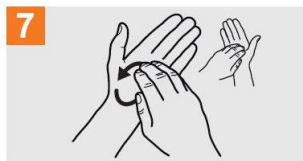
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



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



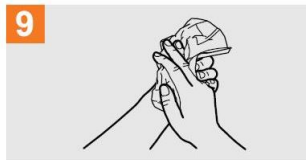
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



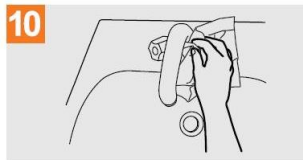
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



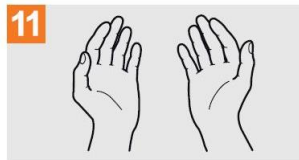
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

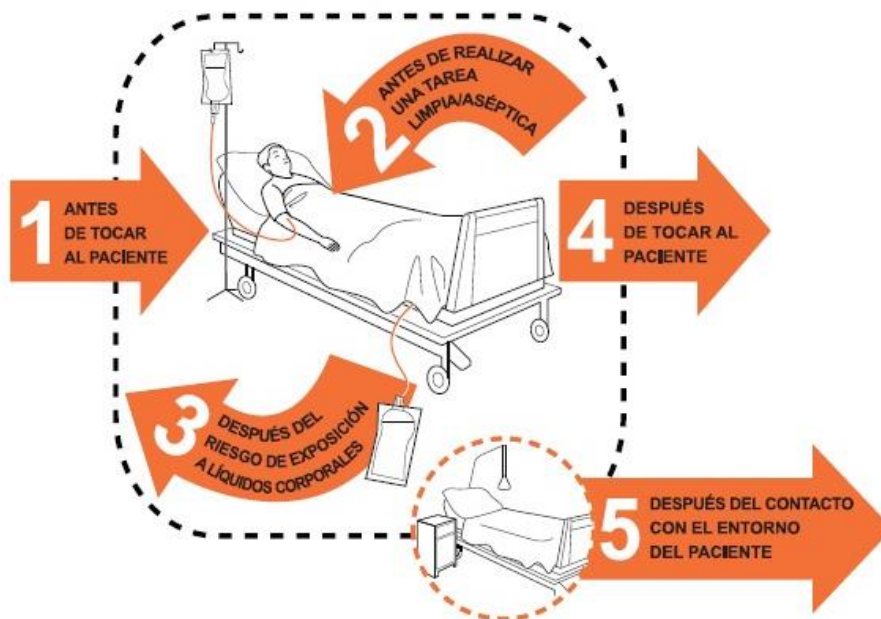
La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Completa el factor la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. 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.

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010

Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS)

Figura 2 – Los cinco momentos para la higiene de las manos

Sus 5 Momentos para la Higiene de las Manos



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



Organización Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Comprenda el lector la responsabilidad de la integridad y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a las Instituciones Universitarias de Ginebra (IUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010

Fuente: Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guía técnica de prevención y control de infecciones durante la atención sanitaria de casos sospechosos o confirmados de COVID-19. Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. Paraguay, 2020. Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/dependencias/portal/adjunto/2cf2cb-Previncinycontroldeinfecciones23.03.pdf>
2. Manual de prevención y control de infecciones asociadas a la atención de la salud. Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. Paraguay, 2017.
3. Naranjo Hernández Y. La importancia del lavado de las manos en la atención sanitaria. Medisur [revista en Internet]. 2014 [citado 2015 Sep 17]; 12(6): [aprox.2p.]. Disponible en: <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/2879>
4. Manual técnico de referencia para la higiene de las manos Dirigido a los profesionales sanitarios, a los formadores y a los observadores de las prácticas de higiene de las manos. Organización Mundial de la Salud, 2009. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/102537/WHO_IER_PSP_2009.02_spa.pdf;sequence=1
5. Guía para la prevención y el control de las infecciones en servicios de salud, dirigida a estudiantes de las carreras de ciencias de la salud. Organización Panamericana de la Salud, 2007.
6. Alianza mundial para la seguridad del paciente. Directrices de la OMS sobre higiene de las manos en la atención sanitaria. Unas manos limpias son manos más seguras. Organización Mundial de la Salud, 2005. Disponible en: https://www.who.int/patientsafety/information_centre/Spanish_HH_Guidelines.pdf?ua=1
7. López Cudco LL, Herrera Sánchez PJ, Rodríguez Díaz JL, Parcon Bitanga M. Adherencia a la higiene de manos por el personal de enfermería. *Rev. Arch Med Camagüey*. 2019; 23 (4): 464-476
8. Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. Educación permanente. Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/inepeo/educacion.html>
9. Carvajal Hermida EY. Nuestro Departamento: Gestión en Educación. Un Reto Permanente Actual. *Enferm*. 2006; 9(1): 36-39. Disponible en: <https://encolombia.com/medicina/revistas-medicas/enfermeria/ve-91/enfermeria9106-gestion/>