



Lineamientos generales para el uso del  
Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la  
exposición por  
Coronavirus (COVID-19)

Versión 4  
11 de abril de 2020

## Contenido

<b>Alcance.....</b>	<b>3</b>
<b>Características generales .....</b>	<b>3</b>
Es responsabilidad de todas las personas mantener y contemplar en todas las actividades, las medidas de seguridad, las precauciones estándar y las precauciones adicionales según se establezca en este documento, para el uso correcto del equipo de protección personal en el marco de la emergencia COVID-19.....	4
<b>Acciones generales para el uso del equipo de protección personal .....</b>	<b>5</b>
<b>Cuadro 1. Equipo de protección para el personal, el paciente y el público de acuerdo con el escenario .....</b>	<b>6</b>
<b>Anexo 1.....</b>	<b>14</b>
<b>Anexo 2 .....</b>	<b>15</b>
<b>Técnica para colocarse y quitarse los guantes.....</b>	<b>15</b>
<b>Colocación de mascarilla de acuerdo con el diseño de ajuste .....</b>	<b>16</b>

## Alcance

La aplicación de estos lineamientos es obligatoria para todas las personas trabajadoras de la salud, ya sean aquellas que realizan notificaciones de actos administrativos a personas que presenten COVID-19, personal de atención directa a las personas (clínica o administrativa) en servicios de salud y para la población general.

Así mismo y debido a la situación epidemiológica dinámica de la enfermedad respiratoria y sus agentes causantes, estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la intranet del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

## Características generales

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus, algunos de ellos causan enfermedad que se manifiesta desde un resfriado común hasta enfermedades mucho más severas como el MERS-CoV y SARS-CoV. El coronavirus nuevo (SARS-CoV-2) es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

Es importante tener en cuenta que existen cuatro coronavirus humanos (HCoV) endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43, además de otros dos coronavirus que causan infección zoonótica en humanos: MERS-CoV y SARS-CoV-1. Estos coronavirus son diferentes al COVID-19 circulante en la actualidad, por lo que

su detección, no excluye en absoluto la infección por este nuevo coronavirus. Para la definición actualizada de caso se puede verificar la versión actualizada en la dirección URL:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

Es responsabilidad de todas las personas mantener y contemplar en todas las actividades, las medidas de seguridad, las precauciones estándar y las precauciones adicionales según se establezca en este documento, para el uso correcto del equipo de protección personal en el marco de la emergencia COVID-19.

- Las personas tienen como principal responsabilidad su propia salud y seguridad, manteniendo una correcta higiene de manos utilizando el protocolo indicado en el Anexo 1.
- Deberá mantener una actitud objetiva, realista y optimista al seguir las indicaciones, los lineamientos y los procedimientos del Ministerio de Salud respecto a cada actividad que involucre la exposición a COVID-19.
- Para ello debe colocarse el equipo de protección personal idóneo de acuerdo con el escenario, perfil profesional y a la actividad que se va a ejecutar de forma segura.
- Procurar seguir la vida normal, aplicando sistemáticamente las medidas de prevención recomendadas.
- Reportar cualquier enfermedad a su jefe inmediato o a la autoridad de salud más cercana.

## Acciones generales para el uso del equipo de protección personal

- Utilice el equipo de protección personal de acuerdo con los escenarios indicados en el cuadro 1.
- Retire todos los accesorios que cargue consigo (joyería, celular, carné de identificación, corbata u otros) para garantizar la protección y el adecuado funcionamiento del equipo de protección personal.
- En caso de tener el cabello largo, el mismo se debe amarrar antes de proceder con la colocación del equipo de protección.
- En caso de uso de mascarilla N95: para el correcto sello y garantía de la protección en el uso la persona debe tener la cara libre de vellos faciales (sin barba o bigote).
- Se recomienda que el personal de salud que deba utilizar el equipo de protección personal, solicite apoyo para que otra persona supervise la colocación, retiro y disposición final adecuado.

