

Programa introductorio para la prevención de la infección urinaria en residentes en residencias de ancianos.

Relacionado con la higiene anogenital, cambio de pañal y visita al baño.

Practicante:

Supervisor:

La infección del tracto urinario en personas mayores que residen en residencias de ancianos es una infección común que en muchos casos se puede prevenir.

El cuidado de personas mayores en residencias de ancianos suele incluir tareas de cuidado relacionadas con la higiene anogenital, el cambio de pañales y la asistencia en las visitas al baño. El personal sanitario sin formación suele realizar este tipo de tareas asistenciales. Para contribuir a prevenir la infección del tracto urinario se necesitan conocimientos, formación y habilidades.

Este programa ha sido desarrollado como una ayuda tanto para la persona que se encarga de la tarea de introducción como para la persona que está recibiendo la introducción.

En la página 1 encontrará una lista de las condiciones generales que se deben cumplir para realizar las tareas de cuidado de la manera correcta para prevenir la infección del tracto urinario.

En la página 2 encontrará instrucciones relacionadas con la higiene anogenital, el cambio de pañal y la asistencia en la visita al baño.

En las páginas 1 y 2 es posible marcar cuando la difusión y la realización están bien realizadas.

En las páginas 3 y 4 encontrará material de referencia que podrá utilizar para una mayor explicación de cada tema.

Higiene de las manos: desinfección y lavado de manos Debe realizarse inmediatamente antes e inmediatamente después de todas las tareas asistenciales relacionadas con la higiene anogenital, el cambio de pañal, la asistencia para ir al baño - y después del uso de guantes de un solo uso. Puede ser desinfección o lavado de manos.	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
Condiciones para una higiene de manos segura		
a. Uñas cortas y sin esmalte ni uñas postizas. b. Manos y muñecas sin joyas (incluida la alianza), reloj de pulsera ni vendajes. c. Las mangas son cortas (por encima del codo).		
Desinfección de manos		
a. Utilizar cuando las manos estén visiblemente limpias y secas. b. Utilice suficiente cantidad de producto con base alcohólica para mantener las manos húmedas durante 20-30 segundos mientras las frota. c. Para el personal sanitario, complementar después del lavado de manos.		
Lavado de manos		
a. Realizar cuando las manos estén contaminadas con material humano (por ejemplo, heces, orina) o cuando estén mojadas y cuando estén húmedas tras el uso de guantes de un solo uso. b. Para el personal sanitario, complementar con la desinfección de manos.		
Precauciones de barrera	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
a. Llevar guantes de un solo uso y delantal de un solo uso en relación con la higiene anogenital y al cambiar un pañal.		
Equipamiento	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
a. Utilice un área de trabajo limpia. b. Utilizar material limpio como paños, toalla, lavabo, frasco de orina, jabón íntimo, bolsa de residuos, bolsa para la ropa sucia.		

Higiene anogenital Realizar anogenital mínimo 1 vez al día	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
<ul style="list-style-type: none"> • Mujer: <ul style="list-style-type: none"> » Lavar en el sentido del orificio uretral, de dentro hacia fuera. Utilice una toallita nueva para cada lavado. Elimine el jabón. » Lavar el resto de la zona. Lavar hacia el ano. Utilice una toallita nueva para cada lavado. Elimine el jabón. » Secar bien la piel. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Hombre: <ul style="list-style-type: none"> » Retirar la piel del prepucio con cuidado. » Lavar el glande en dirección al orificio uretral, de dentro hacia fuera, utilizando una toallita nueva para cada pasada. Eliminar el jabón. » Lavar el resto del pene y el escroto. Lavar hacia el ano. Utilice una toallita nueva para cada pasada. Quitar el jabón. » Recolocar la piel del prepucio con cuidado en su sitio. » Secar bien la piel. 		
Cambio de pañal	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
<ul style="list-style-type: none"> • Cambiar mínimo 3 veces al día. • Procurar cambiar el pañal lo antes posible después de orinar. • Aclarar la piel de la "zona del pañal". • Elegir la talla adecuada de pañal. 		
Visita al baño (vaciado de la vejiga)	Diseminado Fecha y firma	Realizado Fecha y firma
<ul style="list-style-type: none"> • Intentar que el residente vaya al baño (cuando sea posible, según su estado físico y mental). <p>Ayudar en:</p> <ul style="list-style-type: none"> » Asegurar una buena posición sentada para vaciar la vejiga. » Dedicación de tiempo suficiente y sensación de seguridad. 		

IMAGINE





MATERIAL DE REFERENCIA

La higiene de las manos (desinfección de las manos o lavado de manos seguido de desinfección de las manos) es el núcleo de la prevención eficaz de las infecciones. Por ello, es importante realizar la higiene de las manos de la forma y en el momento adecuados para prevenir las infecciones urinarias.

