

## Protocolo para el retorno de las actividades presenciales en contexto de Covid 19

**Curso de RCP  
para primeros intervinientes de la comunidad**



# LA PAMPA CARDIOPROTEGIDA

Ministerio de Salud de la Provincia de La Pampa

---

*“Sosteniendo las instancias de formación,  
aún en contexto de pandemia”*

---

El desarrollo del curso deberá adecuarse a lo dispuesto en la “**Guía para el Instructor de RCP**” del programa **La Pampa Cardioprottegida**, a la cual se le anexa el presente protocolo ajustado al contexto epidemiológico de la Pandemia por el SARS-CoV-2.

Los instructores serán responsables del cumplimiento de las recomendaciones para que el curso se desarrolle con las medidas de prevención de exposición a SARS-CoV-2.

### **Lineamientos generales:**

La realización de la instancia presencial deberá adecuarse al siguiente protocolo.

- *Monitoreo y vigilancia de síntomas al ingreso.* No se permitirá el desarrollo del curso a quienes tuviesen síntomas respiratorios o hubiesen estado en contacto con un caso sospechoso. Antes del inicio del curso deberá advertirse de tal situación, accediendo los cursantes bajo declaración jurada a realizar la práctica en esa condición.
- El *registro* de la asistencia se hará por medios electrónicos, de igual forma se accederá luego a la *certificación*. Durante la instancia de registro se declarará bajo juramento lo expresado en el punto anterior.
- Espacio físico adecuado que permita el distanciamiento entre los cursantes. El recinto deberá contar con buena ventilación. Siempre que sea posible, deberán realizarse las actividades al aire libre.
- Definir equipos de práctica fijos de no más de tres (3) cursantes por torso de RCP adulto (*burbujas/cohortes*). Este equipo deberá mantener un distanciamiento de más de 2 metros entre los demás equipos y los instructores. Los cursos no excederán la cantidad de doce (12) participantes. Se admitirán cuatro (4) cohortes de tres (3) cursantes por cada torso adulto de práctica.
- Los cursantes deberán contar en todo momento con barbijo/cubre bocas, no se apartarán de su “burbuja” y guardarán la distancia mínima de dos (2) metros con los demás cursantes e instructores.
- Se dispondrá de alcohol en gel para la higiene de manos frecuente (para el uso toda vez que manipulen los simuladores) y de pulverizador con solución alcohólica al 70 % para ser utilizado en maniqués y demás dispositivos de simulación (eventualmente podrá utilizarse soluciones con lavandina y derivados de amonio cuaternario).
- El número de instructores recomendado es de dos (2) por cada curso de hasta doce (12) participantes.
- El curso no superará el tiempo límite de 90 minutos.
- Si se prevé la realización de cursos simultáneos, permita un tiempo de 15-30 minutos entre curso y curso para realizar la limpieza y desinfección de los elementos y permitir la renovación del aire. Ese momento puede utilizarse para reemplazar los EPP (barbijos, guantes) y para realizar el lavado de manos.
- *Se recomienda la realización previa del **Curso Virtual** (Plataforma del Ministerio de Salud-UNLaPam) como propuesta pedagógica híbrida que permita mejorar el intercambio entre tutores y cursantes.*
- **No** se realizará la práctica de **ventilaciones boca a boca**.  
El taller de *RCP del adulto* se hará con la habitual modalidad de “RCP solo con las manos”, que incluye la realización de compresiones continuas y desfibrilación.  
Los instructores harán una demostración de *RCP del lactante* (ciclos de compresiones y ventilaciones) y luego los cursantes practicarán solamente la realización de compresiones, evitando dar respiraciones boca a boca (riesgo de transmisión).

