



BO USO DOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL EN PERSOAL ESENCIAL NON SANITARIO (POLICÍA, PROTECCIÓN CIVIL, TRABALLADORES/AS SOCIAIS)

No momento actual, a evidencia científica parece indicar que a vía principal de transmisión entre seres humanos son as gotiñas presentes nas vías respiratorias, que se expulsan ao falar, esbirrar ou tusir.

O seu uso xeneralizado non está recomendado e, ademais, pode dar unha falsa sensación de seguridade.

Polo tanto as máscaras cirúrxicas débense empregar:

- Cando se vaia estar a menos 2 metros de distancia, aproximadamente doutra que presente síntomas de infección respiratoria aguda e o tempo vai ser superior a 15 minutos.
- Como protección estándar, é dicir en tarefas que poidan xerar salpicaduras de sangue, fluídos corporais, secrecións e excrecións.
- Tamén para cando se vaia estar a menos de un metro dun doente ou durante o traslado cando este non leve posta unha máscara cirúrxica.

Excepcionalmente, podería ser preciso o uso de máscaras FFP2/N95 en situacións nas que se xeren aerosois (reanimación cardiopulmonar, desfibrilación, osixenoterapia ou realizar nebulizacións). De darse esta situación, tamén deberá engadirse unha protección ocular que evite salpicaduras e unha bata desbotable que protexa a roupa

Se se utilizan máscaras, é esencial usalas e refugalas adecuadamente para evitar que sexan ineficaces e que o seu uso incorrecto agrave o risco de contaxio.

COMO USAR CORRECTAMENTE AS MÁSCARAS E OS GUANTES

Para colocar os guantes e a máscara hai que seguir a seguinte orde e sempre lavar as mans antes de poñelos e cando se retire cada unha das proteccións:

1. Lavar as mans
2. Poñer os guantes
3. Poñer a máscara

Para retirar os guantes e a máscara hai que seguir a seguinte orde:

1. Retirar os guantes
2. Lavar as mans
3. Retirar a máscara e refugala
4. Lavar as mans

Instrucións para poñer e retirar os guantes e a máscara

Guantes

1. Antes de colocalos lava as mans con auga e xabón ou ben cun desinfectante de mans a base de alcohol.



2. Para a súa retirada (ver imaxe):

- Coller o primeiro guante polo lado da palma preto do pulso.
- Quitar o guante con coidado de xeito que quede do revés.
- Soster o guante na palma da man que inda ten guante posto.
- Inserir dous dedos por debaixo do pulso na man que inda ten posto o guante.
- Tirar do guante ata que saia do revés.
- O primeiro guante debe quedar dentro do segundo.

3. Inmediatamente lave as mans.

Máscara

1. Antes de colocala lava as mans con auga e xabón ou ben cun desinfectante de mans a base de alcohol.

2. Para colocala:

- Asegurarse de que o lado correcto queda contra a cara, habitualmente é de cor branca.
- Colocar ben as bandas, segundo modelo. Por detrás das orellas ou a banda superior pola parte da cabeza e a inferior pola parte de atrás do pescozo. Ver a imaxe.
- Asegurarse de que cubre boca e o nariz e de que non hai espazos entre a túa cara e a máscara (ver a imaxe).

3. Cambia de máscara cirúrxica tan pronto como estea húmida e non reutilices as máscaras dun só uso.

4. Evita tocar a máscara mentres a usas. Se o fas, lava as mans cun desinfectante a base de alcohol ou con auga e xabón.

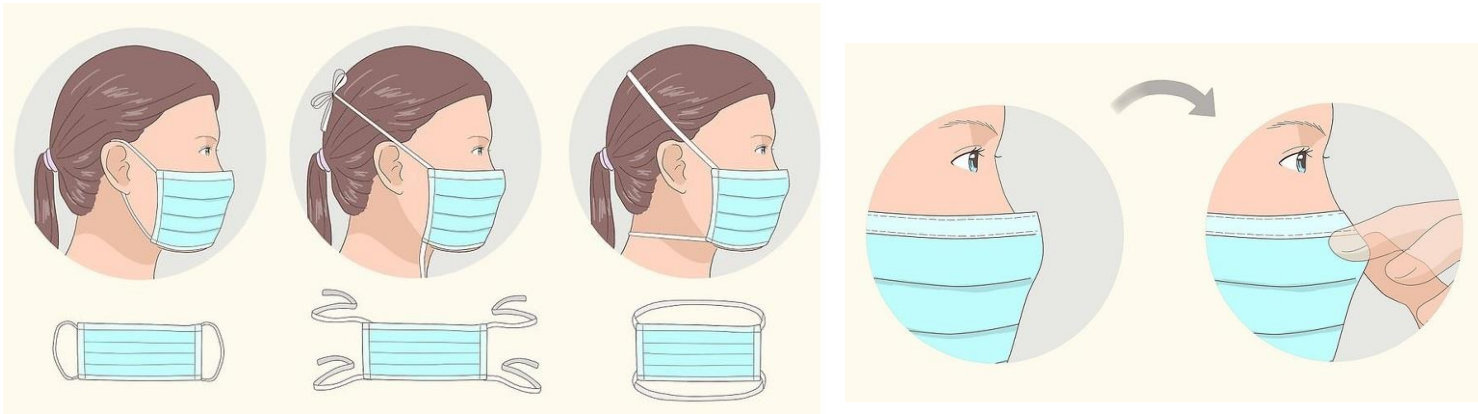
5. Para retirala faino por detrás, collendo das gomas/cintas con coidado (Ver imaxe). NON tocar a parte dianteira.

6. Finalmente volve a lavar as mans.

REFUGAR AS LUVAS E MÁSCARA NUNHA BOLSA QUE SE PECHARÁ BEN



XEITO DE COLOCAR A MÁSCARA CIRÚRXICA



XEITO DE COLOCAR A MÁSCARA CIRÚRXICA

