

## RECOMENDACIONES DEL COMITÉ DE SEGURIDAD DE LA ASOCIACION MEXICANA DE CIRUGIA PLASTICA ESTETICA Y RECONSTRUCTIVA

Basado en diferentes recomendaciones emitidas  
por diferentes organizaciones y la secretaria de Salud de México

**Siguiendo las recomendaciones de las autoridades es importante ante la pandemia:**

- **NO REALIZAR PROCEDIMIENTOS QUIRURGICOS ELECTIVOS, únicamente los de urgencia (valorar el procedimiento y minimizar los riesgos para el paciente y el equipo quirúrgico)**
- **Evitar la exposición del personal de salud y pacientes en los consultorios médicos**
- **Lavado de mano frecuentemente**
- **Correcto uso de equipos de protección**
- **Seguir la información oficial**

### **Información de apoyo para los miembros y miembros en entrenamiento de la AMCPER**

#### **Basada en fuentes oficiales (secretaria de salud)**

La siguiente información es elaborada para apoyar a los miembros de la asociación y miembros en entrenamiento en el manejo de la población durante la pandemia, abordaremos aspectos generales del manejo y actuar del personal de la salud y aspectos relacionados con nuestra especialidad.

De acuerdo a la **información proporcionada por fuentes oficiales (secretaria de salud)** sabemos que los coronavirus al igual que otros virus respiratorios como la influenza, se transmiten por vía aérea, a través de las gotas de saliva expulsadas al toser o estornudar por una persona enferma.

Se desconoce el tiempo en que el COVID-19 es capaz de permanecer en superficies inanimadas, por lo que es importante resaltar la higiene constante de manos, sobre todo después de tocarse nariz, ojos y boca (para evitar la auto inoculación), así como la adecuada limpieza y desinfección de superficies como pilares fundamentales en el control de infecciones.

Se anexa información relevante en apéndices.

**Apéndice 1. Recomendaciones para el personal de salud.**

**Apéndice 2. Recomendaciones sobre equipo de protección.**

**Apéndice 3. Recomendaciones sobre salud mental.**

## **APENDICE 1.**

**La secretaria de salud nos proporciona las siguientes recomendaciones:**

### **PARA PERSONAL DE SALUD:**

- Lavarse las manos con agua y jabón (o usando soluciones alcoholadas desinfectantes) antes y después de atender a un paciente
- Secarse las manos con toallas desechables o secarlas al aire libre en posición vertical
- Evitar en lo posible tocarse ojos, nariz y boca, y lavarse las manos después en caso de haberlo hecho
- Usar cubreboca únicamente si atienden a pacientes con infección respiratoria, tapando boca y nariz completamente. En caso de ser posible, utilizar lentes para proteger los ojos
- Tirar en el bote de Residuos peligrosos biológico-infecciosos – RPBI, todo el material desechable que se utilice con cada paciente (como abate lenguas, hisopos, gasas, guantes)
- Esterilizar todo el instrumental médico
- Mantener limpias todas las áreas de trabajo
- Reportar si presentan síntomas respiratorios para que sean evaluados y evitar transmisión intrahospitalaria
- Estar vacunados contra influenza.

**Adicional a esto considerar por los miembros que están en ciudad de México reforzar su esquema de vacunación contra el sarampión, debido al brote que se presenta en esta parte del país.**

### **EN LA UNIDAD DE SALUD:**

- Verificar la disponibilidad de insumos para la atención de pacientes, incluidos los equipos de protección personal.
- Contar con los materiales necesarios para la limpieza adecuada de la misma (jabón, cloro, escobas, trapeadores, jaladores, papel higiénico, toallas desechables, etc.).