Condiciones para una higiene de manos segura

Las joyas, las uñas falsas, el esmalte de uñas y las mangas largas son malas condiciones para una higiene de manos eficaz, ya que estos artículos son reservorios de microorganismos. Después de la higiene de las manos, los microorganismos de estos artículos permanecen y pueden transmitirse entre las personas.

Desinfección de manos

La higiene de las manos debe realizarse inmediatamente antes e inmediatamente después de todas las tareas asistenciales relacionadas con la higiene anogenital, el cambio de pañal y la asistencia para ir al baño.

En la mayoría de los casos, la primera opción para la higiene de las manos es la desinfección de las mismas. Este método se puede utilizar con manos visiblemente limpias y secas. Los estudios han demostrado que bastan 20-30 segundos frotando para eliminar la mayoría de los microorganismos de las manos.

Lavado de manos

Lávese las manos cuando se hayan contaminado con material humano (por ejemplo, heces, orina), cuando estén mojadas y cuando se humedezcan las manos después de utilizar guantes de un solo uso. Lávese las manos durante al menos 20 segundos para eliminar la mayoría de los microorganismos presentes en ellas. El lavado de manos debe complementarse siempre con la desinfección de las manos del personal sanitario.

Precauciones de barrera

Ayudar a un residente con la higiene anogenital, el cambio de pañal y la visita al inodoro son tareas asistenciales relacionadas con el riesgo de que las manos y la ropa de trabajo se contaminen con heces y orina.

Utilizar guantes de un solo uso y delantales de un solo uso sólo en relación con un procedimiento específico, y tirarlos una vez finalizado el procedimiento.

Comience el procedimiento con guantes de un solo uso y delantal de un solo uso y quíteselos inmediatamente después de terminar la tarea de cuidado.

Considere que los guantes de un solo uso siempre sucios son una fuente de transmisión como las manos sucias sin guantes.



Equipamiento

Antes de realizar estas tareas asistenciales, es importante la preparación. Las precauciones de barrera y otros equipos deben colocarse en una zona de trabajo limpia cerca del residente (por ejemplo, una estantería o una mesa de procedimientos). Utilizar una zona fácil de limpiar minimiza la transmisión de microorganismos al residente.

Muchos tipos de microorganismos pueden sobrevivir en superficies y materiales, especialmente cuando éstos están húmedos. Por este motivo, es importante utilizar equipos limpios que se laven de la forma adecuada o tipos de un solo uso que no se utilicen. El uso de bolsas de basura y bolsas para la ropa sucia cerca de la tarea asistencial es una forma segura de evitar la contaminación del entorno con los microorganismos procedentes del equipo usado y de la ropa y sábanas sucias del residente.

Higiene anogenital

La mayoría de las infecciones urinarias están causadas por bacterias procedentes del propio intestino o de la zona cutánea anogenital. Es importante realizar la higiene anogenital de la forma correcta y en la dirección adecuada para evitar que estas bacterias se transfieran a la vulnerable parte inferior de las vías urinarias. Esto se aplica tanto a las mujeres como a los hombres.

Cambio de pañal

Muchas personas mayores que viven en residencias padecen incontinencia urinaria y por ello utilizan pañales. Es bien sabido que la incontinencia urinaria está relacionada con un mayor riesgo de desarrollar infecciones urinarias. También es bien sabido que el número de bacterias aumenta cuando éstas se encuentran en un ambiente cálido y húmedo. Por ello, se recomienda cambiar el pañal lo antes posible después de que se haya mojado con orina o se haya contaminado con heces, o al menos 3 veces al día.

El tamaño correcto de un pañal es tan grande como sea necesario y tan pequeño como sea posible.

Visita al baño (vaciado de la vejiga)

La orina residual es la cantidad de orina que permanece en la vejiga después de orinar. Es bien sabido que la orina residual está relacionada con un mayor riesgo de desarrollar una infección del tracto urinario, ya que la orina residual hará que aumente el número de bacterias. La forma y el tiempo que una persona se sienta en el inodoro suelen marcar la diferencia para mejorar la capacidad de vaciar la vejiga. Por ello, es importante que el personal sanitario contribuya a su éxito. Hacer contacto de las piernas con el suelo, por ejemplo, con un taburete. Ayudar con presencia física tranquila para optimizar la sensación de seguridad y la necesidad de tiempo para vaciar la vejiga.

Referencias

- World Health Organization. Infection prevention and control. Hand hygiene. Geneva: World Health Organization; 2020.
- Omli R, Skotnes LH, Romild U, Bakke A, Mykletun A, Kuhry E. Pad per day usage, urinary incontinence, and urinary tract infections in nursing home residents. *Age Ageing*. September 2010;39(5):549–54.
- Chenoweth CE, Gould CV, Saint S. Diagnosis, management, and prevention of catheter-associated urinary tract infections. National Institutes of Health; 2013.

