



## **Tome recaudos ante posibles infecciones**

### **Reducir el riesgo de contraer una infección en el hospital o al volver a casa**

#### **¿Quién está expuesto?**

Las personas que requieren tratamiento en un hospital o clínica son a menudo más propensas que otras personas a contraer infecciones. Esto puede deberse a que la enfermedad que tienen o el tratamiento que necesitan ha debilitado sus defensas.

Se define a una infección “relacionada con el cuidado de la salud” a toda infección que se contrae luego de haber recurrido a un servicio de atención a la salud. A menudo, esto sucede si usted recibió tratamiento en un hospital. También puede suceder luego de haber recibido tratamiento en una clínica para pacientes ambulatorios, asilo de ancianos u otra institución de la salud.

En todas partes del mundo, un paciente que se encuentre en un hospital o institución de cuidado de la salud lleva el riesgo de contraer una infección.

#### **¿Cuál es la causa de las infecciones y gérmenes?**

Algunas de estas nuevas infecciones “relacionadas con el cuidado de la salud” son causadas por los microorganismos (gérmenes) de su cuerpo. Normalmente, dichas infecciones son inofensivas para la gente sana. Otras son generadas por gérmenes hospitalarios inmunes a los antibióticos (“superbacterias”). Usted puede contraerlas en un hospital al entrar en contacto con otros pacientes, con el personal o los equipos del hospital. En los grandes hospitales donde se atiende a personas muy enfermas, alrededor de 1 de cada 20 pacientes contrae una infección asociada a los cuidados de la salud.

#### **¿Pueden las infecciones y gérmenes ser neutralizados?**

Ningún hospital en el mundo puede evitar que haya infecciones. Algunas pueden evitarse mediante la implementación de fuertes medidas para prevenir que los súper-gérmenes intrahospitalarios se transmitan de un paciente al otro. Lavarse las manos y mantener los equipos limpios es importante para evitar que los gérmenes intrahospitalarios se esparzan.

Si el hospital es informado de que un paciente tiene una infección, se tomarán recaudos adicionales para ayudar a que el germen no se contagie. Por ejemplo, a todo paciente que tenga una infección se le dará su propio cuarto y baño, siempre que sea posible.



## ¿Cómo saber si tengo una infección?

La única manera en que se puede saber si una persona tiene una infección es tomando una muestra (hisopado) y evaluándola en el laboratorio. Cuando realizamos un examen para detectar infecciones, le solemos pedir al paciente si podemos tomar una muestra pasando un hisopo por su nariz, por una herida, por la piel o por el recto. Este es un procedimiento simple por el que se frota el hisopo sobre la piel. Es importante si saber si usted sufre una infección, ya que le permitirá a su médico optar por el tratamiento con antibióticos más apropiado en el supuesto de contraer una infección en el hospital. Si usted tiene una infección, notará que el personal del hospital estará tomando medidas adicionales de precaución para atenderlo, tales como llevar guantes, delantal o túnica. Esto ayuda a reducir el riesgo de que las infecciones se transmitan a otros pacientes. Si usted sabe que padece una infección, es importante avisar un miembro del personal al llegar al hospital.

A muchos pacientes se les realizan exámenes para detectar infecciones cuando ingresan al hospital. Si el resultado es positivo, un doctor o enfermera le informará los resultados. Se le dará información, la cual podrá continuar leyendo en su hogar.

## ¿Cómo puedo cuidarme?

A continuación se enumeran algunos pasos que puede realizar para evitar contraer una infección o microorganismo durante su estadía en el hospital:

- Lávese las manos con frecuencia y utilice alcohol en gel. Repita el procedimiento después de ir al baño y antes de cada comida.
- No comparta sus pertenencias con los demás pacientes (teléfono, auriculares, etc.).
- Mantenga una distancia respecto de las camas de los demás pacientes.
- No deje que nadie se siente en su cama. No se siente en la cama de otro paciente.
- Nunca está de más recordar a los miembros del personal que se limpien las manos.
- Si usted se percata de que algo no está limpio, hace bien en informar al personal.

En algunas ocasiones, en el hospital no se está al tanto de que un paciente está infectado hasta luego de que volvió a su hogar. Si detectamos que usted tiene una infección luego de que se le dio el alta, le escribiremos para informarle o se lo haremos saber en la próxima cita para control. También se lo informaremos a su médico de cabecera. Si tiene alguna consulta sobre infecciones o gérmenes hospitalarios, no dude en consultar a su médico o enfermera.



### **Más información**

Para obtener más información sobre higiene de manos y tener acceso a un video informativo breve sobre cómo lavarse las manos apropiadamente, visítenos en [www.hse.ie/infectioncontrol](http://www.hse.ie/infectioncontrol)

**La presente información fue aprobada para su divulgación por el programa nacional de Control de Infecciones y Resistencia Antimicrobiana del HSE. El texto obtuvo el sello de Inglés Llano de la Agencia Nacional de Alfabetización de Adultos.**

**Publicación: Enero de 2019**