- Se debe evitar el material reutilizable, si se usa, se debe descontaminar y desinfectar de acuerdo a las instrucciones que dicta el fabricante. El material desechable debe tirarse dentro de la habitación del paciente de acuerdo con los estándares RPBI.
- Lavar con agua, jabón y cloro todas las superficies lavables como paredes, pisos, puertas, manijas, barandales, llaves de lavabos, sanitarios, teléfonos, cortinas corredizas, mobiliario médico y mobiliario en general.
- Colocar bolsas de plástico dentro de todos los botes para la basura y eliminar éstas haciéndoles un nudo.
- Permitir la ventilación y entrada de rayos de sol a consultorios, salas de espera, sanitarios, aulas de usos múltiples y otros entornos físicos de la unidad.
- Definir una ruta para la atención de personas que acuden con síntomas respiratorios, misma que deberá de ser señalada desde la entrada de la unidad.
- De ser posible asignar una habitación aislada para todos los pacientes que ingresan como casos sospechosos de COVID-19, en caso de no ser posible se recomienda realizar aislamiento de cohorte con separación de las personas de por lo menos un metro.
- Verificar la implementación de las medidas recomendadas en áreas de atención al menos una vez por turno por parte del personal de epidemiología.
- Los trabajadores de la salud deberán contactar inmediatamente al área de control de infecciones de su institución en caso de presentar cualquiera de los síntomas de definición de caso sospechoso COVID-19.

#### **RECOMENDAR A LOS USUARIOS AL SALIR DE LA UNIDAD DE SALUD:**

- Antes de salir de la unidad de salud se laven las manos con agua y jabón y las sequen con toallas desechables o dejarlas secar en forma vertical
- Eviten llevar a menores de edad que no requieran de consulta médica
- Eviten consumir alimentos y bebidas dentro de la unidad
- Cooperen manteniendo limpia la unidad de salud
- No escupan en el piso
- Recuerden cubrirse la nariz y boca usando un pañuelo desechable, al toser y estornudar o bien, con el ángulo interno del brazo.

#### **En caso de laborar en una institución que este brindando atención a estos pacientes con esta patología la secretaria de salud nos hace las siguientes recomendaciones**

- Estar vacunados contra influenza.
- Reportar si presentan síntomas respiratorios, colocar cubrebocas, hacer higiene de manos Y acudir para que sean evaluados y evitar transmisión intrahospitalaria.
- Realizar higiene de manos.
- Colocar precauciones de contacto y gotas en caso de atención de casos confirmados o sospechosos de Covid-19, influenza o neumonía adquirida en la comunidad.

- En caso de procedimientos que generan aerosoles (como intubación traqueal, ventilación no invasiva, traqueotomía, reanimación cardiopulmonar, ventilación manual antes de la intubación y broncoscopia, aspiración de secreciones, instalación de sonda nasogástrica), utilizar un respirador para partículas (<5 micras) como un N95 certificado por COFEPRIS, Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional de los EE. UU. (NIOSH, por sus siglas en inglés), la norma FFP2 de la Unión Europea (UE) o equivalente.
- Recibir entrenamiento acerca de colocación y retiro del EPP.
- Evitar tocar conjuntivas, mucosa oral o nasal.
- Para quien no se encuentra en contacto directo con los pacientes sospechosos o confirmados, sus muestras o desechos, se recomienda realizar higiene de manos y seguir las recomendaciones para la población general. No se recomienda uso de precauciones de contacto o gotas, ni uso de guantes durante la jornada laboral debido a que no se asocian a protección y si disminuyen la posibilidad de apego a la higiene de manos.
- Los trabajadores de salud deberán de ser instruidos para contactar inmediatamente al área de control de infecciones en cada institución en caso de que desarrolle fiebre o cualquiera de los síntomas de definición de caso, aunque sean leves.

