



Recomendaciones generales y ambientales respecto al uso de los EPP



*Cuidamos a los
que cuidan*

www.scare.org.co
www.fepasde.com

INDICE

Introducción

1 Sobre obligatoriedad de los EPP y por qué son fundamentales en el área de la salud

1.1 Elementos de protección respiratoria

1.2 Elementos de protección ocular

1.3 Protección corporal para el Talento Humano en Salud

2 Recomendaciones preventivas para enfrentar la crisis sanitaria

2.1 Instrucciones de auto cuidado y protección personal

2.2 Recomendaciones ambientales durante cada procedimiento médico

Bibliografía

Introducción

Como bien sabemos, los Equipos de Protección Personal (EPP) son aquellos equipos, elementos o dispositivos proyectados y fabricados para proteger al cuerpo humano de riesgos específicos, accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.

El **Talento Humano en Salud** debe contar con estos implementos y usarlos de forma individual. Cada profesional, de acuerdo a su especialidad, necesitará utilizar distintos implementos que lo mantendrán protegido durante una intervención, procedimiento u otro tratamiento médico que represente un riesgo para su integridad.

Esta importante medida hace parte de la cultura de **“autocuidado”**, la cual ha tomado fuerza con la actual crisis sanitaria que ha generado afectaciones a nivel global. Sin embargo, esto no es algo nuevo, los EPP han tenido trascendencia y desde hace tiempo atrás se ha recalcado la obligación que tienen los prestadores de salud con el suministro de estos elementos de protección.



Con el objetivo de reducir los riesgos prevalentes en la **actividad médica**, se debe capacitar a todos los profesionales para que le den el uso adecuado a los elementos de protección personal, de tal forma que la efectividad sea de un nivel superior, garantizando el bienestar, seguridad y cuidado de todo el gremio.

Es importante mencionar que un profesional seguro y protegido se sentirá en las mejores condiciones para llevar a cabo su indispensable labor y, además, estará fortalecido emocionalmente porque prevalecerá su integridad por encima de cualquier otro factor.

Debido a lo anterior, hemos desarrollado esta guía para **capacitar a todo el Talento Humano en Salud acerca de la obligatoriedad de los EPP**, su desinfección y recomendaciones preventivas que deben ejecutarse desde ahora y perdurar con el paso del tiempo.

**¡La protección de los
profesionales de la salud
es nuestra prioridad!**



1 Cuáles son los EPP obligatorios y por qué son fundamentales en el área de la salud

El **Talento Humano en Salud** pone a nuestra disposición su conocimiento y profesionalismo para atender cualquier tipo de anomalía que ponga en riesgo el óptimo funcionamiento de nuestro organismo. Es por esto que debemos velar y exigir las mejores condiciones para todos los profesionales, desde la [S.C.A.R.E](#) y [FEPASDE](#) se recomienda lo siguiente:



Como profesional debes revisar y asegurarte de contar con todos los **elementos de protección personal** según tu área de desempeño.



Si no cuentas con ellos, podrás solicitarlos al empleador o entidad de salud contratante, siempre dejando constancia de esta solicitud.



Debes revisar y mantener vigentes las condiciones con la **ARL**, entidad que se encargará de **minimizar tu riesgo laboral** sin importar la especialidad.



Por otro lado, es indispensable que la Institución Prestadora de Salud (IPS) establezca y estandarice **protocolos de limpieza y desinfección** para evitar escenarios que amenacen la integridad de quienes gestionan los diferentes procedimientos médicos.

Además, se recalca que proveer los elementos de protección personal no es suficiente, es necesario **capacitar e instruir al Talento Humano en Salud para su correcto uso**, inculcando el auto cuidado durante y después de la jornada. En los siguientes puntos mencionaremos cuáles son los elementos obligatorios para que sirva de apoyo tanto para los profesionales como para las instituciones prestadoras del servicio.

