



Proyecto Firstline

Guía del kit de herramientas para el moderador

Índice

Introducción	3
Descripción general del Proyecto Firstline	3
Dentro del control de infecciones del Proyecto Firstline de los CDC Serie de videos	4
Serie de videos Dentro del control de infecciones	4
Planes de las sesiones y contenido del kit de herramientas	5
Planes de las sesiones	5
Contenido del kit de herramientas	5
Responsabilidades del moderador	6
Creación de una sesión	7
Factores de tiempo	7
Preparación y realización de una sesión	8
Comprensión de su audiencia	8
Usted tiene la palabra	9
Preste atención	9
Fomente la participación	9
Dígame más	10
Participantes adultos	11
Aprovechar las fortalezas de los participantes adultos	11
Cómo profundizar el aprendizaje	11
Descripciones del contenido	12
Tema uno: El concepto del control de infecciones	12
Tema dos: La ciencia básica de los virus	13
Tema tres: Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19	17
Tema cuatro: Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas	19
Tema cinco: Cómo se propaga el COVID-19: Repaso	21

Introducción

Esta sección del kit de herramientas ofrece recursos y estrategias para apoyar su rol como moderador de las sesiones de capacitación del Proyecto Firstline. Encontrará información general sobre el Proyecto Firstline y la serie actual de materiales de capacitación, recursos para ayudarlo a prepararse como moderador y elementos de apoyo para sus sesiones de capacitación. Téngalo a mano para referencia futura y gracias por unirse al equipo del Proyecto Firstline en este importante rol.

Descripción general del Proyecto Firstline

- La nueva capacitación nacional de los CDC en colaboración para el control de infecciones, el Proyecto Firstline, es un programa integral de control de infecciones diseñado para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades infecciosas en los centros de atención médica de los EE. UU.
- El Proyecto Firstline tiene como objetivo proporcionar conocimientos básicos y prácticos directamente al personal de atención médica de primera línea y al personal de la salud pública.
- El Proyecto Firstline enfatiza el “por qué” detrás de las acciones de control de infecciones para que, independientemente de sus diversas experiencias, antecedentes y entornos de trabajo, los participantes tengan las habilidades y el conocimiento para tomar decisiones informadas para mantenerse a sí mismos, a sus compañeros de trabajo y a sus pacientes seguros.
- Los materiales de capacitación se expandirán con el tiempo para cubrir estos y otros temas de control de infecciones:
 - ▶ Control de infecciones: aspectos básicos
 - ▶ Control de fuentes
 - ▶ EPP: datos básicos
 - ▶ EPP: colocación y retirada
 - ▶ Higiene de las manos
 - ▶ Estándares de atención para crisis
 - ▶ Clasificación y selección
 - ▶ Conceptos básicos de microbiología
 - ▶ Cómo reconocer el riesgo
 - ▶ Limpieza y desinfección ambiental

Dentro del control de infecciones del Proyecto Firstline de los CDC Serie de videos

Los materiales de este kit de herramientas le proporcionarán, como proveedor de la capacitación del Proyecto Firstline, los conocimientos y las habilidades necesarios para usar los materiales del Proyecto Firstline para educar a su audiencia sobre el control de infecciones.

- Este kit de herramientas se centra en los primeros siete episodios de ***Dentro del control de infecciones***, la serie de videos del Proyecto Firstline. La primera serie de episodios de video responde preguntas que los CDC han recibido sobre el COVID-19, los virus y cómo se propaga la enfermedad.
- A medida que haya videos y materiales adicionales disponibles del Proyecto Firstline, se actualizará el kit de herramientas.

Serie de videos Dentro del control de infecciones

Temas	Videos
Bienvenida + Concepto del “control de infecciones”	¿Cuál es el objetivo del control de infecciones?
La ciencia básica de los virus	<ul style="list-style-type: none">■ ¿SARS-CoV-2? ¿COVID-19? ¿Cuál es la diferencia?■ ¿Qué es un virus?■ ¿De qué manera los virus nos enferman?
Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19	¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?
Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas	¿Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas?
Cómo se propaga el COVID-19: Un repaso	¿Cómo se propaga el COVID-19? Repaso.

Planes de las sesiones y contenido del kit de herramientas

Planes de las sesiones

Este kit de herramientas incluye “Planes de las sesiones” de muestra para guiarlo a usar los episodios de video y los materiales para crear eventos de capacitación completos.