A continuación, se determina el equipo de protección personal en correspondencia con el escenario y las necesidades de protección para el personal, el paciente y el público:

**Cuadro 1. Equipo de protección para el personal, el paciente y el público de acuerdo con el escenario**

Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
<b>Servicio de salud</b>			
<b>Servicio de salud con hospitalización</b>			
<b>Pre clasificación Y Zona de TRIAGE</b>	Trabajadores de salud	Examen preliminar que no involucra contacto con el paciente	Mantener una distancia mínima de 1 metro <sup>1</sup> .  Si no se puede mantener la distancia mínima utilizar protección ocular (Monogafas o Pantalla facial) y Mascarilla quirúrgica  Si hay una barrera física (separación con vidrio o acrílico) no se necesita EPP
	Pacientes <b>con</b> síntomas respiratorios	Cualquier actividad	Mantener una distancia de al menos 1 metro.  Proveer al paciente mascarilla quirúrgica.
	Pacientes <b>sin</b> síntomas respiratorios	Cualquier actividad	Mantener una distancia de al menos 1 metro. No requiere EPP

(1) [https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)-and-considerations-during-severe-shortages](https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-(covid-19)-and-considerations-during-severe-shortages)

Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
<b>Zonas comunes o áreas de tránsito de pacientes respiratorios</b> (ejemplo:salas de espera, pasillos)	Todo el personal, incluidos trabajadores de salud.	Toda actividad que no incluye contacto directo con paciente COVID-19	Mascarilla quirúrgica  Cumplimiento de Protocolo de estornudo y lavado de manos.
Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
<b>Hospitalización</b>	Trabajador de Salud	Provee cuidado a paciente COVID-19	Mascarilla quirúrgica  Bata impermeable descartable  Guantes  Protección ocular (Monogafas/pantalla facial)
		Procedimientos que generan aerosoles en pacientes COVID-19 (Toma de muestra respiratoria, Intubación endotraqueal, Ventilación no invasiva, traqueotomía, resucitación cardiopulmonar, ventilación manual previa intubación y broncoscopia.	Respirador N95 Bata impermeable descartable Guantes Protección Ocular (Monogafas/pantalla facial)

	Personal de limpieza	En área de pacientes COVID-19	Mascarilla quirúrgica Bata impermeable descartable Guantes Protección ocular (Monogafas/pantalla facial)
	Acompañante	Dentro del área de aislamiento COVID-19	Mascarilla quirúrgica Bata impermeable descartable Guantes Protección ocular (Monogafas/pantalla facial)
Laboratorio	Técnicos de laboratorio	Manipulación de muestras respiratorias.	Mascarilla quirúrgica Bata impermeable descartable Guantes Protección de ojos (máscara/monogafas/gafas)
Áreas administrativas	Todo el personal, incluidos los trabajadores de la salud.	Tareas administrativas que no involucran contacto con pacientes COVID-19	No requiere EPP  Mantener distancia de al menos 1 metro



Áreas ambulatorias/consulta externa			
Pre-clasificación y Zona de TRIAGE	Trabajador de la salud	Examen preliminar que no involucra contacto con el paciente	Mantener una distancia de al menos 1 metro.  Mascarilla quirúrgica  Si hay una barrera física (separación con vidrio o acrílico) no se necesita EPP
	Pacientes con síntomas respiratorios	Cualquier procedimiento	Mantener una distancia de al menos 1 metro.  Proveer al paciente mascarilla quirúrgica.
	Pacientes sin síntomas respiratorios	Cualquier procedimiento	No requiere EPP
Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
Cubículos médicos o consultorios	Trabajadores de salud	Examen físico a pacientes <b>con</b> síntomas respiratorios	Mascarilla quirúrgica  Bata desechable  Guantes  Protección de ojos (máscara/monogafas/gafas)
	Trabajadores de salud	Examen físico a pacientes <b>sin</b> síntomas respiratorios	Mascarilla quirúrgica
	Pacientes <b>con</b> síntomas respiratorios	Cualquier procedimiento	Proveer de mascarilla quirúrgica al paciente

