

CÓMO PREVENIR LAS INFECCIONES URINARIAS EN PERSONAS MAYORES EN RESIDENCIAS



Más información:

- Higiene de las manos
- Precauciones de barrera y otros tipos de equipos
- Higiene anogenital
- Cambiar pañales
- Vaciado de la vejiga
- Sonda urinaria

**LA MANERA CORRECTA
MARCA LA DIFERENCIA**

**¿Cuál es su conocimiento en materia de higiene y prevención?
Lea este folleto para ver si su calidad mejora.**

Las personas mayores que viven en residencias corren un grave riesgo de contraer infecciones urinarias. Con unas sencillas medidas, puede mejorar la calidad de su higiene y ayudar a prevenir las infecciones del tracto urinario. Este folleto le guiará para mantener o mejorar las prácticas básicas que han demostrado reducir el riesgo de infecciones urinarias en personas mayores en residencias de ancianos.

En las primeras páginas encontrará temas presentados en breve. En las contraportadas hay textos que apoyan las recomendaciones.

1. Mody L, Krein SL, Saint S, Min LC, Montoya A, Lansing B, et al. A targeted infection prevention intervention in nursing home residents with indwelling devices. National Institutes of Health; 2015.
2. Meddings J, Saint S, Krein SL, Gaies E, Reichert H, Hickner A, et al. Systematic review of interventions to reduce urinary tract infection in nursing home residents. National Institutes of Health; 2017.
3. Omli R, Skotnes LH, Mykletun A, Bakke A, Kuhry E, Midthjell K. Pad per day usage, urinary incontinence, and urinary tract infections in nursing home residents. National Institutes of Health; 2010.
4. Raz R, Stamm WE. Recurrent urinary tract infections in postmenopausal women. National Institutes of Health; 2000.
5. Chenoweth CE, Gould CV, Saint S. Diagnosis, management, and prevention of catheter-associated urinary tract infections. National Institutes of Health; 2013.
6. World Health Organization. Infection prevention and control. Geneva: World Health Organization; 2020.



Co-funded by the European Union, eu4health programme, project id 101079838. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union and/or the European Health and Digital Executive Agency (HaDEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.



HIGIENE DE LAS MANOS

PROTEGER AL RESIDENTE
CONTRA LA INFECCIÓN
URINARIA REALIZANDO:

- DESINFECCIÓN DE MANOS
- LAVADO DE MANOS



LA TRANSMISIÓN DE BACTERIAS DE LAS MANOS A LAS VÍAS URINARIAS PUEDE PROVOCAR UNA INFECCIÓN URINARIA

UNA HIGIENE DE MANOS DE BUENA CALIDAD REQUIERE DE UNAS CONDICIONES ADECUADAS

Piel intacta, mangas por encima del codo, uñas cortas y limpias sin esmalte, dedos sin joyas y antebrazos sin reloj de pulsera ni joyas son requisitos para una higiene óptima de las manos.

LA ELECCIÓN CORRECTA:

- Con las manos limpias y secas, la desinfección de las manos es la 1ª opción.
- Cuando se vean las manos sucias o húmedas y después de ayudar a un residente a ir al baño, se recomienda lavarse las manos y desinfectarlas a continuación.

EL MOMENTO ADECUADO:

- Debe realizarse la higiene de las manos:
 - Antes y después de todas las tareas relacionadas con la higiene anogenital, el cambio de pañales y la manipulación de una sonda urinaria permanente.
 - Tras el uso de guantes de un solo uso.

PRECAUCIONES DE BARRERA Y OTROS TIPOS DE EQUIPOS

PROTEGER AL RESIDENTE CONTRA LAS INFECCIONES DEL TRACTO URINARIO MEDIANTE EL USO DE:

EQUIPO LIMPIO COMO:

- TOALLITAS O PAÑOS
- TOALLAS
- LAVABO
- RECIPIENTE PARA LA BOLSA DE LA SONDA URINARIA



Guantes de un solo uso



Delantal de un solo uso



LA TRANSMISIÓN DE BACTERIAS DE LA ROPA Y EL EQUIPO DE TRABAJO A LAS VÍAS URINARIAS PUEDE PROVOCAR UNA INFECCIÓN URINARIA

Los equipos de barrera y protección deben estar limpios y no deben haber sido utilizados para otras tareas u otros residentes para evitar la transmisión de microorganismos.

Para que el flujo de trabajo sea seguro, todos los equipos de barrera y protección deben colocarse en una zona limpia antes de realizar las tareas de cambio de pañales, higiene anogenital y manipulación de una sonda urinaria permanente.



Los guantes de un solo uso deben cambiarse al pasar de una tarea sucia a otra limpia.



