

altenpflege.de Edition

Libros de texto breves para la formación en enfermería - Enfoque en geriatría

Theo Ahrens

Higiene y protección contra infecciones en el cuidado de personas mayores

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Datos bibliográficos

Theo Ahrens – Breve biografía

Theo Ahrens, nacido en 1979 cerca de Múnich, es profesor de profesiones de enfermería y pedagogo en enfermería comprometido. Después de un año de servicio social voluntario en un hospital, completó una formación como enfermero de salud y obtuvo valiosa experiencia profesional en la unidad de cuidados intensivos. Impulsado por su deseo de transmitir conocimientos, estudió pedagogía en enfermería y comenzó en 2009 como profesor en una escuela técnica en Múnich. Theo es conocido por su enseñanza práctica y empática, con la que prepara a futuros profesionales de la enfermería para su exigente profesión. En lo personal, vive con su esposa y sus dos hijos en Berlín y participa como voluntario para mejorar las condiciones en la formación de enfermería.

Este breve libro de texto fue formulado a partir de los planes de estudio de sus clases utilizando IA. La traducción se realizó automáticamente.

Publicado por altenpflege.de

Precio DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Comentarios y sugerencias de mejora por favor a team@altenpflege.de.

1/1-2412181530

Contenido

1	Introducción	4
1.1	Objetivos de este manual breve	4
1.2	Importancia de la higiene en el cuidado de personas mayores	4
1.3	Rol de los cuidadores en la protección contra infecciones	5
2	Fundamentos de la higiene	6
2.1	Definición y objetivos de la higiene	6
2.2	Tipos de higiene	6
2.3	Aspectos legales de la higiene	7
2.4	Rol del Instituto Robert Koch (RKI) en el ámbito de la higiene y la protección contra infecciones	8
3	Fundamentos microbiológicos	9
3.1	Bacterias, virus, hongos y parásitos – características y diferencias	9
3.2	Vías de transmisión de agentes patógenos	10
3.3	Cadena de infección	10
3.4	Diferencia entre infección, colonización y contaminación	11
4	Enfermedades infecciosas en el ámbito del cuidado de ancianos	12
4.1	Infecciones gripales e influenza	12
4.2	Norovirus y las infecciones gastrointestinales	12
4.3	Neumonía (inflamación pulmonar) y medidas de prevención	13
4.4	MRSA, VRE y patógenos multirresistentes	14
4.5	Tuberculosis (TB) y medidas de prevención	15
4.6	Covid-19 (SARS-CoV-2) – Medidas de protección específicas y vacunas	17
5	Higiene personal de los cuidadores	19
5.1	Importancia de la higiene personal	19
5.2	Higiene de manos	19
5.3	Equipos de protección personal (EPP) – Ropa de protección, mascarillas, guantes, gafas de protección	20
5.4	Importancia del cuidado de la piel y prevención de enfermedades de la piel en el personal de enfermería	22
6	Higiene de las manos – La medida más importante en la protección contra infecciones	23
6.1	Importancia de la higiene de manos para evitar infecciones	23
6.2	5 momentos de la higiene de manos	23
6.3	Lavado de manos vs. desinfección de manos – diferencias y áreas de aplicación	24
6.4	Guía práctica para la correcta realización de la desinfección de manos	25
7	Manejo del equipo de protección personal (EPP)	27
7.1	Definición e importancia del equipo de protección personal (EPP)	27
7.2	Tipos de EPI	27
7.3	Colocación y retirada del EPP	28
7.4	Eliminación del EPP	29
8	Limpieza, desinfección y esterilización	31
8.1	Diferencias entre limpieza, desinfección y esterilización	31
8.2	Procedimientos de desinfección	31
8.3	Procesos de esterilización	32
8.4	Aplicación de desinfectantes	33
9	Medidas de higiene en la vida diaria del cuidado	34
9.1	Medidas de higiene en el cuidado personal	34
9.2	Higiene en el cuidado de heridas	34
9.3	Medidas de higiene en la inyección y administración de medicamentos	35
9.4	Medidas de higiene al ofrecer comida y bebida	36
10	Higiene del espacio y del entorno en establecimientos de cuidado	38
10.1	Importancia de la higiene ambiental para la prevención de infecciones	38
10.2	Planes de limpieza y desinfección	38
10.3	Manejo de textiles y ropa de cama	39
10.4	Gestión de residuos	40
11	Prevención de infecciones en actividades de cuidado especiales	41
11.1	Manejo de pacientes con catéter	41
11.2	Higiene en la alimentación enteral y parenteral	42
11.3	Higiene en el cuidado de personas con enfermedades infecciosas	43
11.4	Medidas para la prevención de neumonías	44
12	Medidas de aislamiento y aislamiento de protección	46
12.1	Indicaciones para el aislamiento	46
12.2	Tipos de aislamiento	47
12.3	Realización del aislamiento	48
12.4	Rol de los cuidadores en el aislamiento	49
13	Documentación e informes en el área de higiene	50
13.1	Importancia de la documentación en el ámbito de la higiene	50
13.2	Documentación de medidas de desinfección	50
13.3	Informe de brotes de infecciones	51
13.4	Informe y trasposos de información relevante para la higiene	52
14	Aspectos éticos y legales de la higiene y de la protección contra infecciones	54
14.1	Derecho de autodeterminación de los residentes y medidas coercitivas para la higiene	54
14.2	Requisitos legales	55
14.3	Responsabilidad del personal de enfermería en el cumplimiento de las normas de higiene	55
14.4	Manejo de conflictos éticos en el ámbito de la higiene y la protección contra infecciones	56
15	Roles y responsabilidades en la gestión de la higiene	58
15.1	Rol del personal de higiene en la institución de cuidado	58
15.2	Responsabilidad del personal de enfermería en la implementación de las medidas de higiene	58
15.3	Importancia del trabajo en equipo para la implementación de los estándares de higiene	59
15.4	Colaboración con expertos externos en higiene	60
16	Formación y capacitación en el área de higiene	62
16.1	Importancia de la formación y el perfeccionamiento en medidas de higiene	62
16.2	Contenidos de las formaciones en higiene	63
16.3	Formatos de formación	63
16.4	Importancia de la formación en el marco de la garantía de calidad	64
17	Ejemplos de casos y aplicaciones prácticas	66
17.1	Ejemplo de caso: Manejo de un residente con MRSA	66
17.2	Estudio de caso: Medidas ante un brote de norovirus en un centro de atención	67
17.3	Ejemplo práctico: Realización de una desinfección de superficies tras un brote infeccioso	68
17.4	Reflexión de la práctica de enfermería a partir de ejemplos de casos	69