### **Deberes de los cursantes:**

- No podrán realizar el curso las personas que:
  - *Presenten síntomas de manera aguda: dificultad respiratoria, fiebre, tos, dolor muscular, dolor de garganta, rinorrea, diarrea, alteración del olfato o del gusto;*

- *Hayan viajado a lugares de circulación viral activa fuera de la Provincia (territorio nacional o del exterior);*
- *Hayan estado en contacto con un caso sospechoso o confirmado de COVID 19 en los últimos catorce (14) días y no tengan el alta sanitaria de esta situación.*
- Utilizar en forma permanente, correcta y obligatoria el *barbijo quirúrgico* o el  *cubrebocas*.
- Realizar en forma frecuente la higiene de manos con solución de alcohol en gel (y el lavado de manos tan pronto como sea posible). Cada vez que se toquen objetos utilizados para la práctica (torsos de RCP, maniquí bebe, DEA de entrenamiento) deberá higienizarse las manos y desinfectar los elementos de entrenamiento.
- Permanecer en todo momento con su cohorte/burbuja. Evitar el contacto, la circulación y conglomeración innecesaria de los cursantes (permanecer en los espacios designados).
- Mantener una distancia mínima de dos (2) metros con las demás burbujas.
- No comer, beber ni fumar durante el desarrollo del curso.
- Evitar tocarse la boca, los ojos y la nariz.
- Estornudar y toser sobre el pliegue interno del codo.
- Abstenerse de realizar ventilaciones boca a boca a los maniqués.

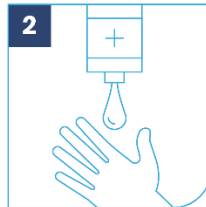
### Deberes de los instructores:

- Dar inicio al encuentro presencial explicando claramente la forma en la que se llevará a cabo el curso y realizando las recomendaciones de bioseguridad.
- Supervisar en todo momento el cumplimiento del protocolo.
- Solicitar al referente del curso la nómina completa de los cursantes (apellido y nombres, DNI y correo electrónico) para registro y posterior certificación. Dicha nómina podrá ser enviada a [rcp@lapampa.gob.ar](mailto:rcp@lapampa.gob.ar) por el referente del curso o bien por el instructor a cargo.
- Los instructores realizarán la instancia presencial debiendo contar *en todo momento* con el EPP adecuado: **barbijo quirúrgico y protección ocular** (gafas, antiparras o pantalla facial).
- **Higiene de manos:** Si las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias se hará con agua y jabón antiséptico. El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada. Luego de utilizar sanitizante por cuatro veces seguidas deberán lavarse las manos. El lugar en el cual se desarrolle la actividad práctica deberá contar con un espacio adecuado para el lavado de manos.
- **Desinfección de los elementos de simulación:** Reforzar las prácticas de limpieza y desinfección de equipamiento de simulación reutilizable (torsos adultos, maniquí lactante, DEA de entrenamiento, proyector, computadora...). Considere la técnica adecuada para cada dispositivo. Tenga especial cuidado con dispositivos en los cuales el agua o la lavandina pueda dañarlos, como los DEA entrenamiento y demás dispositivos electrónicos (evitar pulverizar y frotar con paño humedecido en el desinfectante).
- Limpie y desinfecte correctamente los elementos antes de comenzar el taller y al finalizar el mismo. Al finalizar cada práctica realice una desinfección intermedia. Una vez realizada la limpieza preliminar de equipamiento con agua y detergente, proceda a la desinfección con alcohol al 70%. Eventualmente, pueden utilizarse otros desinfectantes, como lavandina de uso doméstico y derivados de amonio cuaternario.
- Revisar la disponibilidad de EPP y mantener el stock suficiente de los elementos para la higiene personal y la limpieza-desinfección: jabón neutro, papel desechable, alcohol en gel, alcohol diluido al 70 %, lavandina de uso doméstico, franelas, bolsa para desechos, etc.
- Si es posible, prefiera el desarrollo del taller en espacios exteriores, amplios, bien ventilados y respetando la distancia preventiva de 2 metros. Si ello no fuera posible, ventile frecuentemente y de forma natural el ambiente en el cual se desarrolla el curso.
- Se deberá colocar en el espacio destinado al desarrollo del curso material gráfico con las recomendaciones.
- Mantener un canal de comunicación efectiva con los cursantes para sostener las prácticas de autocuidado y bioseguridad.
- Realizar cursos breves, con grupos pequeños y en espacios amplios y ventilados, respetando la distancia preventiva de 2 mts.