- Los planes de las sesiones sugieren formas de “mezclar y combinar” episodios de video para ilustrar diferentes conceptos del control de infecciones, en sesiones de diferentes duraciones posibles:
 - ▶ 60 minutos (p. ej., sesión de capacitación especializada)
 - ▶ 20 minutos (p. ej., “Almuerzo y aprendizaje” o complemento de programa)
 - ▶ 10 minutos (p. ej., “microaprendizaje” o complemento de programa)
- Los planes de las sesiones están diseñados con el supuesto de que las sesiones serán virtuales.
 - ▶ Los planes se pueden adaptar a los usuarios que pueden realizar sesiones presenciales.
 - ▶ Se agregarán materiales a este kit de herramientas para proporcionar orientación adicional y específica para eventos presenciales en el futuro.

Contenido del kit de herramientas

Para familiarizarse con el material cubierto en la serie de videos, este kit de herramientas incluye, para cada episodio de video:

- Una descripción del contenido cubierto en el episodio: ¿qué aprenderán las personas que miran el episodio?
 - ▶ Las descripciones del contenido tienen como objetivo ayudarlo a responder preguntas que su audiencia pueda plantear durante las sesiones.
 - ▶ Si tiene preguntas que no pueden responderse de inmediato o que no se abordan dentro de su organización, le pedimos que envíe estas preguntas por correo electrónico a los CDC a ProjectFirstline@cdc.gov. Esperamos poder apoyarlo de manera colaborativa.
- Conclusiones educativas clave: ¿cuáles son los puntos principales que las personas que ven el episodio deben recordar?
- Objetivos de aprendizaje: ¿qué deben ser capaces de hacer las personas que ven el episodio después de verlo?
 - ▶ Para esta serie, los objetivos de aprendizaje generalmente se enfocan en poder explicar un concepto de control de infecciones y relacionarlo con su trabajo diario.
- Iniciadores de debates: preguntas e indicaciones sugeridas para ayudarlo a guiar el debate sobre un episodio, centrándose en vincular la información del episodio con el trabajo y las experiencias diarias de su audiencia.
- Enlaces a recursos adicionales.
- Un folleto del participante para que su audiencia, para que lo usen como recurso complementario.

Responsabilidades del moderador

Su rol como moderador es muy importante. Una capacitación exitosa con los materiales del Proyecto Firstline puede ayudar a sus audiencias a construir una cultura de brindar atención más segura y de mayor calidad, y prevenir infecciones, no solo entre los pacientes, sino también entre el personal.

- Las sesiones que presente deben ser interactivas y proporcionar varias oportunidades para que usted participe con la audiencia.
 - ▶ Los planes de las sesiones proporcionan sugerencias adicionales y específicas para las formas de involucrar a su audiencia.
- Las descripciones de contenido para los episodios de video le brindarán el conocimiento que necesita para responder muchas preguntas que su audiencia pueda hacer.
- En la medida de lo posible, es importante registrar preguntas, comentarios, inquietudes, sugerencias y el flujo de debate durante cada sesión, ya sea que esta interacción tenga lugar a través de una función de chat o en una conversación.
 - ▶ Registrar esta información le ayudará a ser receptivo con su audiencia durante la sesión.
 - ▶ Esta información es útil para el seguimiento y el análisis extendido.
 - ▶ Esta información también es útil para su organización y la del personal del Proyecto Firstline, a medida que se desarrollan futuros materiales de capacitación sobre el control de infecciones.

Creación de una sesión

Los siguientes elementos hacen que las sesiones sean efectivas. Cada sesión que dirija, independientemente de su duración, plataforma o formato, debe ser en el formato que mejor se adapte a su grupo.

- Programa. La invitación para unirse a la sesión debe incluir la fecha y la hora de la sesión, información detallada para acceder a ella y elementos del programa (p. ej., presentaciones, debate, debate en grupo, etc.).
- Un registro o minuta de la sesión.
 - ▶ Según los deseos de su organización y la plataforma utilizada, se pueden grabar las sesiones virtuales (p. ej., la función de grabación de Zoom u otros medios).
 - ▶ Se deben guardar las preguntas y la conversación mediante la función de chat.
 - ▶ Tome notas o realice minutas detalladas.
 - » Es mejor que alguien que no sea el moderador tome notas.
 - » La persona que toma notas y el moderador pueden reunirse después de la sesión para revisar las notas y cualquier otra información registrada durante la sesión.
 - ▶ Es importante registrar los comentarios, las preguntas, el debate y las sugerencias de su audiencia.
 - » Esta información puede ser utilizada por su organización y por el Proyecto Firstline para mejorar el programa y para dar forma a futuros eventos de capacitación sobre el control de infecciones.
 - » Esta información también puede ayudarlo a mejorar como moderador.
- Seguimiento y evaluación.
 - ▶ Comuníquese con su audiencia después de la sesión para medir la efectividad de la sesión.
 - ▶ Este kit de herramientas proporciona ideas para preguntas de seguimiento y evaluación.