1 Introducción

1.1 Objetivos de este manual breve

Este libro de texto breve busca proporcionar a los futuros cuidadores de ancianos conocimiento sólido sobre higiene y protección contra infecciones, contribuyendo así a mejorar la calidad del cuidado. Tiene como objetivo desarrollar una comprensión práctica de las medidas de higiene necesarias a diario y resaltar su importancia para los residentes y el personal de cuidado.

Ofrece tanto fundamentos teóricos como instrucciones detalladas para su implementación en la práctica diaria del cuidado. Temas relevantes como higiene personal, higiene ambiental, prevención de infecciones y el manejo del equipo de protección personal son abordados de manera práctica.

Además, el libro fomenta la conciencia sobre los aspectos legales y éticos de la práctica de la higiene. Otro enfoque importante es la transmisión de conocimientos sobre enfermedades infecciosas específicas y su prevención a través de medidas específicas.

Los contenidos de formación y actualización en el ámbito de la higiene deben garantizar el desarrollo continuo del personal de cuidado. Este conocimiento apoya a los cuidadores para tomar decisiones responsables y contribuir activamente a la salud y seguridad de los residentes.

Finalmente, el libro debe servir como un recurso confiable para hacer el día a día profesional más seguro y efectivo, y mejorar la calidad del cuidado en todos los ámbitos.

