

**IMPLICACIONES DEL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN EL MANEJO DEL
COVID-19**

AUTOCUIDADO COMO PROFESIONAL

**Angel Alejandro Barbosa Ramirez
Karen Samantha Beltrán Pabón
Camila Andrea Carrillo Reyes
Yeicob Esteban Cortes Vivas
Jhoan Sebastián Huerfano Fonseca
Catalina Monroy Perez
Diana Alejandra Pardo Vega
Laura Alejandra Rodriguez Leyva
Henry Salcedo Rodriguez
Maria Alejandra Santana Velez
Danny Juliana Valbuena Ortega**

Panel de expertos

**Cuidado de enfermería en la persona con alteración en la integridad de los tejidos:
investigación y práctica
Universidad Nacional de Colombia
Programa curricular de Enfermería**

**Bogotá D.C.
2021**

Participación

En este documento y la realización del panel de covid participaron los integrantes del grupo de la siguiente manera:

Roles principales

- Angel Alejandro Barbosa Ramirez:
 - Coordinación del grupo
 - Apoyo en la creación de material audiovisual
- Diana Alejandra Pardo Vega
 - Panelista en el tema de *autocuidado como profesional* en el panel de covid
- Jhoan Sebastián Huerfano Fonseca
 - Moderación general del panel de covid
- Danny Juliana Valbuena Ortega
 - Relatoría del panel de covid

Roles de búsqueda y apoyo audiovisual

- Karen Samantha Beltrán Pabón:
 - Búsqueda de información sobre el autocuidado como profesional ante EPP
- Camila Andrea Carrillo Reyes
 - Búsqueda de información sobre el autocuidado como profesional ante EPP
- Laura Alejandra Rodríguez Leyva
 - Búsqueda de información sobre el autocuidado como profesional ante EPP
- Yeicob Esteban Cortes Vivas
 - Búsqueda de información sobre el Sars-CoV 2
 - Apoyo en la creación de material audiovisual
- Henry Salcedo Rodríguez
 - Búsqueda de información sobre el Sars-CoV 2
 - Apoyo en la creación de material audiovisual
- Catalina Monroy Pérez
 - Creación de material audiovisual para el panel de covid
- María Alejandra Santana Velez
 - Creación de material audiovisual para el panel de covid

Información

De acuerdo con los datos científicos disponibles, el virus de la COVID-19 se transmite entre personas a través del contacto estrecho y de gotículas respiratorias. Además, podría haber transmisión aérea al efectuar procedimientos o administrar tratamientos que generen aerosoles (por ejemplo, intubación endotraqueal, ventilación no invasiva, traqueotomía, reanimación cardiopulmonar, ventilación manual antes de la intubación o broncoscopia);¹ por consiguiente, la OMS aconseja, en esas situaciones, adoptar las precauciones recomendadas para evitar esa vía de transmisión.

Las medidas preventivas más eficaces para todas las personas son:

- Mantener al menos un metro de distancia física con las demás personas
- Aplicar prácticas de higiene de las manos con frecuencia, con un gel hidroalcohólico si no están visiblemente sucias y con agua y jabón si están sucias
- No tocarse los ojos, la nariz ni la boca
- Aplicar medidas de higiene respiratoria, como toser o estornudar en la parte interna del codo o en un pañuelo no reutilizable, que se debe desechar de inmediato
- Utilizar una mascarilla médica en caso de presentar síntomas respiratorios y realizar la higiene de las manos después de desecharla
- Limpiar y desinfectar sistemáticamente el entorno y las superficies que se toquen con frecuencia. En entornos de atención sanitaria, las principales estrategias de control y prevención de las infecciones para evitar o limitar la transmisión de la COVID-19 son:
 - Clasificar a los pacientes, diagnosticar tempranamente la enfermedad y controlar las fuentes de infección (aislando a los casos sospechosos y confirmados de COVID-19)
 - Aplicar las precauciones generales con todos los pacientes, incluida la higiene estricta de las manos
 - Con los casos sospechosos y confirmados de COVID19, aplicar precauciones adicionales fundadas en la experiencia (para evitar el contagio por contacto, por

gotículas y, cuando sea conveniente al realizar procedimientos y administrar tratamientos que generen aerosoles, para evitar la transmisión aérea)

- Aplicar controles administrativos
- A aplicar controles técnicos y ambientales

El objetivo de las precauciones generales es impedir el contagio de patógenos que se transmiten por vía hemática u otras vías, tanto de fuentes conocidas como desconocidas. Se trata del nivel básico de precaución para hacer frente a las infecciones que se debe aplicar, como mínimo, al atender a cualquier tipo de paciente. El personal de salud debe adoptar precauciones adicionales para protegerse y evitar la transmisión durante la atención sanitaria. Todos los profesionales de la salud que atienden a pacientes con COVID-19 deben aplicar en todo momento las precauciones necesarias para evitar el contagio por contacto o a través de gotículas. Además, se han de aplicar medidas para prevenir la transmisión aérea al practicar procedimientos o administrar tratamientos que generen aerosoles.