Factores de tiempo

Hay tres duraciones de sesión diferentes para que elija según el tiempo disponible para la capacitación:

- 60 minutos (p. ej., sesión de capacitación especializada)
- 20 minutos (p. ej., “Almuerzo y aprendizaje” o complemento de programa)
- 10 minutos (p. ej., “microaprendizaje” o complemento de programa)

Debido a las limitaciones de tiempo, las sesiones de 10 y 20 minutos tendrán menos oportunidades de debate interactivo. Lo invitamos a extender las sesiones para lograr una mayor participación siempre que sea posible. También hemos proporcionado recomendaciones para el uso de funciones de chat y otras actividades para atraer a su audiencia a los materiales cuando usted está limitado a solo una cantidad de tiempo breve.

Estas duraciones no pretenden ser prescriptivas y, en cambio, se proporcionan simplemente como una herramienta que usted puede adaptar para que se adapte mejor a su audiencia específica y a sus necesidades. Cuando programe su sesión, use su conocimiento sobre la disponibilidad y las necesidades de aprendizaje de su audiencia para adaptar estos materiales según sea necesario.

Preparación y realización de una sesión

El aspecto más importante de la presentación es la preparación antes de presentar una sesión del Proyecto Firstline.

Debe hacer lo siguiente:

- Repase los planes de sesión, las descripciones de contenido, los objetivos de aprendizaje, las conclusiones educativas clave, los videos y las actividades de aprendizaje de cada tema para conocer el material a fondo.
- Revise las preguntas de debate para cada sesión y prepárese para modificarlas para que se adapten a su audiencia, y a medida que su audiencia aporte comentarios.
- Anticipe las posibles preguntas y comentarios, y prepárese para responderlos.
- Familiarícese con las políticas y los procedimientos de su organización (si corresponde) para que pueda proporcionar instrucciones específicas.
- ¡Practique!
 - ▶ Practique el uso del formato virtual (p. ej., Zoom, Microsoft Teams, etc.).
 - » Asegúrese de estar familiarizado con las funciones específicas del formato (cómo usar la función de chat, botones de silencio, etc.).
- Ensaye la presentación del material ante una audiencia de “prueba”.
- Resulta útil si sus sesiones de práctica incluyen a cualquiera de sus colegas que lo ayudarán durante la sesión (tomando notas, supervisando el chat, etc.) para que todos se sientan cómodos con el formato y el flujo de la sesión.
- Reciba comentarios.
 - ▶ El kit de herramientas incluye un formulario de autoevaluación de muestra y un formulario de comentarios de los participantes. Estos recursos esenciales le ayudarán a fortalecer sus habilidades y las sesiones con el tiempo.

Comprensión de su audiencia

Antes de que comience la sesión, tómese el tiempo para pensar en cómo su audiencia aprende sobre la sesión, qué esperan y la información que está disponible para ellos con anticipación, ya sea de su organización y del Proyecto Firstline, o de otras fuentes.

- ¿Quién es su audiencia? ¿Cuáles son sus tareas laborales generales, cuáles han sido sus experiencias, qué grado de familiaridad es posible que tengan con el control de infecciones?
- ¿Qué espera su audiencia, según el anuncio del evento?
- ¿Existe la oportunidad de compartir información antes de la sesión?
- ¿Cuál es la mejor manera de establecer las expectativas adecuadas, por adelantado y al comienzo de la sesión?
- ¿Comprenden los participantes lo que se espera después de la sesión (p. ej., evaluación y seguimiento)?
- ¿Cómo manejará grupos grandes o más pequeños?

Usted tiene la palabra

Mientras dirige y modera la sesión, utilice habilidades de comunicación efectivas, respetuosas y adecuadas. Estas son algunas ideas que lo guiarán:

- Hable despacio y con claridad.
- En la medida de lo posible, reduzca las distracciones y el ruido ambiental.
 - ▶ Elija un fondo simple para usted.
 - ▶ Evite manipular papeles durante la sesión.
 - ▶ Haga todo lo posible por trabajar desde un lugar tranquilo, sin que suenen los teléfonos, sin ruido de HVAC, sin escribir en un teclado, etc.
 - ▶ Utilice y aliente opciones de silencio para usted y su audiencia.
- Haga contacto visual con la cámara en lugar de mirar la pantalla.
- Tenga en cuenta las señales no verbales: mantenga sus expresiones faciales abiertas, pero neutrales y evite cruzar los brazos, encogerse de hombros, etc.
- Use habilidades de escucha activa para involucrar a su audiencia (ver a continuación).