# LAVADO DE MANOS



1 Mójese las manos con agua;



2 Deposite en la palma de la mano una cantidad suficiente de jabón para cubrir todas las superficies de las manos;



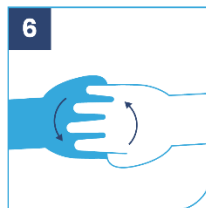
3 Frótese las palmas de las manos entre sí;



4 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda y viceversa;



5 Frótese la palma de la mano izquierda contra el dorso de la mano derecha entrelazando los dedos y viceversa;



6 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



7 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



8 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo movimientos de rotación y viceversa;



9 Enjuáguese las manos con agua.



10 Séquese con una toalla desechable;



11 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



12 Sus manos son seguras.

Crédito OMS



EL LAVADO DEBE DURAR DE 40 A 60 SEGUNDOS.

ESCANEA  
EL CÓDIGO  
Y MIRÁ  
EL VIDEO



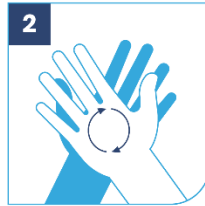
Ministerio de  
Salud

GOBIERNO DE  
LA PAMPA

# HIGIENE DE MANOS CON ALCOHOL EN GEL



**1**  
Deposite en la palma de las manos una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



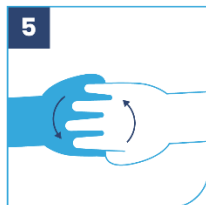
**2**  
Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3**  
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda y viceversa;



**4**  
Frótese la palma de la mano izquierda contra el dorso de la mano derecha entrelazando los dedos y viceversa;



**5**  
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



**6**  
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



**7**  
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo movimientos de rotación y viceversa;



**8**  
Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito OMS



LA HIGIENE DE MANOS DEBE DURAR DE 20 A 30 SEGUNDOS.

ESCANEA  
EL CÓDIGO  
Y MIRÁ  
EL VIDEO



Ministerio de  
Salud



GOBIERNO DE  
LA PAMPA

**CORONAVIRUS**  
COVID-19

# LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES EN CONTEXTO DE PANDEMIA

## SECUENCIA DE LIMPIEZA/DESINFECCIÓN:

- DE ADELANTE PARA ATRÁS
- DE ARRIBA PARA ABAJO
- DE ADENTRO HACIA AFUERA



### LIMPIEZA

LIMPIEZA HÚMEDA PRELIMINAR.  
TÉCNICA DE DOBLE BALDE- DOBLE TRAPO,  
AGUA TIBIA Y DETERGENTE DE USO DOMÉSTICO



### DESINFECCIÓN

#### LAVANDINA AL 0,1%

SUPERFICIES COMO AZULEJOS, MESADAS, MESAS, SILLAS,  
SILLONES, CAMILLAS, PICAPORTES, PASAMANOS, ESTANTES,  
PISOS, ETC

#### ALCOHOL AL 70%

EQUIPOS Y DISPOSITIVOS DE USO MÉDICO (MONITORES,  
DESFIBRILADOR, BOMBAS DE INFUSIÓN, RESPIRADOR, BOLSOS)  
DEJAR SECAR.

## MATERIALES NECESARIOS | LISTA DE VERIFICACIÓN (CHECK LIST)

### EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

CAMISOLÍN  
BARBIJO COMÚN  
GAFAS  
GUANTES  
CUBRE-BOTAS

### KIT DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

ALCOHOL EN GEL • DETERGENTE • BALDES • DOSIFICADORES • ROCIADORES  
DESINFECTANTE 1 - LAVANDINA (55GR/L) | DESINFECTANTE 2 - ALCOHOL AL 70%  
TRAPEADOR ("PALO DE PISO") • PAPEL ABSORBENTE • PAÑOS • TRAJOS DE PISO  
BALSAS ROJAS (RESIDUOS BIOPATÓGENOS)  
CONTENEDOR PARA RESIDUOS ANTI-DERRAMES

### DESINFECTANTES:

LA LAVANDINA DE USO DOMÉSTICO SE DEBE PREPARAR EN EL MOMENTO  
Y UTILIZARSE DENTRO DE LAS 24 HS SIGUIENTES.