1.1 Elementos de protección respiratoria

Durante la atención o un procedimiento es indispensable el **uso de elementos de protección a nivel respiratorio**. La mascarilla quirúrgica, el respirador N95 o los valvulados, son recursos con los que siempre debe contar el profesional en salud. A continuación te contaremos en qué casos se debe usar cada uno:

B-Respirador de alta eficiencia N95

Es un elemento muy importante en los **procedimientos generadores de aerosoles** como: manipulación de la vía aérea o compresiones torácicas. Existen otros respiradores de alta eficiencia como los FFP2 recomendados para el aislamiento por aerosoles durante la atención médica, pero en este momento hay desabastecimiento de los mismos.



Entre otras afectaciones

Herpes zóster diseminado

Es preciso recordar que los respiradores N95 son fundamentales y están indicados para prevenir la transmisión de:

Tuberculosis

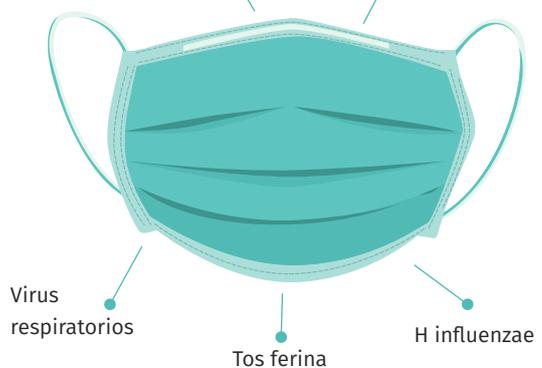
Sarampión

Varicela

A-Mascarilla quirúrgica

Es un elemento indicado en aislamiento por gotas, su uso es vital para atender:

Pacientes hospitalizados en condiciones normales Síndromes respiratorios agudos (SARS y MERS)



Virus respiratorios

Tos ferina

H influenzae

¿Cuál es su uso correcto?

Para cumplir con el uso adecuado del **respirador N95** debes enfocarte en tres momentos:

Si es de uso extendido

- Puedes usarlo durante 8 horas continuas sin retirarlo
- Debes desecharlo cuando exista algún contacto con secreciones o cuando presente un daño físico o alteraciones en el ajuste

Reusarlo cuando sea necesario y si está permitido

- Puedes utilizarlo máximo 5 veces
- Debes verificar que el ajuste de la máscara a la cara se encuentre en óptimas condiciones
- Debes almacenarlo en una bolsa de papel cada vez que lo uses por 7 días (máximo)

Durante la esterilización

- Debes hacerlo, preferiblemente, a través de los dos métodos recomendados: 1. peróxido de hidrógeno que puede ser plasma o líquido; 2. Cuartos de luz ultravioleta con rotación de luz.
- Sigue las recomendaciones del fabricante al pie de la letra



B-Respiradores valvulados

Este elemento es recomendado para la industria y ha sido sugerido durante la pandemia por desabastecimiento del N95 y FFP2



Este elemento protege directamente al portador, pero su aire exhalado discriminadamente puede afectar a las demás personas.

Si se presenta escasez del N95, se sugiere **portar una máscara quirúrgica** sobre el respirador valvulado.



1.2 Elementos de protección ocular

El **uso de la careta y de las monogafas** es importante cuando se le está brindando atención en salud a pacientes con sospecha o confirmación de algún virus o patología que puede ser transmitida a otra persona.

Las gafas están diseñadas para cubrir de forma oclusiva todo el contorno de los ojos e impedir el contacto de partículas con la mucosa conjuntival. **Las caretas** cubren transversalmente y de manera envolvente toda la cara, desde la frente hasta el mentón.

El uso de estos elementos funciona como barrera sólida que evita salpicaduras sobre los ojos



1.3 Protección corporal para el Talento Humano en Salud

Ya vimos cuáles son los **elementos de protección ocular y facial**, ahora es momento de conocer los necesarios para proteger aquellas zonas expuestas a un posible contacto con secreciones u otro tipo de fluido que represente un riesgo para el Talento Humano en Salud:

A-Guantes

Es un elemento imprescindible y que no puede faltar durante la atención o algún procedimiento específico, te sugerimos que sigas las siguientes recomendaciones:



Lávate las manos previo a la colocación de los guantes, los cuales pueden ser limpios o estériles dependiendo el procedimiento médico que se vaya a realizar.



