



JOHN A. WAGNER  
DIRECTOR

STATE OF CALIFORNIA—HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY  
**DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES**

744 P Street • Sacramento, CA 95814 • [www.cdss.ca.gov](http://www.cdss.ca.gov)



ARNOLD SCHWARZENEGGER  
GOVERNOR

**DIVISIÓN DE LICENCIAMIENTO PARA OFRECER CUIDADO EN LA COMUNIDAD  
PRECAUCIONES ESTÁNDAR:**

**NORMAS PARA LOS ESTABLECIMIENTOS CERTIFICADOS PARA EL CUIDADO EN LA COMUNIDAD**

Las siguientes normas son precauciones estándar adaptadas para establecimientos certificados para el cuidado en la comunidad, con la ayuda del Departamento de Salud Pública de California. Hasta que no se haga una enmienda en los ordenamientos, la oficina de licenciamiento NO hará cumplir el uso de las precauciones estándar diferentes a las precauciones que actualmente requieren los ordenamientos de licenciamiento. Sin embargo, cualquier persona con licencia o proveedor que practiquen las precauciones estándar automáticamente estarán cumpliendo con los requisitos de licenciamiento relacionados a precauciones universales. Se recomienda que las personas con licencia y los proveedores usen rutinariamente precauciones estándar como la mejor práctica para la protección de los clientes, los empleados del establecimiento, y los visitantes.

**NORMAS GENERALES**

- Asuma que *cualquier persona* puede estar infectada con un virus.
- Las precauciones estándar combinan precauciones universales (las cuales aplican a la sangre y otros líquidos del cuerpo) y al aislamiento por cuarentena de sustancias del cuerpo (el cual aplica a las sustancias húmedas del cuerpo).
- Las precauciones estándar aplican a: 1) la sangre, 2) todos los líquidos, secreciones y excreciones del cuerpo (excepto el sudor) ya sea que contengan sangre visible o no; 3) piel que no está intacta (incluyendo cortaduras, rasguños, y piel muy agrietada); y 4) membranas mucosas. Esto incluye: la orina, el excremento, heridas con líquidos; drenaje gástrico; secreciones de la nariz, boca, y ojos; y lesiones o heridas abiertas en la piel.

**LAVARSE LAS MANOS**

**El lavarse las manos es la medida más efectiva que se conoce para controlar infecciones y reducir el potencial de propagar gérmenes en un establecimiento.**

- Lávese las manos con jabón y agua tibia después de un posible contacto con sangre, líquidos, secreciones o excreciones del cuerpo cuando está cuidando a un cliente—o después de estar en contacto con superficies o equipo que pudieran tener sangre u otros líquidos del cuerpo—ya sea que haya usado guantes o no.
- Lávese las manos rutinariamente con jabón sencillo que no tenga medicamento (que no sea anti microbios). Use toallas de papel desechables para secarse las manos.
- Tenga disponible y recomiende el uso de productos que contienen alcohol para frotarse las manos cuando no están visiblemente sucias.

- En un establecimiento, ejemplos de tiempos específicos para lavarse las manos deben incluir:
  - Cuando las manos están visiblemente sucias
  - Después de quitarse los guantes
  - Antes de preparar o comer alimentos
  - Después de ir al baño
  - Antes y después de tratar una cortada o poner vendas en una cortada
  - Antes y después de proporcionar cuidado directo a un cliente
  - Después de limpiar superficies o sustancias derramadas, o llevar a cabo quehaceres del hogar

## PROTOCOLO PARA LA HIGIENE RESPIRATORIA Y EL MANEJO DE LA TOS

Para prevenir la transmisión de las infecciones respiratorias cuando primero se tiene una interacción con un cliente potencialmente infectado, se debe observar el protocolo para la higiene respiratoria y el manejo de la tos.