Preste atención

- Cuando alguien hable, bríndele toda su atención y reconozca el mensaje.
- Reconozca que la comunicación no verbal juega un papel importante: mantenga su enfoque en la cámara y evite mirar hacia otro lado, excepto para tomar notas.
- Mire directamente al interlocutor (mirando directamente a la cámara).
- Deje de lado pensamientos que puedan distraerlo.
- No prepare mentalmente una respuesta: escuche una pregunta o comentario completamente antes de responder.
 - ▶ Su preparación, pensar en las posibles preguntas y respuestas, debería darle una base, no una respuesta "mecanizada" palabra por palabra.

Fomente la participación

- Demuestre que está escuchando: use su propio lenguaje corporal y gestos para demostrar que está comprometido.
 - ▶ Cuando sea apropiado hacerlo, ¡sonría!
 - ▶ Asegúrese de que su postura sea abierta y demuestre interés.
- Aliente al interlocutor a continuar con pequeños comentarios verbales como "sí" y "ya veo".
- Proporcione comentarios.
 - ▶ Nuestros filtros, suposiciones, juicios y creencias personales pueden distorsionar lo que escuchamos.
 - ▶ Como oyente, su rol es comprender lo que se dice, lo que puede requerir que haga preguntas.
 - » Reflexione sobre lo que se ha dicho parafraseando y, lo que es más importante, compruebe con los participantes que ha parafraseado correctamente.
 - » "Lo que estoy escuchando es..." y "parece que está diciendo..." son excelentes maneras de reflexionar y resumir conversaciones pasadas.

Dígame más

Las preguntas que se pueden responder con un simple “sí” o “no” a menudo son excelentes para romper el hielo y comenzar una conversación enfocada en el contenido o para obtener comentarios en un período corto de tiempo. Siempre que sea posible, debe hacer un seguimiento con preguntas abiertas más enriquecedoras. Las preguntas abiertas alientan a su audiencia a compartir más de sus ideas y aplicar lo que están aprendiendo a sus experiencias.

Las posibles frases para las preguntas abiertas incluyen:

- ¿Cómo?
- ¿Explicaría eso un poco más?
- ¿Qué quiere decir cuando dice...?
- ¿Y cuál fue el resultado?
- ¿Puede ampliar eso, por favor?
- ¿Cómo reaccionó ante eso?

Participantes adultos

Aprovechar las fortalezas de los participantes adultos

Ser un buen moderador requiere práctica, compromiso y entusiasmo para relacionarse con los demás. Aprovechar las fortalezas de su audiencia formada por participantes adultos lo ayudará a compartir información de una manera que esta audiencia valorará e internalizará. Algunos puntos a tener en cuenta al prepararse para involucrarlos en las sesiones del Proyecto Firstline:

- El conocimiento y la experiencia previos de los adultos les permite establecer conexiones con ideas y teorías asociadas fácilmente.
- Las audiencias adultas suelen ser receptivas a la nueva información y son participantes motivados.
 - ▶ Compararán la información nueva con lo que ya saben y analizarán cómo la información nueva es diferente a lo que ya saben o expanden su conocimiento.
- Los adultos buscan maneras en las que el conocimiento nuevo sea relevante para su rol actual y desean aplicar el conocimiento nuevo lo antes posible.
 - ▶ Los adultos también personalizarán los nuevos conocimientos según su rol o experiencia.
 - ▶ Los moderadores deben estar preparados para responder preguntas de manera que se relacionen con la experiencia de la audiencia y las obligaciones laborales generales.

Cómo profundizar el aprendizaje

Independientemente de la duración de su sesión, presentará información a su audiencia, y parte de esa información será nueva para ellos. Para profundizar su aprendizaje, desafíe a sus participantes a aplicar y analizar aún más la nueva información y, en última instancia, a darse cuenta de cómo se aplica a su trabajo y cómo pueden implementarla.