	Pacientes <b>sin</b> síntomas respiratorios	Cualquier procedimiento	No requiere EPP
	Personal de limpieza	Consulta de pacientes con síntomas respiratorios	Mascarilla quirúrgica Bata desechable Guantes de uso doméstico Protección ocular (máscara/monogafas)
<b>Escenario</b>	<b>Personal /paciente/público</b>	<b>Actividad</b>	<b>Tipo de EPP o Procedimiento</b>
Salas de espera	Pacientes <b>con</b> síntomas respiratorios		Mascarilla quirúrgica.  Inmediatamente ubique al paciente a una sala de aislamiento o área separada lejos de los demás. Si esto no es factible, asegúrese de una distancia espacial de al menos 1 metro de otros pacientes.
	Pacientes <b>sin</b> síntomas respiratorios		No requiere EPP
Áreas administrativas	Todo el personal, incluidos trabajadores de salud.	Toda actividad que no incluye contacto con paciente COVID-19	No requiere EPP

Comunidad			
Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
Casa	Paciente con síntomas respiratorios		Ver lineamiento <a href="https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf">https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf</a>
	Cuidador	Entrar en la habitación del paciente, pero no proporcionar atención o asistencia directa	Ver lineamiento <a href="https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf">https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf</a>
		Brindar atención directa o al manipular heces, orina o desechos del paciente con COVID-19 que se atiende en el hogar	Ver lineamiento <a href="https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf">https://www.ministeriodesalud.gov.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/version_1_lineamientos_aislamiento_domiciliar_06032020.pdf</a>
	Trabajadores de salud	Toma de muestras	Mascarilla N95 Bata desechable Guantes Protección de ojos (máscara/monogafas/gafas)
		Brindar atención o asistencia directa a un paciente con COVID-19 en el hogar	Mascarilla quirúrgica Bata desechable Guantes Protección de ojos (máscara/monogafas/gafas)

Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
Áreas públicas (ejemplo: escuelas, centros comerciales, supermercados, terminales de buses).	Personas sin síntomas respiratorios		No requiere EPP
<b>Puntos de entrada (aéreo/marítimo/terrestre)</b>			
Escenario	Personal /paciente/público	Actividad	Tipo de EPP o Procedimiento
Áreas Administrativas	Todo el personal	Cualquier procedimiento	No requiere EPP
Área de control migratorio	Personal sanitario	Primer tamizaje (medición de temperatura) no requiere contacto directo	Mantener una distancia de al menos 1 metro.  Mascarilla quirúrgica Guantes Protección de ojos (máscara/monogafas/gafas)
	Personal de control migratorio	Control migratorio	No requiere EPP
	Personal de limpieza	Limpia el área donde los pasajeros con fiebre fueron evaluados	Mascarilla quirúrgica Guantes de uso doméstico Protección de ojos (si hay riesgo de salpicaduras de material orgánico o químico) (máscara/monogafas/gafas)

Consideraciones especiales para personal que realiza investigaciones y notificaciones de actos administrativos en la población			
Comunidad			
Cualquier sitio	Investigadores del y notificadores de actos administrativos	Entrevista a pacientes sospechosos o confirmados por COVID-19 o sus contactos vía remota (llamada telefónica)	No requiere EPP si contacta al paciente en forma remota (teléfono, videoconferencia)
		Notificación de actos administrativos a pacientes sospechosos o confirmados por COVID-19 o sus contactos	<p>Mascarilla quirúrgica</p> <p>Guantes</p> <p>Protección de ojos (máscara/monogafas)</p> <p>Mantener una distancia de al menos 1 metro.</p> <p>La entrevista puede ser preferiblemente en las afueras de la casa y el paciente sospechoso o confirmado por COVID-19 puede utilizar mascarilla quirúrgica.</p>

Los trajes enteros tipo kimono, el uso de doble guante y el gorro o protector para la Cabeza y cuello usados en el contexto de brotes asociados a filovirus ( p. ejm virus ébola) no son necesarios en el abordaje de pacientes con COVID-19.