## APENDICE 2. EQUIPO DE PROTECCIÓN

CONSIDERAMOS IMPORTANTE EL ADECUADO USO DEL EQUIPO DE PROTECCIÓN. SABEMOS QUE NINGUN PAÍS ESTABA PREPARADO PARA LA PANDEMIA, SIN EMBARGO, **EL ADECUADO USO DEL EQUIPO ASI COMO SU RETIRO** ES DE SUMA IMPORTANCIA

La secretaria de salud nos hace las siguientes recomendaciones

- Colocar la mascarilla con cuidado para cubrir la boca y la nariz y atarla de forma segura para minimizar cualquier espacio entre la cara y la mascarilla, sellándolo de forma adecuada.
- Se coloca una liga arriba de la oreja sin estar sobre ella y la otra debajo de la misma y abajo del occipital; se ajusta a la nariz y se sopla. Se verifica que el aire no salga a los lados después de ajustarlo a la nariz.
- Mientras esté en uso, evite tocar la mascarilla.
- Quítese la mascarilla usando la técnica apropiada (es decir, no toque el frente, sino que desate la correa por detrás).
- Después de quitarla o cada vez que toque inadvertidamente una mascarilla usada, limpie las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o jabón y agua si está visiblemente sucia.

- Reemplazar las mascarillas con una nueva mascarilla limpia y seca tan pronto como se humedezcan / mojen.
- No reutilice mascarillas de un solo uso.
- Tirar las mascarillas de un solo uso después de cada uso y deséchelas inmediatamente después de retirarlas. Dependiendo de las indicaciones en cada centro, las máscaras quirúrgicas pudieran tener un uso de 8 hrs continuas, así como los respiradores N95 en forma cónica. Los respiradores N95 en forma de concha, pueden usarse hasta por 40 hrs, siempre y cuando su estructura no se altere (doblen, por ejemplo).

**Es importante mencionar que en CASA se debe tener un aseo adecuado de superficies por lo que la secretaria de salud hace las siguientes recomendaciones:**

- **Una manera sencilla de preparar solución para limpiar las superficies es con cloro, calcularlo es un vaso de cloro doméstico en 10 litros de agua, lo cual equivaldría a 1000 ppm de cloro al 5% y una dilución muy cercana, 925 ppm al 4%. Podría utilizarse también una cucharada grande (10 mL) en 1 L de agua.**

### **APENDICE 3. SALUD MENTAL DURANTE LA PANDEMIA**

La secretaria de salud hace énfasis en la salud mental durante la pandemia. La Universidad de Guadalajara a través de las redes sociales, cuenta con herramientas que incorporan las redes sociales para manejo de la salud mental durante la contingencia.

En el siguiente link puedes encontrar un profesional de la salud mental que te puede dar información para manejar la crisis

<https://www.facebook.com/Psicovid-19-111343157186500/>



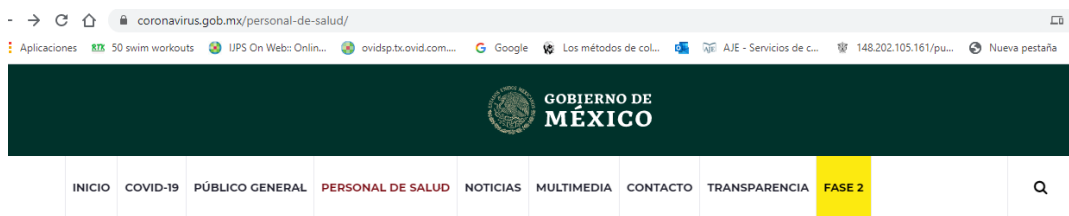
Si dan click en contactarnos serán reenviados al siguiente link donde se incorporan herramientas para manejar la crisis orientado a los profesionales de la salud.

<http://www.hcg.udg.mx/covid19.php?mnu=2&tmnu=1>



Es importante seguir las indicaciones que de la secretaria de salud a través de las ligas oficiales.

<https://coronavirus.gob.mx/>



#### DATOS TÉCNICOS

En esta sección dirigida a profesionales de la salud, encontrarán información importante sobre el COVID-19, las medidas de prevención en unidades de salud, así como documentos relevantes para llevar a cabo las acciones de promoción de la salud, vigilancia epidemiológica y prevención de la enfermedad.



***Queremos terminar mencionando que esta información estará cambiando por lo que estaremos actualizándola y en caso de que cuenten con un material que consideren necesario nos lo hagan saber.***



**Comité de Seguridad**  
**Asociación Mexicana de Cirugía Plástica, Estética y Reconstructiva**