

ANEXO N° 11

CONSEJOS SOBRE LA UTILIZACIÓN DE MASCARILLAS EN EL ENTORNO COMUNITARIO, EN LA ATENCIÓN DOMICILIARIA EN EL CONTEXTO DEL BROTE DE COVID-19

Introducción

El presente documento contiene directrices provisionales sobre la utilización de mascarillas en comunidades que han notificado la aparición de brotes causados por el SARS-CoV-2. Está dirigido a profesionales, coordinadores sanitarios, trabajadores sanitarios y agentes de salud comunitaria que trabajen en la prevención y el tratamiento de las infecciones o en la esfera de la salud pública. El texto se irá revisando a medida que se disponga de más datos.

La información disponible parece indicar que la vía de transmisión entre personas del SARS-CoV-2 es el contacto cercano o las gotículas respiratorias. Toda persona que se encuentre cerca (a menos de un metro de distancia, aproximadamente) de otra que presente síntomas respiratorios (tos, estornudos, etc.) podría estar expuesta al contagio de este virus a través de las gotículas provenientes de la respiración.

Las mascarillas clínicas son las que se utilizan en cirugía y para realizar otros procedimientos. Pueden ser planas o plisadas (algunas tienen forma de taza) y se atan a la cabeza con cintas.

Consejos generales

El uso de una mascarilla clínica es una de las medidas profilácticas para limitar la propagación de determinadas enfermedades respiratorias, entre ellas la infección por el SARS-CoV-2, en las zonas afectadas. Sin embargo, una mascarilla no proporciona por sí sola suficiente protección y deben tomarse otras precauciones igualmente importantes. La mascarilla se debe combinar con una buena higiene de las manos y otras medidas de prevención y control de las infecciones para evitar la transmisión del SARS-CoV-2 entre personas. La OMS ha publicado orientaciones sobre estrategias de lucha anti-infecciosa para la atención a casos sospechosos de infección por el SARS-CoV-2, tanto en los hogares como en los centros de salud.

Cuando no está indicada, la utilización de mascarillas médicas da lugar a gastos innecesarios, obliga adquirir material y crea una falsa sensación de seguridad que puede hacer que se descuiden otras medidas esenciales, como la higiene de las manos. Además, si no se utiliza correctamente, la mascarilla no reduce el riesgo de transmisión.

En los entornos comunitarios

Para las personas que no presentan síntomas respiratorios:

- Evitar las aglomeraciones y no permanecer con frecuencia en espacios cerrados y abarrotados.
- Mantener al menos un metro y medio de distancia de cualquier persona con síntomas respiratorios de infección por SARS-CoV-2 (por ejemplo, tos y estornudos).
- Lavarse las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol si no están visiblemente sucias, y con agua y jabón si están sucias.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo de papel, desechar este inmediatamente y lavarse las manos.
- Abstenerse de tocarse la boca y la nariz y los ojos.
- No es necesario usar mascarillas porque no se ha demostrado que protejan a las personas que no están enfermas. Sin embargo, es posible que se utilicen en algunos países donde se ha instalado esta costumbre.
- Si se utiliza una mascarilla, se deben seguir las prácticas óptimas sobre el modo de llevarla, retirarla y desecharla, así como las relativas a la higiene de las manos (más adelante en este documento se dan instrucciones sobre el uso correcto de las mascarillas).

Para las personas que presentan síntomas respiratorios:

- Usar mascarilla y procurar atención médica para la fiebre, la tos y la dificultad para respirar, lo antes posible o de acuerdo con los protocolos locales.
- Seguir los consejos que figuran más abajo sobre el manejo adecuado de mascarillas.

Durante la atención en el domicilio

A la luz de los datos disponibles sobre la enfermedad y su transmisión, la OMS recomienda aislar en un hospital a los casos sospechosos de infección por el SARS-CoV-2 y someterlos a vigilancia, ya que ello garantiza tanto la seguridad y la calidad de la atención en caso de empeoramiento de los síntomas como la seguridad para la salud pública.

