

Propuesta borrador trabajo con INAU Programa Apex

Ante las situación de emergencia sanitaria nacional ante la presencia del covid-19 , el Programa Apex realiza los siguientes protocolos de acción con el fin de cooperar en las planificación interinstitucional con el Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay (INAU) en articulación con los Servicios universitarios.

En este sentido se desarrollan 3 ejes de acción en relación a la contingencia en el marco del aislamiento social.

Eje 1- Generalidades del covid 19.

Eje 2- Protocolo para personal que trabaja con población 24 horas.

Eje 3. Plan de actividades a distancia para centros de INAU.

A continuación se realizan algunos lineamientos para el armado de estrategias de acción en conjunto.

Eje 1-Generalidades del covid-19.

Algunas consideraciones del covid19

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

Síntomas de la COVID-19.

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial. Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen la COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar.

Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto. Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica.

Si bien los síntomas de la COVID-19 son leves, sobre todo en los niños y los adultos jóvenes. No obstante, también pueden ser graves y obligan a hospitalizar a alrededor de uno de cada cinco infectados.

¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro (3 pies) de distancia de una persona que se encuentre enferma.

El riesgo de contraer la COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es muy bajo. Sin embargo, muchas personas que contraen la COVID-19 solo presentan síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo tanto, es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo. Manténgase al día de la información más reciente sobre el brote de COVID-19, a la que puede acceder en el sitio web oficial del MSP.

Hay varias precauciones que se pueden adoptar para reducir la probabilidad de contraer o de contagiar la COVID-19:

Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.

Mantenga una distancia mínima de 1 metro (3 pies) entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.

Cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causar la enfermedad

Si se presentan en el lugar niños, niñas, adolescentes o trabajadores con tos y dificultad para respirar, se debe acudir rápidamente a asesoramiento médico telefónico, ya que podría deberse a una infección respiratoria u otra afección grave.

En caso de utilizar mascarilla. (no es necesaria)

1. Recuerde que solo deben usar mascarilla los trabajadores sanitarios, los cuidadores y las personas con síntomas respiratorios como fiebre y tos.
2. Antes de tocar la mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
3. Inspeccione la mascarilla para ver si tiene rasgaduras o agujeros.
4. Oriente hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).
5. Asegúrese de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado).
6. Colóquese la mascarilla sobre la cara. Pellizque la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de su nariz.
7. Tire hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que le cubra la boca y la barbilla.
8. Después de usarla, quítese la mascarilla; retire las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.
9. Deseche la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso.
10. Lávese las manos después de tocar o desechar la mascarilla. Use un desinfectante a base de alcohol o, si están visiblemente sucias, láveselas con agua y jabón.

Recuerde

El «período de incubación» es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. La mayoría de las estimaciones respecto al periodo de incubación de la COVID-19 oscilan entre 1 y 14 días, y en general se sitúan en torno a cinco días. Estas estimaciones se irán actualizando a medida que se tengan más datos.

Sitio web sobre la COVID-19:

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

link de interes: <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/tematica/coronavirus>

Eje 2. Protocolo para personal que trabaja con población 24 horas.

Si bien la población de niñas, niños y adolescentes presentan un bajo riesgo de desarrollo de complicaciones por coronavirus, es necesario que el personal destinado al cuidado en los centros de 24 horas tome medidas de precaución debido a que pueden ser transmisores del mismo y propiciar el contagio.

En este sentido, se realizan algunas recomendaciones en base a la información internacional y local disponible. dicha información podrá ser desarrollada en diferentes formatos con el fin de simplificar la difusión.

Consideraciones previas del personal de los centros de 24 horas de inau.

Es necesario que el personal a cargo de estas tareas presente capacitación previa y capacidad de trabajo con niñas, niños y adolescentes.

En el contexto actual es importante que el personal destinado a estos centros no se encuentre entre los grupos vulnerables ante el covid-19 (personas mayores de 60, y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes)

Medidas de prevención para el personal en centros de 24 horas:

- Uso de uniforme o ropa destinada al área de trabajo exclusiva.
- Cambiarse en un sector destinado guardar la ropa en bolsas cerradas.
- Lavar la ropa de trabajo sin mezclar con otras prendas del hogar.
- Correcto lavado de manos con agua y jabón, cada 1 hora, o desinfección con alcohol en gel.
- Evitar toser y estornudar cubriéndose con las manos. Poner pliegue del antebrazo para cubrirse o pañuelo desechable que deberá ser eliminado.
- Mantener las habitaciones del lugar ventiladas.
- Correcta limpieza e higiene del lugar. (baños, pisos, mesadas, mesas, utensilios)
- No compartir efectos personales. (cubiertos, vasos, mate, tazas)
- En caso de sospechas de casos de covid-19 realizar las consultas al 0800-1919 para informarse.

Consideraciones para la limpieza y desinfección.

- Realizar programación de la limpieza con horarios y planillas de control.
- Utilizar procedimientos estandarizados para garantizar la higiene.
- La limpieza debe ser con agua y detergente **sin agregado de hipoclorito**.
- Una vez limpias las superficies enjuagar y desinfectar con hipoclorito.
- Las mesadas y mesas se pueden desinfectar con hipoclorito o alcohol al 70%.

Medidas generales

Realizar estrategias de promoción y prevención con niñas, niños y adolescentes.

Limitar visitas, y seguir los lineamientos de la autoridad sanitaria.

En caso de personas que hayan estado expuestas o con síntomas no permitir el ingreso al centro.

Eje 3. Plan de actividades a distancia para centros de INAU.

En relación a las medidas generales de distanciamiento social y cuarentenas que se tomen a nivel nacional.

El Programa Apex, contribuye en articulación con los centros de INAU la posibilidad de la realización de actividades virtuales, mediante la utilización de plataformas que permiten la interacción con varias personas en simultáneo.

Estas acciones se apoyan en la trayectoria de equipos formados en estas etapa del ciclo vital, los cuales pueden brindar talleres de capacitación en temáticas de interés y actividades lúdico expresivas.

En este sentido, se puede aportar con la realización de una serie semanal de encuentros a distancia, con el fin de abordar temáticas acordes a las edades. La interdisciplinariedad del del Programa Apex proporciona una amplia gama de temáticas a desarrollar.

Se realiza un esbozo incipiente el cual por tratarse de una propuesta borrador, podrán ser modificados y adaptados a los centros que demanden.

Temas a trabajar: recreación, salud integral, juegos interactivos y pautas de actividad física.

Referencias

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/coronavirus>

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronavirus>