



EPI para proveedores de apoyo a la lactancia en el entorno comunitario

A medida que pasa de realizar consultas online a ver más clientes en persona, tiene una decisión importante que tomar: ¿Qué equipo de protección individual (EPI) usará durante su trabajo con padres y bebés? Esta hoja informativa está diseñada para ayudarle a pensar en esa pregunta y llegar a respuestas que son científicamente sólidas y prácticas para implementar.



¿Qué es el EPI?

El EPI incluye:

- Mascarilla
- Guantes
- Protección ocular (gafas, careta)
- Batas

¿Cómo debe decidir?

El EPI que necesite para una consulta o visita, depende de tres consideraciones generales:

- El emplazamiento o lugar
- El estado de COVID-19 de las personas implicadas
- Las tareas relacionadas con proveer apoyo a la lactancia

Comience por considerar estas guías básicas.

- Conozca el estado de COVID-19 de su cliente.
- Como mínimo, todos los participantes deben llevar una mascarilla.
- Lleve guantes si sus manos van a estar en contacto con fluidos corporales.
- Mantenga una buena higiene de manos antes y después de la visita, tras tocar al cliente, dejar la habitación o la casa o al retirarse la mascarilla y los guantes.
- La protección ocular y la bata no son necesarias.
- Si trabaja en un hospital, siga las recomendaciones de su institución.

Comprenda estos factores clave sobre las mascarillas.



- Las mascarillas quirúrgicas están recomendadas para consultores de lactancia, clientes y cualquiera que esté en la habitación durante la consulta.
- Las mascarillas no son sustitutas de otras medidas de prevención de infecciones como el lavado de manos y el distanciamiento físico.
- Las mascarillas de tela no están recomendadas para aquellos que provean cuidados en un entorno clínico, incluyendo los proveedores de apoyo a la lactancia. Las mascarillas están destinadas a prevenir a las personas con COVID-19 confirmado o sospecha, de infectar a otros.
- Las mascarillas están también recomendadas para aquellos que cuidan de pacientes COVID-19 positivo.

Aprenda los pasos adecuados sobre cómo ponerse una mascarilla.



- Lávese las manos primero, entonces colóquese una mascarilla limpia.
- La mascarilla se debe llevar ajustada alrededor de la barbilla y por encima de la nariz.
- No toque su mascarilla mientras esté sobre su cara.
- Deseche su mascarilla una vez esté húmeda.

Aprenda a retirarse correctamente su mascarilla.

- La parte delantera se considera contaminada. No la toque.
 - Si sus manos se contaminan mientras se está retirando la mascarilla, láveselas inmediatamente o utilice gel desinfectante.
 - Dependiendo del tipo de mascarilla, coloque el elástico alrededor de las orejas y quítelo sin tocar la parte delantera, o agarre los lazos inferiores, después los superiores y quítesela sin tocar la parte de delante.
 - Deseche la mascarilla en un contenedor de basura.
-

Tenga en cuenta el uso adecuado de guantes.

- Recuerde que los guantes no reemplazan la higiene de manos.
- Colóquese los guantes antes de entrar en contacto con membranas mucosas, piel no intacta o sangre. Esto incluye colocárselo antes de un examen oral a un bebé, y antes de tocar a un paciente/cliente que tenga heridas abiertas.
- Quítese los guantes tras cuidar de un paciente/cliente. Nunca utilice el mismo par de guantes para más de un cliente/paciente.



Guía para ponerse los guantes.

- Mantenga los guantes en su envoltorio original. Coja solo un guante al principio.
- Tocando solo el borde superior del puño, póngase el primer guante.
- Utilizando la mano desnuda, saque el segundo guante. Toque solo el puño del guante.
- No toque su antebrazo con la mano que tiene el guante. Gire la superficie externa del guante que está poniendo en los dedos doblados de la mano con el guante y póngase el segundo.
- Una vez que los tenga colocados, sus manos solamente deberán tocar al cliente/paciente.

Cuando la indicación de lavarse las manos ocurra antes de un contacto que requiere utilizar guantes, realice la higiene de manos frotándose con gel desinfectante o lavándolas con agua y jabón.

I. Cómo ponerse los guantes.



1. Saque un guante de su caja original.



2. Toque solo una superficie restringida del guante, correspondiente a la muñeca (en el borde superior del puño).



3. Colóquese el primer guante.



4. Coja el segundo guante con la mano desnuda y toque solo una superficie restringida del guante, correspondiente a la muñeca.

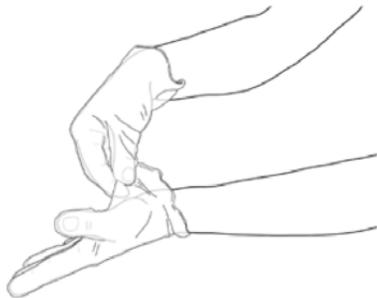


5. Para evitar tocar la piel del antebrazo con la mano que tiene el guante, gire la superficie externa del guante para colocarse en los dedos doblados de la mano con guante, permitiendo así colocar el guante en la segunda mano.

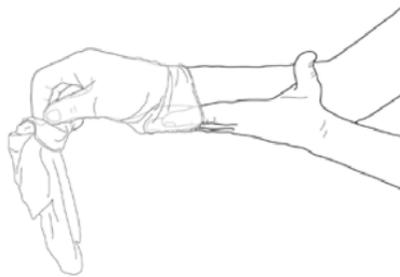


6. Una vez que esté colocado, las manos no deben tocar nada más que no esté definido por indicaciones y condiciones de uso de guantes.

II. Cómo quitarse los guantes.



1. Pellizque un guante a la altura de la muñeca para retirarlo, sin tocar la piel del antebrazo, y retírelo lejos de la mano, permitiendo así que quede del revés.



2. Agarre el guante retirado con la mano que todavía lo tiene, y deslice los dedos de la mano desnuda entre el guante y la muñeca de la otra. Retire el segundo enrollándolo hacia la mano y dóblelo sobre el primer guante.



3. Deseche los guantes retirados.

4. Entonces, realice la higiene de manos frotándose con un gel desinfectante o lavándolas con agua y jabón.

Retírese los guantes adecuadamente.

- La parte externa de los guantes está contaminada. Si sus manos se contaminan mientras se retira los guantes, inmediatamente lávelas o utilice gel desinfectante.
- Usando una mano con guante, agarre la palma del otro guante y quítelo. Sosténgalo con la otra mano que aún tiene el guante.
- Deslice los dedos de la mano sin guante debajo del que falta por quitar, en la muñeca, y retire el segundo guante por encima del primero.
- Deséchelos en un contenedor de basura.



Si bien las batas no están implícitamente recomendadas, considere usar una prenda exterior.

- Ni la CDC ni la OMS recomiendan batas para aquellos que proveen apoyo a la lactancia en la comunidad.
- Sin embargo, los expertos clínicos recomiendan utilizar una prenda exterior (como un uniforme o chaqueta) mientras esté viendo a un cliente/paciente.
- Una vez que se vaya del domicilio, considere retirarse la prenda exterior.
- Considere llevar puesta una prenda exterior diferente para cada paciente.

Los últimos pasos: qué hacer cuando llegue a casa.

- No se han proporcionado recomendaciones específicas. Considere lavarse las manos y la cara o darse una ducha.
- Considere lavarse las ropas que llevó puestas.

Las recomendaciones están basadas en la CDC, OMS y otras guías disponibles en el momento de publicación. Todos los proveedores deben consultar su empleador, institución o departamento de salud local para desarrollar un plan de EPI personal.