- Considere colocar alertas visuales pidiendo a los clientes y a los visitantes que le informen a los empleados del establecimiento si tienen algún síntoma de una infección respiratoria. También considere colocar alertas visuales que hagan énfasis en lavarse las manos y cubrirse la boca y la nariz al toser y estornudar, como el letrero del Centro Federal para el Control y Prevención de Enfermedades (*federal Center for Disease Control and Prevention--CDC*), "Cubra su tos". Para los enlaces a los letreros y folletos, por favor vaya al sitio web: <http://www.cdc.gov/flu/protect/covercough.htm>.
- Cerca de los fregaderos, tenga disponibles artículos para lavarse las manos y en otros lugares proporcione distribuidores automáticos que contengan limpiador de manos a base de alcohol.
- Proporcione pañuelos desechables a los clientes o visitantes que estén tosiendo o estornudando para que cubran su nariz o boca.
- Si se puede tolerar, ofrezca cubrebocas a los clientes o visitantes que estén tosiendo durante la época de influenza, o en cualquier otra ocasión cuando hay un aumento de infecciones respiratorias en la comunidad. Para algunos establecimientos es más fácil hacer esto durante todo el año. Los cubrebocas incluyen a las mascarillas para procedimientos (tienen asas que se colocan en los oídos) y las mascarillas quirúrgicas (tienen hilos para amarrar).
- Proporcione recipientes para la basura o recipientes que no se tienen que tocar con las manos para abrirlos (por ejemplo, un recipiente para la basura que tenga una tapa que se opere con un pedal) para tirar los pañuelos o materiales desechables que tengan secreciones nasales o respiratorias.
- En las áreas comunes, si se puede tolerar, asigne un espacio para que las personas que tosen se puedan sentar al menos tres pies separadas de los demás. (*Pero a un cliente con una infección respiratoria grave se le debe recomendar que permanezca seis pies separado de los demás.*)

## GUANTES

- Use guantes solamente una vez para un incidente o para un cliente. Los guantes no se deben lavar o volver a usar. Guantes limpios, no estériles de látex, vinil, o sintéticos son adecuados. Los guantes de vinil deben estar disponibles para todos los empleados del establecimiento que tengan alergia al látex.
- Use guantes si va a estar en contacto con sangre, líquidos, secreciones, excreciones del cuerpo, y artículos o superficies contaminadas. Ejemplos de cuando usar guantes en un establecimiento incluyen:
  - Cuando los empleados del establecimiento tienen cortadas o rasguños en sus manos
  - Cuando ayudan con el cuidado de una persona que padece de incontinencia o cuando limpian orina, excremento, o vómito
  - Cuando administran primeros auxilios a personas con una cortada, una herida con sangre, o que le está saliendo sangre de la nariz
- Póngase guantes antes de tocar las membranas mucosas o antes de estar en contacto con sangre, líquidos, secreciones, o excreciones del cuerpo.
- Lávese las manos antes de ponerse guantes, si es que están visiblemente sucias, o si ayuda a un cliente con un procedimiento relacionado a la salud.
- Quítese los guantes cuando termine una tarea específica y lávese las manos. Deseche los guantes usados inmediatamente después de usarlos.
- Se pueden lavar, desinfectar, y volver a usar guantes para uso general, tales como guantes de hule para el hogar, *solamente para las tareas regulares del aseo de la casa/actividades para limpiar equipo*. Deseche los guantes si se están pelando, tienen rajaduras o agujeros, están rotos o descoloridos, o de otra forma tienen señales de deterioro.

## BATAS

Aunque por lo general no se usan batas en los establecimientos, a veces es recomendable que los empleados del establecimiento consideren usar una bata, si anticipan que se van a ensuciar su ropa con las secreciones respiratorias de un cliente.

- Use una bata (limpia, no estéril, es adecuada) para proteger la piel y para prevenir que se ensucie su ropa durante actividades que pudieran resultar el estar en contacto con sangre, líquidos, secreciones o excreciones del cuerpo. Si la bata de tela se ensucia, quítesela inmediatamente para prevenir que los líquidos se pasen a la ropa, y lave sus manos completamente.
- Cambie la bata después de cada encuentro con un cliente y lávese las manos.

## MÁSCARAS (Y PROTECCIÓN PARA LOS OJOS)

De manera similar, algunas veces los empleados del establecimiento pueden considerar el usar un cubrebocas cuando proporcionan cuidado directo a un cliente con una infección respiratoria grave (por ejemplo, al bañarlos, darles de comer). Por lo general, protección para los ojos y la cara no son necesarios en un ambiente para el cuidado en la comunidad.