## ¿Cómo lavarse las manos?

**DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS**

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES

-   
Humedece las manos con agua y cierra el tubo
-   
Aplique suficiente jabón
-   
Frote sus manos palma con palma
-   
Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa
-   
Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados
-   
Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos
-   
Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa
-   
Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa
-   
Enjuague abundantemente con agua
-   
Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable
-   
Use la toalla para cerrar la llave

  
**Ministerio de Salud**

## ¿Cuándo hay que lavarse las manos?

  
**Ministerio de Salud**

 Antes de tocarse la cara	 Antes de preparar y comer los alimentos	 Después de ir al baño
 Antes y después de cambiar pañales	 Después de toser o estornudar	 Después de visitar o atender una persona enferma
 Después de tirar la basura	 Después de utilizar el transporte público	 Después de estar con mascotas
 Luego de estar en zonas públicas	 Después de tocar dinero o llaves	 Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

## Anexo 2

### Técnica para colocarse y quitarse los guantes

Cuando se indica la higiene de manos antes de un contacto que requiere el uso de guantes, realizarla frotando con una preparación a base de alcohol o lavando con agua y jabón.

#### I. COMO PONERSE LOS GUANTES



1. Sacar un guante de la caja



2. Tocar solo una superficie limitada del guante correspondiente a la muñeca (en el borde superior del puño)



3. Ponerse el primer guante



4. Sacar el segundo guante con la mano sin guantes y tocar solo una superficie limitada del guante correspondiente con la muñeca



5. Para evitar tocar la piel del antebrazo con la mano enguantada, tomar la superficie externa del guante con los dedos doblados, permitiendo así la colocación del segundo guante

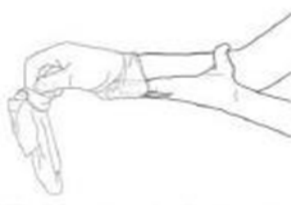


6. Una vez que los guantes están puestos, las manos no deberían tocar ninguna otra cosa que no esté definida por las indicaciones y condiciones para el uso de guantes

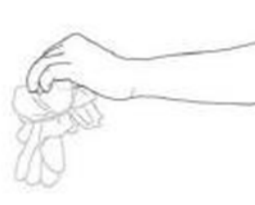
#### II. COMO QUITARSE LOS GUANTES



1. Tomar un guante a la altura de la muñeca para quitarlo sin tocar la piel del antebrazo, y deslizarlo fuera de la mano, haciendo que el guante quede al revés.



2. Sostener el guante quitando con la mano enguantada y deslizar los dedos de la mano sin guante entre el guante y la muñeca. Quitarse el segundo guante enrollándolo fuera de la mano y doblando dentro del primer guante.