Los guantes de un solo uso y los delantales de un solo uso deben desecharse después de cada uso.

HIGIENE ANOGENITAL

RECUERDE SU HIGIENE DE MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE LA HIGIENE ANOGENITAL.



REALIZAR LA HIGIENE ANOGENITAL DIARIAMENTE Y CUANDO SE CAMBIE EL PAÑAL.



Mujer

Realizar la higiene anogenital en el sentido del orificio uretral - de dentro hacia fuera



Hombre

Retire la piel del prepucio con cuidado.

Lave el glande en dirección al orificio uretral, de dentro hacia fuera.

Recoloque la piel del prepucio con cuidado en su lugar

Sonda urinaria permanente

Lavar el tubo urinario en el sentido del orificio uretral, de dentro hacia fuera





Es importante lavar el orificio uretral en la dirección del orificio uretral, de dentro hacia fuera. El orificio uretral es una puerta de entrada de bacterias que pueden transmitirse fácilmente a través de las vías urinarias y provocar una infección urinaria.

También es importante realizar la higiene anogenital a diario y cuando se cambie el pañal, ya que un pañal húmedo y/o contaminado con heces proporciona un buen entorno para que se multipliquen las bacterias.

CAMBIAR UN PAÑAL

RECUERDE SU HIGIENE DE MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE LA HIGIENE ANOGENITAL.

CAMBIE EL PAÑAL UN MÍNIMO DE 3 VECES AL DÍA. PROCURE CAMBIAR EL PAÑAL LO ANTES POSIBLE DESPUÉS DE ORINAR.

EXPLORE, CON EL TIEMPO, EN TORNO A QUÉ MOMENTOS DEL DÍA EL PAÑAL SE MOJA PARA AYUDAR A IR AL BAÑO COMO UNA ALTERNATIVA AL USO DE PAÑALES PARA ORINAR - SI ES POSIBLE.



- MANTENGA LIMPIA LA ZONA ANOGENITAL.
- ELIJA LA TALLA ADECUADA DE PAÑAL.





Muchos ancianos residentes en residencias padecen incontinencia urinaria y utilizan pañales.

La transmisión de bacterias de la compresa húmeda o contaminada con heces a la piel puede pasar a las vías urinarias y provocar una infección urinaria.

La talla correcta de un pañal es aquella en la que el pañal puede absorber la cantidad de orina que se espera hasta el siguiente momento del cambio.

VACIADO DE LA VEJIGA

RECUERDE LA HIGIENE DE LAS MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE AYUDAR CON LA VISITA AL BAÑO.

INTENTE QUE EL RESIDENTE VAYA AL BAÑO UN MÍNIMO DE 3 VECES AL DÍA (CUANDO SEA POSIBLE, SEGÚN EL ESTADO FÍSICO Y MENTAL DEL RESIDENTE).



- Ayude a pasar el tiempo suficiente y asegure una buena posición sentada para vaciar la vejiga.
- Considere la opción del triple vaciado, si es posible.
- Considere la necesidad de evaluar una exploración de la vejiga - si es posible.



El volumen residual postvaciado está relacionado, por ejemplo, con la edad avanzada, la incontinencia, la movilidad reducida y el estreñimiento. La orina residual que queda en la vejiga es un buen medio de crecimiento para las bacterias.

Las consideraciones pedagógicas sobre el consumo de tiempo y la ayuda a las personas para que se sientan seguras al vaciar la vejiga pueden evitar la orina residual.

La micción triple consiste en intentar vaciar la vejiga tres veces seguidas en lugar de una sola. Esto puede contribuir a vaciar aún más la vejiga



INSERCIÓN Y MANTENIMIENTO DE UNA SONDA URINARIA

REALIZAR LA HIGIENE DE LAS MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE LA INSERCIÓN DE UN CATÉTER E INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE CUALQUIER MANIPULACIÓN DEL CATÉTER.



- Permita que sólo el personal sanitario formado introduzca una sonda urinaria.
- Asegúrese de utilizar una técnica aséptica al insertar un catéter.
- Evaluar diariamente al residente para detectar cualquier dolor o molestia.
- Limpie el meato o conducto urinario a diario y compruebe si hay enrojecimiento e irritación.
- Evaluar el punto de entrada del catéter en busca de material incrustado y drenaje.
- Retire el catéter cuando ya no sea necesario.





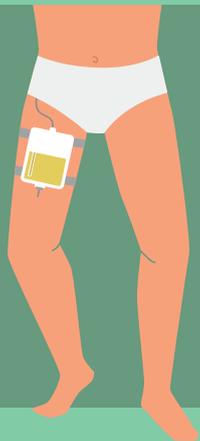
Al insertar una sonda urinaria, es importante aplicar una técnica aséptica.

Realizar la higiene anogenital, desechar los guantes y realizar la higiene de las manos antes de la inserción. Preparar un campo estéril con guantes, paños y esponjas estériles, y un catéter estéril. No toque los elementos del campo estéril con manos o equipos no estériles.

Asegúrese de no contaminar el catéter y de que la punta del catéter no toque los genitales antes de ser introducida en la uretra. Si la sonda se contamina accidentalmente, deséchela y obtenga una nueva sonda estéril. Incluso con una buena higiene, tener una sonda urinaria aumenta el riesgo de contraer una infección urinaria. Por lo tanto, las sondas urinarias sólo deben utilizarse cuando sean médicamente necesarias y deben retirarse en cuanto ya no sean necesarias.

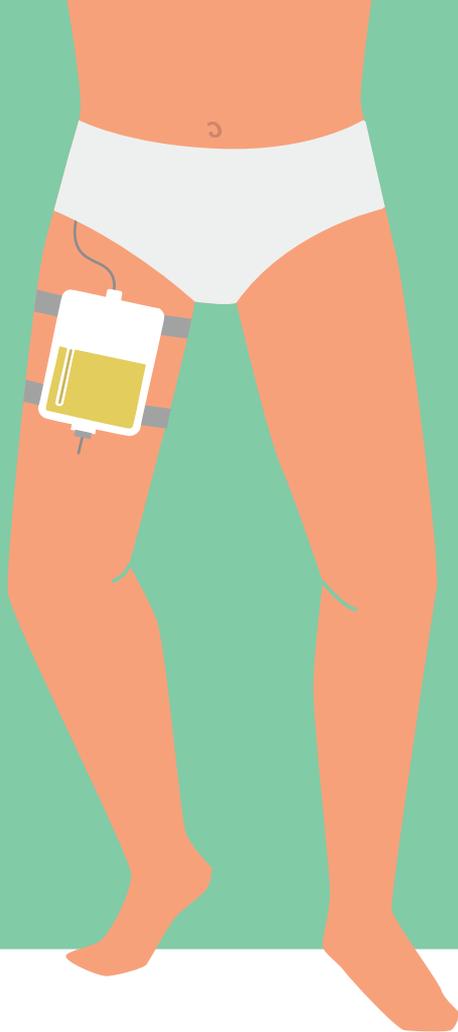
MANIPULACIÓN DE UNA BOLSA DE SONDA URINARIA

RECUERDE LA HIGIENE DE LAS MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE VACIAR UNA BOLSA URINARIA.



- Coloque la bolsa urinaria por debajo o a nivel de la vejiga.
- Evitar contaminar la bolsa urinaria desde el suelo.
- Fije bien el tubo de la bolsa urinaria para evitar dobleces, tirones y presión de la bolsa urinaria y el tubo.
- Utilice una bolsa urinaria nueva y sin usar cuando cambie la bolsa.





Es importante asegurarse de que el drenaje no haga reflujos. Esto puede evitarse cuando la bolsa urinaria se coloca por debajo o a nivel de la vejiga.

Una regla sencilla es que la bolsa urinaria no debe tocar el suelo, ya que las bacterias del suelo pueden transmitirse a través de la bolsa urinaria a las vías urinarias.

El tubo de la bolsa urinaria debe fijarse bien para evitar retorcimientos, tirones y presiones, ya que esto puede provocar la aparición de pequeñas lesiones en las vías urinarias, lo que aumenta el riesgo de infección urinaria.

Cuando se cambia la bolsa urinaria, la conexión se contamina fácilmente y puede provocar una infección urinaria. Esto puede evitarse utilizando una bolsa urinaria nueva y sin usar cuando se cambie.

VACIADO DE UNA BOLSA DE SONDA URINARIA

RECUERDE LA HIGIENE DE LAS MANOS INMEDIATAMENTE ANTES Y DESPUÉS DE VACIAR UNA BOLSA URINARIA.

RECUERDE LLEVAR GANTES LIMPIOS DE UN SOLO USO DELANTAL LIMPIO DE UN SOLO USO.

- Vacíe la bolsa urinaria cuando esté llena como máximo $\frac{3}{4}$ de su capacidad.
- Utilice un recipiente limpio.
- Limpie la boquilla con una toalla de papel limpia o similar después de vaciar la bolsa urinaria.



Tenga cuidado de vaciar la bolsa urinaria cuando esté llena como máximo $\frac{3}{4}$ de su capacidad para evitar la estasis en el tubo y el reflujo de orina.

Utilizar un recipiente limpio con un frasco de orina o un cubo evita contaminar la punta de la sonda.

Las gotas de orina contienen bacterias. Eliminarlas contribuye a prevenir el riesgo de transmisión.

