

Recomendaciones para prevenir el riesgo biológico para estudiantes de ciencias de la salud

El riesgo biológico es, probablemente, el mayor 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 evitar la transmisión de infecciones es por ello una prioridad.

Las recomendaciones de prevención y control pueden agruparse 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.

Es importante que todos los estudiantes que están en periodo de formación o prácticas en el sector sanitario, como futuros profesionales sanitarios conozcan las actuaciones a desarrollar y cumplan las siguientes recomendaciones.

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. Son las siguientes:

Hepatitis B

Con la introducción de esta vacuna en los programas de vacunación, la incidencia de hepatitis B se ha reducido de manera espectacular en las instituciones sanitarias. Sin embargo, no se ha eliminado por completo. Por ello es necesario estar correctamente protegido.

Tétanos y difteria

Vacunas de recomendación general para toda la población e incluidas en el calendario vacunal infantil, se recomienda una dosis de refuerzo cada 10 años.

Gripe:

La transmisión de la gripe en el medio hospitalario es uno de los principales motivos de absentismo 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

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 adquisición 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 que suelen atribuirse a fallos vacunales primarios.

Por todo ello, es conveniente que **revise su calendario vacunal**, asegurándose de haber recibido las dosis oportunas y estar correctamente protegido.

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.

2. Situaciones especiales

Si padece algún problema de salud que pueda comprometer su situación inmunológica o incrementar el riesgo de padecer alguna enfermedad infecciosa deberá ponerlo en conocimiento del profesor que tutorice su actividad práctica asistencial a fin de establecer, en su caso, las medidas preventivas oportunas.

Recomendaciones a considerar durante la formación práctica

1. Precauciones de obligado cumplimiento con todos los pacientes

Es 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. Pregunte a sus tutores sobre el modo de hacerlo.

La higiene de manos debe hacerse siempre:

- Antes del contacto con el paciente
- Antes de realizar una técnica aséptica
- Tras estar en contacto con líquidos corporales
- Después del contacto con el paciente
- Tras haber estado en contacto con el entorno del paciente

Así mismo, debe evitarse el uso de pulseras y anillos durante las prácticas.

Uso de guantes y mascarillas

El uso de guantes es obligatorio cuando se esté en contacto con sangre y líquidos orgánicos, secreciones, excreciones, instrumentos contaminados, membranas mucosas y lesiones de piel.

Se debe realizar cambio de guantes entre procedimientos en el mismo paciente y retirarlos inmediatamente después del contacto con el paciente, antes de salir de la habitación o 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.

Hay que realizar higiene de manos antes y después de utilizar los guantes. Su uso nunca sustituye a la higiene de manos.

Las mascarillas no son necesarias de forma general. Únicamente deben usarse para evitar el contagio de las enfermedades transmitidas por gotas o aire, o 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 e intubación.

Agujas y material cortopunzante

Se deberán manejar con extraordinario cuidado las agujas y los instrumentos cortantes usados. Una vez utilizadas deben depositarse en los contenedores destinados a ello, con la menor manipulación posible y jamás deben reencapsularse.

Nunca deben dejarse objetos cortantes o punzantes abandonados sobre una superficie, ya que existe riesgo de que otras personas sufran accidentes

2. Precauciones en casos especiales

Determinadas enfermedades infectocontagiosas por contacto, gotas o aire requieren precauciones específicas. Para evitar su transmisión todos los centros hospitalarios disponen de normas al respecto. No dudes en consultar con el profesor que tutoriza tu formación cualquier duda o dificultad respecto a su cumplimiento

Recomendaciones en caso de accidente

En caso de accidente por pinchazo o corte, ponerse **lo antes posible** e 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, en caso necesario, realizaran las medidas y el seguimiento adecuados.