



Recomendaciones para prevenir el riesgo biológico para estudiantes de medicina y ciencias de la salud. Julio 2020

El riesgo biológico es, probablemente, el de mayor magnitud y trascendencia al que deben hacer frente los profesionales que desempeñan su labor en los servicios sanitarios. La prevención de heridas causadas por el manejo de instrumental sanitario cortopunzante y la de infecciones adquiridas a través de gotas, contacto o la vía respiratoria son algunos de los riesgos más relevantes.

Es importante que todas las personas que están en periodo de formación práctica en hospitales y centros de salud o sociosanitarios conozcan, como futuros profesionales sanitarios, las actuaciones a desarrollar y cumplan una serie de recomendaciones.

Dichas recomendaciones se agrupan en tres apartados: a) previas al inicio de la formación práctica, b) a tener en cuenta durante el periodo formativo y c) en caso de accidente.

Recomendaciones previas al inicio de la formación práctica

1. Vacunaciones

Hay una serie de vacunaciones, incluidas en el calendario vacunal, que son muy recomendables para cualquier persona y, particularmente, para cualquier profesional de la asistencia sanitaria.

Por todo ello, es conveniente que revise su calendario vacunal, asegurándose de haber recibido las dosis oportunas que aseguren una correcta protección.

En caso necesario, debe consultar su situación inmunológica en su centro de salud con el médico de atención primaria que le corresponda y completar las vacunas que sean necesarias.

Hepatitis B

Con la introducción de esta vacuna en los programas de vacunación infantil, la incidencia de la enfermedad se ha reducido de manera espectacular. Sin embargo, no se ha eliminado por completo.

Gripe

La transmisión de la gripe en el entorno sanitario es uno de los principales motivos de patología laboral. Además, los trabajadores sanitarios pueden transmitir el virus a pacientes de alto riesgo para esta infección. Por ello es una vacuna recomendable anualmente para todos los profesionales sanitarios, incluidos los estudiantes de medicina y otras ciencias de la salud que tienen contacto con pacientes.

Tétanos y difteria

Vacunas de recomendación general para toda la población e incluidas en el calendario vacunal infantil, se completará la vacunación en caso necesario (Menos de 5 dosis previas)

Sarampión, parotiditis y rubéola

Aunque el sarampión se ha convertido en los últimos años en una infección muy poco frecuente, se considera que su riesgo de contagio en el personal sanitario es mayor al de la población general.

La incidencia de rubéola ha disminuido de forma notable desde la incorporación de la vacuna en los calendarios de inmunización sistemática infantil. Pese a ello, un porcentaje próximo al 10 y el 15 por ciento de adultos jóvenes en nuestro país siguen siendo susceptibles a esta infección.

La transmisión nosocomial de la parotiditis se ha descrito con relativa frecuencia en los últimos años, aunque, en forma de casos esporádicos.

Varicela

La vacuna frente a varicela está incluida en el calendario vacunal infantil. En caso de no haber padecido la enfermedad o haber recibido las dosis necesarias se recomienda la vacunación

2. Situaciones especiales

- Si padece algún problema de salud que pueda comprometer su situación inmunológica, o que incremente el riesgo de padecer alguna enfermedad infecciosa, deberá ponerlo en conocimiento del profesor que tutorice su actividad práctica a fin de establecer, en su caso, las medidas preventivas oportunas.
- Si va a realizar alguna rotación fuera de España, o algún viaje de cooperación internacional sanitaria, es recomendable que consulte -con tiempo suficiente- las medidas de precaución y vacunas necesarias con la Unidades de Información y Atención a Viajeros Internacionales.

Recomendaciones durante la formación práctica

1. Precauciones de obligado cumplimiento con todos los pacientes

Es muy importante que tenga en consideración los siguientes puntos:

Higiene de manos

La correcta higiene de manos es el principal pilar en la interrupción de la cadena epidemiológica de la transmisión de las infecciones. Debe realizarse bien con agua y jabón, bien con un producto de base alcohólica.

La higiene de manos debe hacerse siempre: a) antes del contacto con el paciente, b) antes de realizar una técnica aséptica, c) tras estar en contacto con líquidos corporales,

d) después del contacto con el paciente y e) tras haber estado en contacto con el entorno del paciente.

La correcta higiene de manos y el uso de mascarillas son esenciales para reducir el riesgo de contagio de enfermedades como COVID o gripe.

Uso de guantes

Tenga en cuenta que su uso nunca sustituye a la higiene de manos. Recuerde que un uso inadecuado, o prolongado, de los mismos puede suponer un riesgo de infección para los pacientes y de dermatitis para Vd.

La utilización de guantes es necesaria únicamente cuando se esté en contacto con sangre y líquidos orgánicos, secreciones, excreciones, instrumentos contaminados, mucosas y lesiones de piel.

Se debe realizar cambio de guantes entre procedimientos en el mismo paciente. Es necesario retirarlos inmediatamente después del contacto con el paciente, antes de salir de la habitación, o antes de realizar cualquier actividad con otro paciente. Si se rompiesen o perforasen durante su utilización, es preciso quitárselos, lavarse inmediatamente las manos, o utilizar productos de base alcohólica, y ponerse unos nuevos.

Uso de mascarillas

Desde el 20 de mayo (BOE 142, de 20/5/2020) el uso de mascarilla es obligatorio en la vía pública, en espacios al aire libre y en cualquier espacio cerrado de uso público, o que se encuentre abierto al público, siempre que no sea posible mantener una distancia de seguridad interpersonal de al menos dos metros. Esto incluye, como es obvio, los hospitales y centros de salud y sociosanitarios.