Sin embargo, por diversas razones, por ejemplo, cuando no es posible o resulta riesgoso hospitalizar al paciente por no disponer de capacidad y de recursos para satisfacer la demanda de atención, o por que el paciente se niegue, a sabiendas, a ser hospitalizado, se debe considerar la posibilidad de atenderle en el hogar. En tales casos, se deben seguir las orientaciones específicas para la prevención y el control de las infecciones en la atención domiciliaria.

Para los individuos que presentan síntomas respiratorios leves en los que se sospecha la infección por SARS-CoV-2:

- Lavarse las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol si las manos no parecen sucias, y con agua y jabón si están visiblemente sucias.
- Mantener la máxima distancia posible con las personas sanas (al menos 1 ½ metro).

- A fin de evitar que propaguen secreciones respiratorias, proporcionar a estas personas una mascarilla para que la utilicen con la mayor frecuencia posible, si la toleran. Las personas que no toleren la mascarilla deben respetar escrupulosamente las normas de higiene respiratoria, es decir, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel desechable al toser o estornudar y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Es necesario lavarse las manos de inmediato si se ha estado en contacto con secreciones respiratorias.
- Mejorar la ventilación de la vivienda abriendo las ventanas y las puertas todo lo posible.
- Desinfectar las superficies cercanas diariamente.

Para los familiares o cuidadores de personas que presenten síntomas respiratorios leves que hagan sospechar que están infectados por el SARS-CoV-2:

- Lavarse las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol si las manos no parecen sucias, y con agua y jabón si están visiblemente sucias.
- Mantener la máxima distancia posible con las personas sanas (al menos 1 ½ metro).
- Usar mascarilla cuando se esté en la misma habitación que el enfermo.
- Desechar la mascarilla inmediatamente después de usarla.
- Lavarse las manos de inmediato si se ha estado en contacto con secreciones respiratorias.
- Mejorar la ventilación de la vivienda abriendo las ventanas y las puertas todo lo posible.
- Desinfectar las superficies diariamente.

En los centros de salud

Para las personas que presentan síntomas respiratorios:

- Usar mascarilla en las salas de espera o de priorización, o durante el transporte en el interior del centro.
- Usar mascarilla en los lugares donde se agrupe a los casos sospechosos o confirmados.
- No es necesario llevar mascarilla durante la estancia en una habitación individual, pero sí cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel desechable al toser o estornudar. Desechar el pañuelo correctamente y lavarse las manos inmediatamente después.

Manejo de las mascarillas

Si se usa una mascarilla, es fundamental utilizarla y desecharla correctamente para que sea eficaz y para evitar que aumente el riesgo de transmisión asociado con el uso y la eliminación incorrectos.

La información que figura a continuación sobre el uso correcto de las mascarillas se basa en las prácticas aplicadas en centros de salud:

- Colocarse la mascarilla minuciosamente para que cubra la boca y la nariz y anudarla firmemente para que no haya espacios de separación con la cara no tocarla mientras se lleve puesta.

- Quitársela con la técnica correcta (desanudándola en la nuca sin tocar su parte frontal).
- Después de quitarse o tocar inadvertidamente una mascarilla usada, lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol, o con agua y jabón si están visiblemente sucias.
- En cuanto la mascarilla esté húmeda, sustituirla por otra limpia y seca.
- No reutilizar las mascarillas de un solo uso.
- Desechar inmediatamente las mascarillas de un solo uso una vez utilizadas.

Las mascarillas de tela (por ejemplo, de gasa o de algodón) no se recomiendan en ninguna circunstancia.

BIBLIOGRAFIA

Consejos sobre la utilización de mascarillas en el entorno comunitario, en la atención domiciliaria y en centros de salud en el contexto del brote de nuevo coronavirus (2019 – nCoV): directrices provisionales, 29 de enero 2020. Ginebra: Organización Mundial de la Salud (WHO/nCov/IPC_Masks/2020.1

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330999/WHO-nCov-IPC_Masks-2020.1-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y