Efectos en la piel

La piel, que es la principal barrera de protección del cuerpo, es más vulnerable a la agresión química y física, ya que la frecuencia del uso de productos como jabones, antisépticos y EPP es mayor, promoviendo la aparición de lesiones cutáneas y facilitando la entrada de microorganismos y aumentando la vulnerabilidad al contagio. Las lesiones más frecuentes que se generan en la piel por el uso prolongado de EPP son:

- Exacerbaron del el acné y la dermatitis atópica
- Eritema
- Lesiones en la piel de las manos como eccema, descamación, xerosis y dermatitis de contacto.
- Lesiones cutáneas asociadas a la humedad.
- LPP
- Alteraciones en el pelo y uñas.
- Foliculitis por la acción oclusiva del equipo protector

1. **LPP:** Debido al uso de monogafas, mascarilla N95, gorro quirúrgico y/o careta, los cuales necesitan ser herméticos para disminuir el riesgo de infección, se presenta un contacto directo o indirecto con la piel que ejerce una fuerza localizada sobre ella, provocando que esta en consecuencia sumada al uso prolongado o incorrecto, la intensidad, la duración de la presión y tolerancia de los tejidos, se lesionan con mayor predominio en el puente nasal y las mejillas.
2. **Dermatitis por contacto:** Esta es una reacción inflamatoria de la piel, causada por el contacto con sustancias exógenas a partir de la exposición a la humedad, atopia y alérgenos. Puede producirse por varios mecanismos patogénicos (las manos son la localización más frecuente). Según el mecanismo patogénico, pueden distinguirse dermatitis por contacto irritativas, alérgicas, fototóxicas y fotoalérgicas:
 - La irritativa es más común en los casos de inmersión frecuente de las manos en el agua, por el uso de jabones y detergentes, y por el uso continuo de guantes durante más de dos horas.
 - La alérgica implica un alérgeno específico en la sensibilización del sistema inmunológico que, en concentraciones pequeñas, puede desencadenar una reacción inflamatoria.
3. **Lesiones cutáneas asociadas a la humedad (Hiperhidrosis):** la carga térmica impuesta por la EPP, principalmente en ambientes cálidos y húmedos y cuando se realizan tareas extenuantes o durante jornadas prolongadas provoca el aumento de la transpiración y el EPP genera una barrera para la disipación de calor por evaporación lo cual genera un exceso de la humedad creando un microambiente hiperhidratado haciendo más propensa la superficie al cizallamiento y la fricción por la colocación superficial del EPP, que además, son factores de riesgo para la colonización bacteriana y por hongos.
4. **Acné:** El uso prolongado de la mascarilla puede provocar acné debido a la oclusión que genera un exceso de humedad y aumento de la temperatura en la piel. También puede irritar y ocluir el ducto de salida de la unidad pilosebácea, alterar la composición de los lípidos cutáneos y desequilibrar la microflora bacteriana del rostro. Las lesiones de acné pueden manifestarse como espinillas abiertas y cerradas, pápulas inflamatorias, pústulas y nódulos. La cara, el pecho y la espalda superior son las localizaciones más frecuentes.
5. **Alteraciones en el pelo y las uñas:** El uso continuo de gorros de protección aumenta el calor local y la humedad, ocasionando descamación, formación de costras y prurito. El estrés

también induce y exagera la caída masiva de cabello y la dermatitis seborreica del cuero cabelludo. Por otro lado, el lavado excesivo afecta las uñas, causando fragilidad de las láminas, desprendimiento por capas, cambios en el color y periungueales que son potenciales puertas de entrada a microorganismos, agravando así cuadros de paroniquia (infección del tejido adyacente a la uña) y dermatitis de las manos.

6. **Foliculitis:** afección cutánea en la que los folículos pilosos se inflaman y por lo general, se produce a causa de una infección bacteriana o fúngica que puede originarse debido al microambiente cálido y húmedo que generan los EPP, de igual manera la fricción sobre la piel, el baño constante y el daño de los folículos pilosos por afeitarse o depilarse con cera favorece la aparición de foliculitis.

CUIDADOS SEGÚN EL TIPO DE LESIÓN

LPP: Considerar los apósitos profilácticos (espuma fina de poliuretano, silicona, película transparente o placas hidrocoloides extrafinas) entre el EPP y la piel en las zonas de adhesión, presión y fricción cortados a medida y con la forma de la zona a proteger, (áreas alrededor de la mascarilla, las gafas, tabique nasal, la frente y las mejillas), pero usarlos con precaución, ya que son oclusivos y pueden interferir con el manejo de la humedad y temperatura (considerar riesgos/beneficios). Hay que confirmar que el material usado para la prevención no interfiera con la eficacia del EPP (riesgos/beneficios). Retirar inmediatamente el apósito o EPP, si se mojara o se ensuciara, y quitar el protector usado en la piel. Retirar la mascarilla cada 2 horas (máx. 4 horas) para aliviar la presión y el cizallamiento de la piel previo lavado de manos. Inspeccionar la piel para detectar signos de dolor, malestar, hiperemia y lesiones. Evitar colocar máscaras y otros EPP en zonas de lesiones cutáneas, erupción o hiperemia, sin tratamiento tópico previo. Higienizar la piel con jabón líquido, preferiblemente con un pH compatible con la piel (ligeramente acidificado), e hidratar con crema sin lípidos.