Evita higienizar los guantes antes de retirarlos, ya que esto no previene el virus. **Recuerda que el alcohol no tiene efectividad sobre el látex**



Debes **higienizar tus manos con alcohol** apenas te retires los guantes



Ten presente que el uso de doble guante no disminuye el riesgo de contaminación por infecciones transmisibles

B-Overoles

Los overoles antifluidos te brindarán protección en un gran porcentaje del cuerpo mientras le brindas una atención especializada al paciente. Para que cumpla verdaderamente con su misión, te hacemos las siguientes recomendaciones:

Protocolo de colocación:



Protocolo de retiro:



Debe ser fácil de retirar para disminuir el riesgo de algún tipo de contagio

Pídele el favor a un compañero o la persona encargada para que te supervise mientras te colocas y retiras este elemento de protección



C-Gorros

El uso del gorro mientras se atiende un paciente con Covid-19 es opcional, será decisión del Talento Humano en Salud o de la institución a la que pertenece. No existen evidencias que comprueben la reducción de un posible contagio con la utilización de este elemento.



E-Polainas

Finalmente, se recomienda el uso de polainas en zonas quirúrgicas o en áreas críticas. Deben cubrir los zapatos en su totalidad y su retiro se dará una vez se abandone la zona de riesgo.

D-Batas

El uso de las batas antifluido es fundamental y obligatorio ya que:

- Repele fluidos
- Es de alta durabilidad y resistencia
- Es liviana y cómoda
- No destiñe con cloro
- Seca rápidamente



Lo ideal es que sea fácil de colocar y retirar para evitar el riesgo de exposición, ambos procesos deberían lograrse en un solo paso para mayor seguridad.

2 Recomendaciones preventivas para enfrentar la crisis sanitaria



Como todos sabemos, el Talento Humano en Salud ha dado lo mejor de sí para enfrentar y superar la Covid-19 en todo el territorio nacional, su labor ha sido indispensable y de vital importancia para frenar las consecuencias que puede dejar la crisis sanitaria.

Debido a esto se hace muy necesario **cuidar su salud e integridad**, es por esto que en este espacio daremos algunas recomendaciones y consejos que serán de gran ayuda para proteger a todo el Talento Humano en Salud. Revisa cada una y aplícalas de forma asertiva para que tu calidad de vida mejore con el paso de los días.

2.1 Instrucciones de auto cuidado y protección personal

El auto cuidado y protección personal debe ser tu prioridad, es necesario que lles a cabo las siguientes instrucciones con disciplina, responsabilidad y persistencia durante y después de una jornada matutina:



En casa:

- **Lávate las manos frecuentemente**, utiliza abundante agua y jabón, posteriormente desinfecta con la técnica del barrido. Hazlo de esta manera porque el jabón no elimina el virus por sí solo
- **Ubica la ropa hospitalaria en un lugar apartado**, en la medida de lo posible que no sea en tu hogar. Si no es posible, debes lavar los uniformes hospitalarios una vez llegues a tu casa sin mezclar con las prendas de uso cotidiano.
- Desinfecta y lava la ropa hospitalaria con agua caliente para eliminar el virus



En todo momento:

- Es de vital importancia que **mantengas el distanciamiento físico**, recuerda que los pacientes asintomáticos también son transmisores del virus.
- Es fundamental que te laves las manos frecuentemente, **utiliza abundante agua y jabón y desinfecta** con la técnica del barrido, tómate entre 40 a 60 segundos para garantizar el arrastre del virus.
- Te recomendamos que utilices hipoclorito de sodio o amonios cuaternarios para desinfectar superficies como: barandas, puertas, bolsos, entre otros.