1.2 Importancia de la higiene en el cuidado de personas mayores

La higiene ocupa un papel central en el cuidado de personas mayores, ya que las personas mayores son más susceptibles a infecciones debido a su sistema inmunológico más débil. Una amplia gama de patógenos, incluidos bacterias, virus, hongos y parásitos, puede propagarse en los centros de cuidado, aumentando el riesgo de brotes.

La adherencia a estrictas medidas de higiene protege no solo a los residentes sino también al personal de enfermería de enfermedades transmisibles. Las infecciones en los centros de cuidado pueden tener consecuencias graves, como estancias hospitalarias prolongadas, mayor morbilidad y, en el peor de los casos, mortalidad.

La protección eficaz contra infecciones comienza con la higiene personal del personal de enfermería e incluye la aplicación consistente de la desinfección de manos y el uso de equipo de protección personal. La higiene ambiental, como la limpieza y desinfección regular de las instalaciones, también es crucial para eliminar las fuentes de patógenos.

La higiene no solo es una medida preventiva, sino que también contribuye a promover el bienestar y la calidad de vida de los residentes. Asegura que los residentes puedan vivir en un entorno limpio, seguro y digno.

Además de la protección física, la higiene también garantiza la seguridad social. Los residentes y sus familiares ganan confianza en la calidad del cuidado a través del cumplimiento de los estándares de higiene. Estos estándares también fortalecen el sentido profesional y la responsabilidad del personal de enfermería.

En general, la importancia de la higiene contribuye significativamente a la seguridad y calidad del cuidado de personas mayores y es una herramienta indispensable para garantizar la salud de todos los involucrados en el centro de atención.

1.3 Rol de los cuidadores en la protección contra infecciones

Las enfermeras son actores centrales en la protección contra infecciones. Ellas son responsables de implementar y controlar las medidas de higiene en el día a día del cuidado. Actúan como modelos a seguir y multiplicadoras. Su comportamiento influye en las prácticas de higiene de todos los empleados en una institución de cuidado.

La práctica diaria comienza con la implementación exhaustiva de la higiene de manos. La comprensión y aplicación de los cinco momentos de la higiene de manos son de vital importancia. Las enfermeras deben asegurarse de que la ropa de protección sea aplicada y desechada correctamente. Esto minimiza la propagación de agentes potencialmente peligrosos.

Las enfermeras también son responsables de llevar a cabo capacitaciones y sensibilizar sobre los estándares de higiene. A través de una formación continua, mantienen la actualidad de sus conocimientos en higiene. Deben ser capaces de identificar fuentes de peligro y reducir los riesgos de infección mediante medidas de prevención adecuadas.

La documentación de medidas de higiene, por ejemplo, ciclos de desinfección, es esencial para demostrar el cumplimiento de los estándares. Una documentación completa también respalda la trazabilidad en caso de brotes infecciosos.

Las enfermeras también están en constante intercambio con encargados de higiene y cooperan en el desarrollo de conceptos y directrices higiénicas. Contribuyen a la toma de decisiones en cuidado aportando sus experiencias prácticas y su experiencia del día a día en el cuidado.

Finalmente, las enfermeras son crucialmente responsables de asegurar que los residentes y sus familiares comprendan la importancia de la higiene. Informan y aclaran para implementar conjuntamente medidas de prevención de infecciones. La protección de la salud de los residentes siempre está en el centro de sus acciones.

2 Fundamentos de la higiene

2.1 Definición y objetivos de la higiene

Higiene se refiere a medidas para la prevención de enfermedades, en particular para evitar infecciones. El enfoque principal es la protección de grupos vulnerables, como las personas mayores, al limitar la propagación de agentes patógenos. En el cuidado de personas mayores, las medidas de higiene son esenciales no solo para la salud de los residentes, sino también para el personal de atención.

Los objetivos centrales de la higiene son asegurar la limpieza y prevenir enfermedades infecciosas. Mediante medidas específicas, se reduce el riesgo de transmisión de agentes patógenos. Esto incluye el cumplimiento de estándares de higiene personal, el uso de equipos de protección y la correcta limpieza y desinfección de superficies y objetos.