LPP, úlcera por fricción, descamación y dermatitis de contacto: Cuidar la piel antes y después del uso del EPP (ácidos grasos hiperoxigenados (AGHO); crema con ácido hialurónico, ceramida y vitamina E; protectores de barrera y cremas hidratantes). Aplicar crema hidratante y/o protector de piel 1 hora antes del uso del EPP y que no deje residuos después del lavado, para

que no afecte el sello del EPP. Evitar el uso de productos a base de aceites por la característica lipofílica del virus puede facilitar su adherencia a la piel, promover deslizamientos, afectar la función de la mascarilla y dificultar la acción de productos como jabones, desinfectantes y antisépticos. Elegir el EPP adecuado, usarlo correctamente y evitar su uso excesivo. Limpiar la piel después de usar el EPP con solución salina o agua y jabón, prestando atención a las zonas que estaban bajo presión y eliminando los restos de grasa que puedan potenciar la maceración. Hidratar, lavar y secar las manos antes de usar guantes. Usar un jabón líquido con pH compatible con la piel (levemente acidificado). Lavar manos, cara y cuello con agua y jabón sin frotar; secar y aplicar crema hidratante. Aplicar emolientes para la piel en las superficies que entrarán en contacto con la mascarilla.

Foliculitis, caída masiva de cabello y dermatitis seborreica: Se recomienda llevar el pelo corto o bien sujetado y cubierto completamente por el gorro, posterior adecuado lavado de manos. Al lavarse el pelo se recomienda hacerlo con agua fría y esparcir el champú con la yema de los dedos y no con las uñas. En caso de foliculitis de la barba, controle el tiempo de exposición a los equipos de protección, evite fricción constante, aplique hidratante antes y después de usar el tapabocas, prefiera depilación con máquina o cuchilla de afeitado nueva y úsela en misma dirección de crecimiento del vello para evitar irritación.

Uñas: Se recomienda llevar las uñas cortas, limpias y libres de maquillaje. 2. Se debe evitar la manipulación excesiva de la piel alrededor de las uñas que puede generar irritaciones o daños en la continuidad de barrera de la piel que predisponen a irritación o infecciones

Acné: Evitar exfoliantes agresivos (mecánicos o químicos) sobre todo en la piel que va a estar cubierta por la mascarilla. Usar emolientes con componentes seborreguladores o no comedogénicos. Suspender o minimizar el uso de maquillaje (especialmente el maquillaje más grueso y oleoso). Si se presentan escasas lesiones inflamatorias tipo pápulas o pústulas, se puede usar cremas que contienen muy bajas concentraciones de ácido salicílico o agentes antimicrobianos y queratolíticos como el peróxido de benzoilo al 2,5% en la noche, o si predominan lesiones tipo comedón (espinillas) se puede usar adapaleno 0,1% u otro retinoide, o medicamentos que combine cualquiera de estos dos, siempre en la noche. Si es un acné más

severo va a requerir la evaluación médica y probablemente añadir terapia sistémica como antibióticos u otros fármacos

NOTA: También es importante que los profesionales sanitarios optimicen su hidratación y nutrición para asegurar la salud de la piel y un equilibrio en la respuesta fisiológica. Se encontró que quienes presentan sobrepeso u obesidad tienen mayor pérdida de agua transepidermica y eritema, lo que genera una piel más seca y engrosada con aumento del riesgo de alteraciones dermatológicas pueden alterar la barrera cutánea y mucosa

BIBLIOGRAFÍA:

1. [Internet]. Apps.who.int. 2020 [cited 25 July 2021]. Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331810/WHO-2019-nCoV-IPC_PPE_use-2020_3-spa.pdf
2. Tonole E. Prevención de lesiones cutáneas causadas por productos y equipos de protección personal durante COVID-19: revisión de alcance | Journal of Wound Care [Internet]. Magonlinelibrary.com. 2020 [cited 1 August 2021]. Available from: https://www.magonlinelibrary.com/doi/full/10.12968/jowc.2020.29.LatAm_sup_3.6
3. Yen et al. RECOMENDACIONES DERMATOLÓGICAS PARA EL CUIDADO DE LA PIEL Y LAS MUCOSAS DEL PERSONAL DE LA SALUD QUE AFRONTA LA PANDEMIA DEL COVID-19 [Internet]. Clinicaaurora.com.co. 2020 [cited 1 August 2021]. Available from: <https://clinicaaurora.com.co/wp-content/uploads/2020/04/Protocolo-Piel-y-Mucosas-Personal-de-Salud.pdf>