- En situaciones en las que es probable que sangre, líquidos, secreciones, o excreciones del cuerpo, salpiquen o rocíen, use una mascarilla quirúrgica que cubra la nariz y la boca.

## CONTROL DEL AMBIENTE

Es importante mantener el establecimiento limpio todo el tiempo para que haya menos gérmenes que compartir entre los clientes y los empleados del establecimiento. *Asegúrese de limpiar el área antes de desinfectarla. Los desinfectantes no funcionan adecuadamente si la superficie no está limpia.*

- Asegúrese que estén establecidas las prácticas y procedimientos para el cuidado rutinario, la limpieza y desinfección de superficies en áreas comunes del establecimiento y en los cuartos de los clientes. Ponga particular atención a las áreas que se tocan mucho, tales como los pasamanos, perillas y obstrucciones, mostradores, barandillas de la cama, y encendedores/apagadores de luz.
- Si hay sangre o líquidos del cuerpo en cualquier superficie, tal como mostradores y pisos, limpie y desinfecte inmediatamente.
- Para desinfectar, considere usar una solución básica con blanqueador, la cual puede preparar todos los días mezclando un cuarto de taza (1/4) de blanqueador y un galón de agua de la llave, o una cucharada de blanqueador en un cuarto de galón de agua. Se pueden también usar los desinfectantes comerciales Pine-Sol o Lysol, siempre y cuando se sigan exactamente las instrucciones del fabricante. Asegúrese que cualquier desinfectante comercial esté registrado con la Agencia de Protección del Ambiente de los Estados Unidos (U.S. *Environmental Protection Agency--EPA*).
- Deseche cualquier material contaminado con líquidos colocándolo en una bolsa de plástico para basura, amarre la bolsa con un cordón de una manera segura, y tire la bolsa fuera del alcance de los clientes y niños.

## EQUIPO PARA EL CUIDADO DEL CLIENTE

- Para evitar la contaminación de ropa y la transferencia de gérmenes a otros clientes, superficies, y ambientes, limpie, desinfecte o vuelva a procesar equipo que no es desechable antes de volver a usarlo con otro cliente.
- Al final de las sesiones de cada día, limpie y desinfecte equipo de recreación o terapia física cuando se ensucien con líquidos del cuerpo.
- Deseche adecuadamente los artículos que solamente se usan una vez.

## **SÁBANAS, FUNDAS, Y ROPA SUCIA**

Las sábanas, fundas, y ropa sucia, especialmente las sábanas y fundas que usaron clientes con problemas de incontinencia, pueden estar muy contaminadas con una variedad de gérmenes. Se considera que se reduce considerablemente el riesgo de transmisión de enfermedades, si las sábanas, fundas, y ropa sucia se manejan apropiadamente.

- Trate todas las sábanas y fundas como potencialmente infecciosas.
- Lávese las manos después de haber tenido contacto con sábanas y fundas sucias.
- Mantenga todas las sábanas y fundas sucias separadas de la ropa y use guantes cuando tenga contacto con sábanas y fundas sucias contaminadas con sangre u otras sustancias del cuerpo.
- No sacuda las sábanas y fundas sucias, esto pudiera poner las partículas infecciosas en el aire.
- Coloque las sábanas y fundas sucias en un recipiente o en una bolsa de plástico para prevenir la filtración de sangre líquida y líquidos del cuerpo fuera del recipiente.
- Coloque todas las sábanas y fundas sucias directamente en un recipiente o bolsa. Evite poner sábanas y fundas sucias en las mesitas al lado de la cama, en las sillas, o en los mostradores. No es necesario tener bolsas de color para codificar o bolsas marcadas “infecciosos” o “contaminados”.
- Lave apropiadamente las sábanas, fundas, y ropa sucia. Las sábanas, fundas, y ropa sucia se pueden lavar con agua tibia y detergente en una máquina normal para lavar ropa. Se puede añadir blanqueador, pero no es necesario.