La higiene sigue enfoques preventivos y reactivos: Preventivamente, se deben evitar brotes mediante la aplicación continua de medidas de higiene. Reactivamente, la higiene implica la contención y tratamiento en casos de infecciones. A largo plazo, una higiene óptima sirve para aumentar la calidad de vida de las personas mayores y reducir las ausencias por enfermedad del personal.

En el cuidado de personas mayores, es crucial cumplir con estándares específicos de higiene. Estos estándares protegen no solo contra infecciones cotidianas, sino también contra graves, como las causadas por patógenos multirresistentes. Además de estas medidas, la sensibilización y capacitación del personal de atención son de vital importancia para garantizar y adaptar continuamente las medidas de higiene actuales y efectivas.

2.2 Tipos de higiene

La higiene abarca diferentes áreas, que requieren medidas específicas. En el cuidado de personas mayores, la higiene personal, social, institucional y ambiental desempeñan un papel central.

Higiene personal se centra en el cuidado personal y la limpieza de los cuidadores y residentes. Esto incluye la higiene regular de las manos, el cuidado minucioso del cuerpo y el uso de equipo de protección personal. Estas medidas protegen tanto a los cuidadores como a los residentes de la transmisión de patógenos.

Higiene social se refiere a la convivencia e interacción dentro del centro de cuidado. Promueve medidas que protegen la salud en las comunidades, como evitar la proximidad en caso de enfermedades infecciosas y observar la etiqueta al toser o estornudar. Las campañas de información y capacitaciones refuerzan la comprensión y aceptación de estas medidas.

Higiene institucional se refiere a las medidas sistemáticas dentro de las instituciones de cuidado. Se trata de establecer y hacer cumplir las directrices de higiene, que deben ser actualizadas regularmente. Esto incluye planes de limpieza y desinfección, la capacitación de los empleados y el control del cumplimiento de los estándares de higiene.

Higiene ambiental se centra en la limpieza y el mantenimiento del entorno físico de los centros de cuidado. Esto incluye la limpieza y desinfección regular de superficies y equipos, así como la eliminación adecuada de desechos. Un entorno físico bien cuidado reduce la propagación de patógenos y crea un ambiente seguro tanto para los residentes como para el personal de cuidado. Estos diferentes tipos de higiene están interconectados y requieren un enfoque integral para ser implementados de manera efectiva. Solo a través de una aplicación coordinada pueden contribuir de manera óptima a la prevención de infecciones y la protección de todos los involucrados en el cuidado de personas mayores.

2.3 Aspectos legales de la higiene

La Ley de Protección contra Infecciones (IfSG) forma la base de todas las medidas de higiene en el cuidado de personas mayores. Su objetivo es prevenir enfermedades transmisibles en los seres humanos y evitar su propagación. Para las instituciones de cuidado, el § 36 IfSG es de particular importancia, ya que establece requisitos específicos para las instalaciones comunitarias para asegurar un nivel adecuado de higiene.

Los reglamentos de higiene de los estados concretan las directrices generales de la IfSG. Estos reglamentos estatales regulan en detalle las medidas para asegurar la higiene en las instituciones de cuidado. Obligan a las instituciones a elaborar un plan de higiene que incluya medidas de prevención y gestión de infecciones. El plan de higiene debe ser revisado regularmente y ajustado a los estándares científicos actuales.

El personal de enfermería está obligado a aplicar los estándares establecidos en la IfSG y en los reglamentos de higiene. Esto incluye la participación en formaciones y capacitaciones regulares para estar informado sobre desarrollos y medidas actuales relevantes para la higiene. Las instituciones deben asegurar que todos los empleados estén completamente informados sobre las directrices de higiene vigentes y las apliquen en la práctica.

Además, las bases legales establecen que al recibir nuevos residentes, deben llevarse a cabo instrucciones de higiene detalladas para garantizar las medidas de protección contra infecciones individuales requeridas. En caso de ocurrir una infección de notificación obligatoria, se exige una notificación inmediata a la autoridad de salud para permitir la rápida contención de posibles brotes.

El incumplimiento de los estándares legales de higiene puede tener consecuencias legales. Las violaciones de la IfSG o de los reglamentos de higiene se sancionan como infracciones administrativas y pueden ser castigadas con multas. Por lo tanto, conocer detalladamente las disposiciones legales es indispensable para cada miembro del personal de enfermería.

2.4 Rol del Instituto Robert Koch (RKI) en el ámbito de la higiene y la protección contra infecciones

Das Robert Koch-Institut (RKI) juega un papel fundamental en el ámbito de la higiene y la protección contra infecciones en el cuidado de ancianos. Como institución central del gobierno federal para la vigilancia y prevención de enfermedades, el RKI desarrolla recomendaciones y directrices para controlar y minimizar la propagación de enfermedades infecciosas.

Una de las principales tareas del RKI es la elaboración y actualización de directrices de higiene. Estas directrices se basan en los conocimientos científicos actuales y sirven como base para la creación de planes de higiene en las instituciones de cuidado. Cubren diversos aspectos de la protección contra infecciones, incluyendo la higiene de manos, medidas de desinfección y el manejo de equipos de protección personal.

En el área de la vigilancia, el RKI supervisa la situación epidemiológica de las enfermedades infecciosas. Esto se logra mediante la recopilación, análisis y evaluación de datos relevantes. Los conocimientos obtenidos ayudan a identificar riesgos actuales de infección y permiten tomar medidas específicas para prevenir la propagación de patógenos en la vida diaria de la atención.

El RKI trabaja en estrecha colaboración con los departamentos de salud y otros servicios de salud pública para detectar y contener rápidamente los brotes. En caso de surgir una enfermedad infecciosa de notificación obligatoria en una institución de cuidado, el RKI proporciona conocimientos técnicos y apoyo para tomar medidas de control eficientes.

Las capacitaciones y materiales informativos del RKI son recursos importantes para el personal de cuidado. Estos contenidos sensibilizan sobre los riesgos existentes y brindan recomendaciones prácticas de acción. Contribuyen a la continua capacitación del personal de atención y apoyan la correcta implementación de las medidas de higiene en la vida diaria.

Además, el RKI fomenta la investigación en el ámbito de la protección contra infecciones y la higiene. A través de estudios científicos, se generan nuevos conocimientos que conducen a la mejora de los estándares de higiene. Estos resultados de investigación se incorporan a las recomendaciones del RKI y garantizan que las medidas se basen en el estado más reciente de la ciencia.

En conjunto, el RKI asegura que las instituciones de cuidado dispongan de la información y las herramientas necesarias para garantizar una prevención eficaz de infecciones. Funciona como un importante enlace entre la ciencia, la política de salud y la práctica del cuidado, para proteger la salud de los residentes y del personal de atención a largo plazo.

3 Fundamentos microbiológicos

3.1 Bacterias, virus, hongos y parásitos – características y diferencias

Las bacterias son microorganismos unicelulares que son procariontes, es decir, no tienen núcleo celular. Se reproducen por división celular y pueden sobrevivir y crecer de manera autónoma. Muchas bacterias son inofensivas o útiles, pero algunas pueden causar enfermedades. Los antibióticos pueden ser efectivos en infecciones bacterianas al bloquear el crecimiento o matar las bacterias.

Los virus son mucho más pequeños que las bacterias y están compuestos de material genético, ya sea ADN o ARN, que está rodeado por una envoltura proteica. Son parásitos obligados, lo que significa que necesitan una célula huésped para reproducirse. Los virus invaden células y utilizan la maquinaria celular para replicarse, a menudo a expensas de la célula huésped. Existen medicamentos antivirales, sin embargo, su desarrollo es más complicado que el de los antibióticos.

Los hongos son organismos eucariotas que pueden ser unicelulares, como las levaduras, o multicelulares, como los mohos. Tienen un núcleo celular y se reproducen mediante esporulación o gemación. Los hongos pueden causar tanto infecciones oportunistas en personas inmunodeprimidas como infecciones superficiales como hongos de piel y uñas. Los antimicóticos se utilizan para el tratamiento.

