

Para nuestros pacientes y sus visitantes:

Ayuden a prevenir infecciones



A veces se puede producir una infección en los pacientes cuando reciben tratamiento en un hospital u otro centro médico. Podría ser una infección causada por microbios que entraron al cuerpo por el sitio de una operación. Podría ser una infección causada por los microbios que portaba una pieza del equipo médico. Hay muchas causas posibles.

A las infecciones como estas se les llama infecciones asociadas a la atención médica o HAI, por sus siglas en inglés, y nosotros las tomamos muy en serio.

La buena noticia es que podemos prevenir muchas de ellas y usted puede ayudar.

¿Cuáles son los signos comunes de las infecciones asociadas a la atención médica (HAI)?

- Fiebre.
- Náuseas.
- Dolor inesperado, sensibilidad, enrojecimiento o hinchazón en el sitio de la operación, o en el lugar en donde se introdujo equipo médico, como una vía intravenosa.

Las HAI comunes incluyen:

- Las infecciones causadas por *C. difficile* o el *Staphylococcus aureus* resistente a la metilina (SARM).
- Las infecciones que ocurren en los lugares del cuerpo por donde se haya operado, o en donde se haya insertado un catéter o equipo intravenoso.
- Infecciones pulmonares (neumonía) causadas por el uso de un respirador.

Las HAI se pueden producir en cualquier momento en que usted reciba atención médica, ya sea en un hospital, un establecimiento de rehabilitación o en su casa.

Si usted cree que tiene una HAI, dígaselo a sus médicos o enfermeras de inmediato. Tener uno o más de estos síntomas no necesariamente significa que tenga una infección asociada a la atención médica, pero querrá asegurarse de ello.

Cómo puede ayudar a prevenir las HAI En el hospital:

- ¿Vio a su médico o enfermera lavarse las manos? Si no, pídale que se laven las manos con agua y jabón, o con un limpiador de manos a base de alcohol (desinfectante de manos), antes de atenderlo.
- Pídale a sus visitantes que se limpien las manos cada vez que entren a su habitación. Y pídale que sigan todas las instrucciones especiales de los médicos y enfermeros.
- Límpiase sus propias manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante de manos, especialmente después de usar el baño.
- Si tose o estornuda, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable y luego bótelos de inmediato. Después, límpiase las manos.
- Si su tratamiento incluye el uso de un dispositivo médico como una sonda urinaria, pregúntele a los médicos y enfermeros por qué se necesita y cuándo se lo retirarán.
- Informe sobre todo síntoma que tenga a sus médicos y enfermeros.

Cómo puede ayudar a prevenir las HAI En su casa:

- Usted usará en su casa muchas de las mismas precauciones que usaría en el hospital.
- Si su médico le recetó antibióticos, tómelos exactamente como se lo indique.
- Mantener las manos limpias es importante. Límpiase las manos frecuentemente con agua y jabón o con un limpiador

Cómo puede ayudar a prevenir las HAI

de manos a base de alcohol (desinfectante de manos), especialmente antes de tocar cualquier equipo médico, antes de comer y después de usar el baño.

- Pídale a sus visitantes y a las personas que vivan con usted que también mantengan las manos limpias. Si están ayudando con sus cuidados al hacer cosas como cambiarle una venda, deberán lavarse las manos o usar un desinfectante de manos cada vez.
- Sepa cómo cuidar todo dispositivo médico, como un catéter, que usted esté usando en casa. Pregunte si no está seguro de cómo hacerlo.
- Tenga una lista de profesionales médicos a quienes contactar si tiene preguntas o problemas. Si tiene síntomas, llame inmediatamente a su médico o enfermera.
- Si fuma, hable con su médico sobre cómo dejar este hábito. Los pacientes que fuman contraen más infecciones.

¿Cómo se tratan las HAI?

Si contrae alguna de estas infecciones, es probable que su médico le recete un antibiótico. Es importante que tome los antibióticos exactamente como se lo indique el médico.



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention



HAI comunes: Signos y síntomas, y qué hacer Infecciones de las vías urinarias relacionadas con el uso de sondas (CAUTI)

Esta es una infección de la vejiga o los riñones causada por una sonda urinaria. Se trata de una sonda fina insertada en la vejiga para drenar la orina. Entre más tiempo la tenga colocada, mayor será la probabilidad de que presente una infección de este tipo.

Además de los signos comunes de las HAI, las infecciones urinarias pueden causar los siguientes síntomas:

- Ardor u otro dolor en el área debajo del estómago.
- Sangre en la orina.
- Ardor al orinar después de que se retira la sonda.
- Orinar con más frecuencia después de que se retira la sonda.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir una infección?

Seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de contraer una HAI, pero también hacer lo siguiente:

- Preguntar cuándo se puede retirar la sonda y seguir preguntando.
- Asegurarse de que la bolsa de la sonda esté siempre por debajo del nivel de sus caderas.
- No torcer, tirar ni halar el tubo de la sonda.

C. difficile, también llamada C. diff

Clostridium difficile es una bacteria que puede ocasionar casos de diarrea de leves a mortales.

Además de los signos comunes de una HAI, una infección por *C. diff* puede causar los siguientes síntomas:

- Diarrea acuosa.
- Dolor de estómago y sensibilidad al tacto.
- Pérdida del apetito.

Si tengo C. diff, ¿qué puedo hacer?

Seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de contraer una HAI, pero también hacer lo siguiente:

- Preguntarles a sus médicos y enfermeras si deberían ponerse una bata cuando lo atiendan.
- En casa, lavar su ropa y ropa de cama con su detergente normal, y usar la temperatura de agua más alta que se recomiende para esas prendas.
- Usar un baño separado o asegurarse de que se limpie muy bien si alguien con diarrea lo ha usado.

Infecciones del torrente sanguíneo relacionadas con el uso de vías centrales (CLABSI)

Vías centrales se refiere a las sondas usadas para administrar líquidos o medicamentos directamente en el torrente sanguíneo del paciente o para extraer sangre para pruebas médicas. Las vías centrales se insertan en una vena grande cerca del corazón,

o sea que son diferentes a las intravenosas (vías intravenosas o IV) que administran líquidos a una vena cercana de la superficie de la piel. Las bacterias pueden entrar al torrente sanguíneo a través de la misma sonda o el vendaje y causar infección.

Además de los signos comunes de una HAI, un paciente con una infección del torrente sanguíneo relacionada con el uso de vías centrales (CLABSI, por sus siglas en inglés) puede tener escalofríos.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir una infección?

Seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de contraer una HAI, pero también hacer lo siguiente:

- Avisarle a su médico o enfermera si se desprende, moja o ensucia el vendaje que cubre el lugar de la piel por donde entra la vía central.
- Preguntar si se puede duchar con las sondas insertadas y qué precauciones debería tomar mientras se baña.
- Preguntar cuándo se puede retirar esta sonda y seguir preguntando.
- Pedirles a sus médicos y enfermeras que se laven las manos con agua y jabón o que usen un limpiador de manos a base de alcohol (desinfectante de manos) antes de tocar la vía central.

Staphylococcus aureus resistente a la meticilina (SARM)

El SARM es un tipo de bacteria estafilocócica que con frecuencia entra al cuerpo a través de un corte en la piel. El estafilococo es una bacteria muy común que por lo general causa infecciones en la piel. Pero en algunos casos, puede causar infección de los pulmones (neumonía) o infecciones de la sangre. Si no se tratan, las infecciones por SARM pueden volverse graves y causar septicemia, que es una reacción potencialmente mortal del cuerpo a una infección.

Además de los signos comunes de las HAI, un paciente con SARM podría tener un bulto, o área infectada en la piel, enrojecido, inflamado o lleno de pus o supuración. Estos bultos a veces se confunden con picaduras de arañas.

¿Qué puedo hacer para reducir las probabilidades de transmisión del SARM?

Seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de contraer una HAI. Usted también puede:

- Pedir que todos sus visitantes, médicos y enfermeras se laven las manos o usen un desinfectante de manos cada vez que entren a su habitación. Ser usted también cuidadoso con el lavado de las manos.
- Decirles que usted tiene SARM a quienes lo atiendan, ya sea en el hospital, su casa o un consultorio médico.

Infección del sitio operatorio (ISO)

La mayoría de los pacientes que se someten a una operación no tienen problemas, pero un pequeño número presentará una infección en la parte del cuerpo operada. Esto se conoce como infección del sitio operatorio o ISO.

Además de los signos comunes de las HAI, en los pacientes con infección del sitio operatorio el líquido que drena de la herida quirúrgica podría estar turbio.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir una infección?

Seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de contraer una HAI, pero también hacer lo siguiente:

- Asegurarse de que su médico sepa de todas sus afecciones, ya que algunos problemas de salud, como la diabetes, pueden afectar su operación y su tratamiento.
- Antes de la operación, no rasurarse el área en donde será operado. Rasurarse puede irritar la piel y aumentar las probabilidades de que contraiga una infección.
- Preguntar si le rasurarán el vello o cabello del área donde le harán la operación y, si es así, que lo hagan con máquina eléctrica y solo inmediatamente antes de la operación.
- Preguntarle al médico si hay instrucciones para el baño que deba seguir antes de que le hagan la operación. Es posible que se le pida que se bañe o duche usando un antiséptico especial. Asegúrese de seguir estas instrucciones.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir una infección?

- Preguntar si le darán antibióticos durante la operación para protegerlo contra una ISO y por cuánto tiempo estará tomándolos.
- No dejar que los visitantes le toquen la herida quirúrgica ni el vendaje.
- Avisarles a sus médicos y enfermeras de inmediato si presenta fiebre, si su herida comienza a drenar, si el sitio de la operación está rojo e inflamado o si le da diarrea.

Neumonía asociada al respirador (NAR)

Un respirador es una máquina que le ayuda al paciente a respirar. El respirador le da oxígeno a través de un tubo colocado en la nariz o la boca o a través de un orificio en el cuello. A los pacientes conectados a un respirador les puede dar neumonía, una infección de los pulmones.

¿Qué puedo hacer para ayudar a prevenir la neumonía?

Los seres queridos y visitantes de un paciente deben seguir los consejos generales sobre cómo reducir las probabilidades de que el paciente contraiga una HAI, pero también deben fijarse en que se cumplan las precauciones para prevenir la neumonía. Está bien si preguntan:

- Si se debe levantar el cabecero de la cama del paciente.
- Cuándo podrá el paciente intentar respirar por sí solo.
- Cuándo podrá levantarse de la cama y comenzar a caminar. Entre más pronto esté despierto y levantado, menor será la probabilidad de que contraiga neumonía.