### FORMA DE PREPARACIÓN DE LA SOLUCIÓN DESINFECTANTE:

#### DESINFECCIÓN HABITUAL:

SOLUCIÓN DE HIPOCLORITO DE SODIO CON 1000 PPM DE CLORO LIBRE. DILUCIÓN 1:50 DE  
LAVANDINA DE CONCENTRACIÓN 40-50 GR/LITRO 200 ML (UNA TAZA) DE LAVANDINA EN  
10 LITROS DE AGUA (UN BALDE)

EN CASO DE EXISTIR SANGRE O FLUIDOS ORGÁNICOS VISIBLES: UTILIZAR SOLUCIÓN  
DE HIPOCLORITO DE SODIO CON 10.000 PPM DE CLORO DILUCIÓN 1:5 DE LAVANDINA  
DE CONCENTRACIÓN 40-50 GR/LITRO, 2 LITROS DE LAVANDINA EN 8 LITROS DE  
AGUA, PARA OBTENER 10 LITROS DE SOLUCIÓN DE 10.000 PPM DE CLORO LIBRE.

LOS COMPUESTOS A BASE DE ALCOHOL SE DILUYEN AL 60-70% Y SE  
PREFIEREN PARA DISPOSITIVOS Y EQUIPAMIENTO MÉDICO EN LOS  
CUALES EL CLORO PUEDE RESULTAR CORROSIVO. SE RECOMIENDA  
FROTAR CON UN PAÑO HUMEDECIDO EN ALCOHOL LA SUPERFICIE  
DE LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS A DESINFECTAR YA QUE  
LA PULVERIZACIÓN DIRECTA PUEDE DANARLOS.

ALGUNOS COMPUESTOS DE AMONIO CUATERNARIO  
(SURFA SAFE) PUEDEN SER DE UTILIDAD YA QUE  
PERMITEN LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN UN  
SOLO PASO.



ESCANEA LOS  
CÓDIGOS QR  
PARA MÁS INFORMACIÓN



**CODES**  
COMANDO EN JEFE  
POLICIA DE LA PAMPA

#SOMOSRESPONSABLES

Salud  
MINISTERIO



**LA PAMPA**  
Gobierno en Acción

## **Bibliografía:**

- ✓ **Reanimación Cardiopulmonar: Guía para Instructores.**  
La Pampa Cardioprotégida. Libro digital. ISBN: 978-987-86-2946-9. Toay, La Pampa, 2019.
- ✓ **Recomendaciones sobre limpieza y desinfección. Abordaje de las urgencias y emergencias en el contexto de COVID-19: recomendaciones para los equipos de salud del Primer Nivel de Atención.**  
1° Ed. Adaptada. Libro digital, PDF. Archivo Digital: descarga y online. ISBN 978-987-86-4840-8. Toay, La Pampa, 2020.
- ✓ **Recomendaciones para la utilización adecuada del equipo de protección personal. Abordaje de las urgencias y emergencias en el contexto de COVID-19: recomendaciones para los equipos de salud del Primer Nivel de Atención.**  
1° Ed. Adaptada. Libro digital, PDF. Archivo Digital: descarga y online. ISBN 978-987-86-4840-8. Toay, La Pampa, 2020.
- ✓ **Muerte Súbita. Reanimación cardiopulmonar por primeros respondedores de la comunidad. Abordaje de las urgencias y emergencias en el contexto de COVID-19: recomendaciones para los equipos de salud del Primer Nivel de Atención.**  
1° Ed. Adaptada. Libro digital, PDF. Archivo Digital: descarga y online. ISBN 978-987-86-4840-8. Toay, La Pampa, 2020.

### **Material de revisión y consenso.**

*(Estas recomendaciones están en continua revisión y podrán ser modificadas si la situación lo requiriese).*



# LA PAMPA CARDIOPROTEGIDA

Ministerio de Salud de la Provincia de La Pampa



**Salud**  
MINISTERIO



**LA PAMPA**  
Gobierno en Acción