En la institución prestadora de servicios de salud:

- **Utiliza los EPP frecuentemente** dependiendo del tipo de atención y retira cuidadosamente para evitar el contagio
- Lávate las manos cumpliendo con los 5 momentos que recomienda la OMS:
 - Antes de tocar al paciente
 - Antes de realizar una tarea limpia/aséptica
 - Después del riesgo de exposición a líquidos corporales
 - Después de tocar al paciente
 - Después del contacto con el entorno del paciente
- Desinfecta la careta, monogafas, máscaras elastoméricas y los respiradores potenciados de aire purificante después de cada uso.
- **Capacítate para que le des el uso adecuado a los EPP**, llevando a cabo el proceso de colocación y retiro de la forma correcta
- Capacítate sobre el uso y reuso de los EPP a nivel hospitalario

2.2 Recomendaciones ambientales durante cada procedimiento médico

Es importante evaluar el ambiente, flujos y recambios de aire, entre otros aspectos, con el objetivo de realizar las adaptaciones necesarias para cuidar al personal de la salud y a quienes frecuenten las zonas hospitalarias.

Recambios de aire en unidades con presión positiva y negativa

Positiva

El flujo de aire se da con una tendencia dinámica.

Negativa

El flujo de aire se da de forma unidireccional, será nueva cada vez que entre a la unidad.

Recomendación: en las salas de procedimientos con recambios de aire de presión positiva se debe evaluar la salida de aire del proceso generador de aerosoles hacia el exterior o si, en caso contrario, se dirige hacia los pasillos de circulación de quirófanos es necesario usar mascarilla N95.

Sobre intercambios y recambios

Habitaciones con presión negativa monitoreada en relación con el área circundante	Recambio de una habitación estándar (12 M ²)	Mecanismo
12 intercambios/hora para construcciones nuevas y renovaciones.	Cada 30 minutos	El aire se extrae directamente al exterior o se recircula a través de la filtración HEPA antes de su retorno.
6 intercambios/hora de instalaciones existentes.		Si no se cuenta con un sistema que permita los recambios de aire, se debe garantizar una ventilación natural.

En conclusión, el **Talento Humano en Salud** es un eslabón fundamental para la sociedad, su labor nos permitirá mitigar los impactos de la crisis sanitaria y nos generará estabilidad cuando los expertos epidemiológicos confirmen el control absoluto de la pandemia. Todo el gremio debe estar capacitado, usar debidamente los EPP y llevar a cabo acciones que fortalezcan su **salud mental y emocional**.

Desde la S.C.A.R.E y FEPASDE cuidamos a los que nos cuidan. Recuerde que estamos disponibles las 24 horas y los siete días de la semana para brindarte asesorías jurídicas en asuntos propios de la profesión, nuestros expertos resolverán todas las dudas que tengas.

Afíliate con nosotros aquí →

Fuentes consultadas

- Organización Mundial de la Salud
[Pasos para ponerse y quitarse el equipo de protección personal \(EPP\)](#)
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades (ECDC)
[Máscaras de tela y esterilización de máscaras como opciones en caso de escasez de máscaras quirúrgicas y respiradores](#)
- Cambridge University
[La carrera armamentista de control de la infección COVID-19](#)
- Medrxiv
[Estabilidad del aerosol y de la superficie del HCoV-19 \(SARS-CoV-2\) en comparación con SARS-CoV-1](#)
- Comunidad Académica S.C.A.R.E
Webinar:
[Uso, abuso, reuso de los E.P.P y pruebas diagnósticas](#)





www.scare.org.co
www.fepasde.com

Cuidamos a los que cuidan



www.facebook.com/SCAREColombia
www.facebook.com/soyfepasde/



[@scarecolombia](https://twitter.com/scarecolombia)
[@fepasde](https://twitter.com/fepasde)



[scarecolombia](https://www.instagram.com/scarecolombia)
[fepasdecol](https://www.instagram.com/fepasdecol)