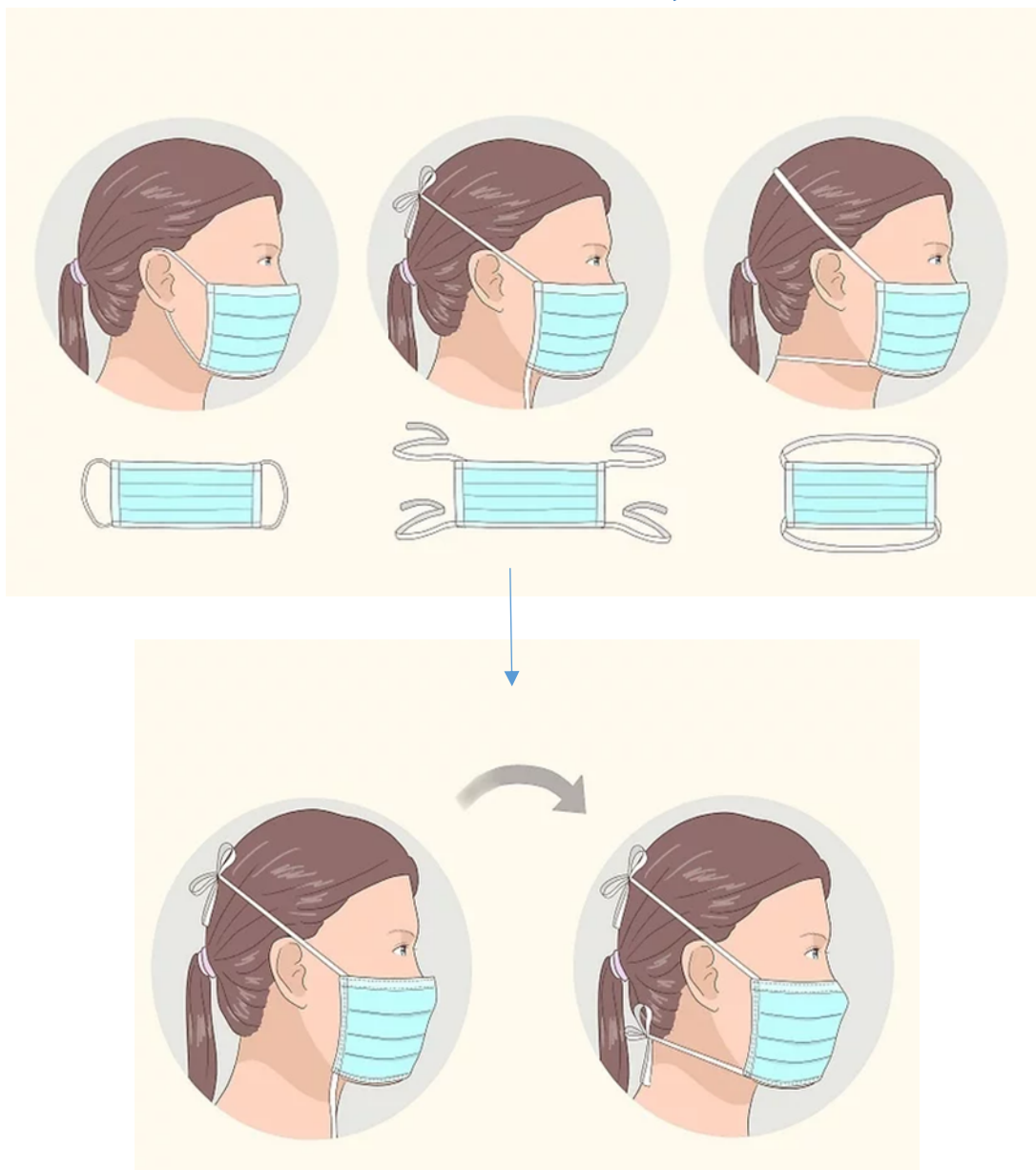
3. Descartar los guantes usados

4. Luego realizar la higiene de manos frotándose con una preparación a base de alcohol o lavándose con agua y jabón.

**Fuente:** Glove Use Information Leaflet. Organización Mundial de la Salud, Ginebra, 2009. Se encuentra en [http://www.who.int/go/sc/5may/tools/training\\_education/en/](http://www.who.int/go/sc/5may/tools/training_education/en/).

### Anexo 3

#### Colocación de mascarilla de acuerdo con el diseño de ajuste



### Anexo 4



## Forma correcta de sujeción de mascarilla para desecho



## Referencias

<https://www.sts-proteccion.com/blog/procedimiento-para-una-correcta-colocacion-de-guantes-deshechables>

<https://www.who.int/csr/resources/publications/2014-cha-pasos-colocacion-.pdf?ua=1>

[https://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/osk\\_publicaciones/es\\_publico/adjuntos/primaria/Uso\\_adeecuado\\_guantes\\_sanitarios.pdf](https://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/osk_publicaciones/es_publico/adjuntos/primaria/Uso_adeecuado_guantes_sanitarios.pdf)

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/index.html>

<file:///C:/Users/MS/Downloads/Recomendaciones%20sobre%20uso%20de%20mascarillas%20e%20higiene%20de%20manos.pdf>

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331498/WHO-2019-nCoV-IPCPPE\\_use-2020.2-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331498/WHO-2019-nCoV-IPCPPE_use-2020.2-eng.pdf)

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112656/9789241507134\\_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112656/9789241507134_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

<https://es.wikihow.com/ponerte-un-cubre bocas>

[https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)-and-considerations-during-severe-shortages](https://www.who.int/publications-detail/rational-use-of-personal-protective-equipment-for-coronavirus-disease-(covid-19)-and-considerations-during-severe-shortages)