Los parásitos son organismos que viven a expensas de un huésped y pueden ser unicelulares como los protozoos o multicelulares como los gusanos. A menudo apuntan al cuerpo humano para obtener nutrientes, lo que puede causar enfermedades. Para el tratamiento de infecciones parasitarias, se utilizan a menudo agentes antiparasitarios que están especialmente adaptados al tipo de parásito.

Existen diferencias esenciales en la estructura celular, replicación y posibilidades de tratamiento de los diferentes tipos de patógenos. Las bacterias son más complejas y poseen estructuras como paredes celulares; los virus son más simples y requieren un huésped; los hongos y parásitos son eucariotas de diversa complejidad con ciclos de vida específicos y mecanismos de defensa. El conocimiento de estas diferencias determina las estrategias de prevención y tratamiento de infecciones en el cuidado de ancianos y es crucial para la protección efectiva contra infecciones.

3.2 Vías de transmisión de agentes patógenos

Los agentes patógenos pueden transmitirse de diferentes maneras. Básicamente, se diferencian en vías de transmisión directas e indirectas.

La transmisión directa ocurre inmediatamente de un individuo infectado a otro. Los ejemplos incluyen:

- **Transmisión por contacto:** Infecciones por contacto o contacto con la piel, como en el caso del herpes simple o la sarna.

- **Infección por gotículas:** Al toser, estornudar o hablar, los patógenos se transmiten a las membranas mucosas de otras personas a través de gotitas de saliva, como en la gripe o el Covid-19.

La transmisión indirecta se produce a través de fuentes intermedias contaminadas:

- **Fómites:** Objetos o superficies que han estado en contacto con material infeccioso pueden transmitir agentes patógenos. Ejemplos típicos son los pomos de las puertas o la ropa de cama.

- **Vectores:** Insectos o animales que transportan patógenos de un huésped a otro. Un ejemplo es la transmisión de malaria por mosquitos.

Aerosoles juegan un papel especial en la transmisión. Son partículas finas que permanecen en el aire por mucho tiempo y pueden ser inhaladas a mayores distancias. Esto es relevante en enfermedades como la tuberculosis o el sarampión.

La comprensión de estas vías de transmisión es esencial para el desarrollo de medidas de higiene efectivas en el cuidado de ancianos, para prevenir infecciones y proteger la salud de los residentes y del personal de cuidado.

3.3 Cadena de infección

Las cadenas de infección describen el camino de un patógeno desde la fuente, a través de una vía de transmisión, hasta el receptor. Para prevenir infecciones, se debe interrumpir al menos un eslabón de esta cadena.

La **fuentes de infección** representa el origen del patógeno. Estos pueden ser personas infectadas, animales u objetos y materiales contaminados. Ejemplos sencillos son los residentes infectados en centros de cuidado o equipos médicos contaminados.

La **vía de transmisión** es la ruta por la que el patógeno llega del foco de infección al receptor. Existen transmisiones directas, como el contacto directo durante el cuidado de un residente, así como transmisiones indirectas a través de objetos contaminados o aire, por ejemplo, mediante aerosoles.

El **receptor** es la persona que puede infectarse. En los centros de cuidado, estos son principalmente los residentes, quienes a menudo tienen un sistema inmunológico debilitado debido a la edad o enfermedades preexistentes y, por lo tanto, son particularmente vulnerables a las infecciones.

7 Este es solo un avance

El libro completo está disponible en <https://www.altenpflege.de> para usuarios registrados. El registro y el uso son gratuitos. Quien no quiera registrarse, puede transferir el importe mencionado en la página 2 a través de Paypal a buchhaltung@factsoft.de indicando tanto el título del libro como la dirección de correo electrónico. Luego recibirá el PDF por correo electrónico.

Además del acceso gratuito a los libros de texto cortos, registrarse en [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) permite postularse directamente a empleos. Y también, publicar un anuncio de empleo gratuito. Únete a la comunidad de [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).