El tipo de mascarillas recomendadas en el ámbito asistencial son las llamadas médicas o quirúrgicas.

Las mascarillas con filtro, conocidas como ffp3 ffp2 o N95, sólo están indicadas cuando se realicen procedimientos y cuidados del paciente en los que exista posibilidad de salpicaduras de sangre, fluidos corporales o secreciones, especialmente al realizar aspiración, intubación o procedimientos que generen aerosoles.




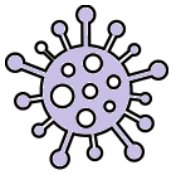
2. Precauciones en casos especiales

Determinadas enfermedades infectocontagiosas (transmitidas por contacto, gotas o aire) requieren precauciones específicas. Para evitar su transmisión todos los centros hospitalarios disponen de normas al respecto. No dude en consultar con el profesor que tutela su formación cualquier duda, o dificultad, respecto a su cumplimiento. Como referencia, estas son las precauciones recomendadas por el Servicio de Medicina Preventiva y Salud Pública del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa para reducir el riesgo de transmisión de las enfermedades transmisibles.

salud		PRECAUCIONES EN LA ATENCIÓN A PACIENTES CON ENFERMEDADES TRANSMISIBLES				IACS Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud
NORMAS DE ATENCIÓN A PACIENTES CON PATOLOGÍA TRANSMISIBLE - TIPOS DE PRECAUCIONES	PRECAUCIONES	ESTÁNDAR	CONTACTO	GOTAS	AIRE	
	HABITACIÓN INDIVIDUAL	NO NECESARIA Excepto si la higiene del paciente es incorrecta	NECESARIA	NECESARIA	OBLIGATORIA	
	BATA (Limpia y NO estéril)	NO NECESARIA Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre y fluidos	OBLIGATORIA Cuando haya contacto con paciente	NO NECESARIA Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre y fluidos	NO NECESARIA Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre y fluidos	
	MASCARILLA	NO NECESARIA Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	NO NECESARIA Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	MASCARILLA QUIRURGICA OBLIGATORIA	MASCARILLA AUTOFILTRANTE OBLIGATORIA	
	GAFAS	NO NECESARIAS Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	NO NECESARIAS Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	NO NECESARIAS Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	NO NECESARIAS Excepto si existe riesgo de salpicaduras con sangre, secreciones y fluidos	
	GUANTES	OBLIGATORIOS En manipulación de sangre, secreciones, excreciones, fluidos, mucosas y piel no intacta	OBLIGATORIOS SIEMPRE	OBLIGATORIOS En manipulación de sangre, secreciones, excreciones, fluidos, mucosas y piel no intacta	OBLIGATORIOS En manipulación de sangre, secreciones, excreciones, fluidos, mucosas y piel no intacta	
	ENFERMEDADES MÁS COMUNES	TODOS los pacientes Durante TODA la estancia hospitalaria	<ul style="list-style-type: none"> Abscesos e infecciones mayores de herida quirúrgica y de piel Conjuntivitis víricas Diarrea por C. difficile Gastroenteritis Sarna y pediculosis Úlceras infectadas 	<ul style="list-style-type: none"> Enf. invasiva por H. influenzae y N. meningitidis Gripe Parotiditis Tosferina Rubéola 	<ul style="list-style-type: none"> Tuberculosis pulmonar o laríngea Varicela Zoster diseminado Sarampión 	

Documento elaborado dentro del proyecto de investigación "Efecto de las precauciones de aislamiento sobre la seguridad del paciente hospitalizado y valoración de la idoneidad del paciente como fuente para la identificación de incidentes y eventos adversos" financiado por Instituto de Salud Carlos III a través del Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) "Una forma de hacer Europa". En caso de atención a pacientes infectados o colonizados por gérmenes multirresistentes consulte con el Servicio de Medicina Preventiva del hospital.

Las precauciones estándar o universales, son las que deben practicarse para todos los pacientes, independientemente de la patología que padecen. Con motivo de la pandemia COVID, dichas precauciones se han ampliado. Como referencia deben considerarse las siguientes:

PRECAUCIONES ESTANDAR AMPLIADAS EN EL AMBITO ASISTENCIAL			
Higiene de manos	Material punzante	Útiles y dispositivos clínicos	Distancia y contacto con otras personas
			
Lavado de manos y/o uso de productos de base alcohólica	Depositar en contenedores específicos para la recogida	Limpieza, desinfección o esterilización	Procure estar al día en su calendario vacunal. La vacuna frente a gripe es importante si tiene contacto con pacientes
Mascarillas quirúrgicas	Equipos de protección respiratoria	Control de temperatura corporal	Determinación de PCR y pruebas rápidas
			
Obligatorias para profesionales, visitas y cuidadores.	Sólo en maniobras que generen aerosoles	Ante aparición de febrícula o sintomatología respiratoria consulte a su médico	No están recomendadas de forma generalizada. Sólo por indicación médica

PRECAUCIONES EN AULAS Y ESPACIOS COMUNES DE LA FACULTAD		
Distancia física	Limpieza y desinfección	Higiene de manos
		
Procure mantener distancia dentro y fuera del aula	Desinfecte con frecuencia teclados de ordenador teléfono móvil y bolígrafos(toallita con alcohol)	Realice higiene de manos frecuentemente

Recomendaciones en caso de accidente

En caso de accidente por pinchazo o corte, debe ponerse **lo antes posible** en contacto con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales correspondiente al centro en el que está realizando las prácticas. En el mismo realizarán la valoración del riesgo y le orientarán sobre las medidas y seguimiento adecuados.