Puede ser útil pensar en un proceso de tres pasos (los siguientes ejemplos son del **tema uno: El concepto del control de infecciones**):

Nivel de aprendizaje	Indicaciones del moderador	Ejemplo	Iniciador del debate
Paso 1: Recordar/ Comprender	Identificar una conclusión educativa clave	El objetivo de todo lo que hacemos en el control de infecciones, para cualquier enfermedad, es evitar que las personas se enfermen.	¿Cuáles son algunos ejemplos de cosas que hacemos en el control de infecciones que evitan que las personas se enfermen?
Paso 2: Aplicar/Analizar	Pregunte cómo se aplica la conclusión educativa al trabajo de la audiencia	¿Cómo utilizan las acciones del control de infecciones en su trabajo?	¿Alguna de las acciones que se nombraron son nuevas para ustedes?
Paso 3: Evaluar/Crear	Pregunte qué se debe cambiar para mejorar	¿Hay maneras de hacer mejor estas cosas?	¿Qué más les gustaría aprender para poder hacer mejor estas cosas?

Descripciones del contenido

Tema uno: El concepto del control de infecciones

Descripción general

Tema uno: Bienvenida + Concepto del “control de infecciones”

Resumen de contenido: El objetivo del control de infecciones es evitar que las personas se enfermen.

Video Dentro del control de infecciones: *¿Cuál es el objetivo del control de infecciones?*

Objetivos de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

Articular al menos un (1) objetivo principal del control de infecciones

Conclusiones educativas clave

- El objetivo de todo lo que hacemos en el control de infecciones, para cualquier enfermedad, es evitar que las personas se enfermen.
- El objetivo del Proyecto Firstline es asegurarse de que tengan el conocimiento sobre el control de infecciones que necesitan y merecen para mantenerse a ustedes mismos, a sus pacientes, a sus colegas y a su familia seguros.

Descripción del contenido

- En esta sesión, se cubrirán las ideas básicas detrás del control de infecciones y cómo se aplican al COVID-19.
- En esta sesión, también se explicará cómo las acciones del control de infecciones ayudan a mantenerlo seguro a usted, a sus pacientes, a sus compañeros de trabajo y a su comunidad.
- El objetivo de todo lo que hacemos en el control de infecciones, para cualquier enfermedad, es evitar que las personas se enfermen.
- El objetivo de las recomendaciones de los CDC para el control de infecciones es protegerlo a usted y a todos en el centro de infectarse mientras usted brinda a sus pacientes la atención esencial que necesitan.
- El objetivo del Proyecto Firstline es asegurarse de que tengan el conocimiento sobre el control de infecciones que necesitan y merecen para mantenerse a ustedes mismos, a sus pacientes, a sus colegas y a su familia seguros.
- Hay muchas recomendaciones para el control de infecciones para el COVID-19 y es muy importante que las haga bien: estamos aquí para ayudar con eso.
- Estamos aquí para ayudarlos a comprender no solo *lo* que estamos haciendo para controlar el COVID-19 en la atención médica, sino también por qué lo estamos haciendo, porque creemos que se puede hacer mejor el trabajo cuando comprendemos por qué estamos haciendo lo que estamos haciendo.

Tema dos:

La ciencia básica de los virus

Tenga en cuenta que las siguientes tres páginas forman parte del tema dos: La ciencia básica de los virus.

Descripción general

Tema dos: La ciencia básica de los virus

Resumen de contenido: El SARS-CoV-2 es el *virus* que causa la *enfermedad* COVID-19.

Video Dentro del control de infecciones: ¿SARS-CoV-2? ¿COVID-19? ¿Cuál es la diferencia?

Objetivo de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

Encontrar una (1) diferencia central entre el SARS-CoV-2 y el COVID-19

Conclusiones educativas clave

- SARS-CoV-2 es el nombre científico oficial del virus, el microbio que causa la enfermedad COVID-19.
- COVID-19 es el nombre de la enfermedad: fiebre, tos, escalofríos y otros síntomas que tienen las personas cuando están infectadas por el virus SARS-CoV-2.

Descripción del contenido

- El SARS-CoV-2 es el *virus* que causa la *enfermedad* COVID-19.
- Nos infectamos con el virus SARS-CoV-2, lo que nos enferma de COVID-19.
- El hecho de tener un nombre para el virus y otro para la enfermedad que causa, también se da en otros lugares de la medicina, como con la enfermedad de la varicela, que es causada por el virus de varicela zóster.
- Dado que el SARS-CoV-2 es el nombre oficial y científico del virus que causa COVID-19, usamos ese nombre cuando hablamos de lo que hace para enfermar a las personas, cuando se registran los resultados de las pruebas y, a menudo, cuando hablamos de vacunas.
- COVID-19 significa enfermedad por coronavirus de 2019, en inglés COronaVirus Disease 2019: CO – VI – D - 19.
- COVID-19 es la enfermedad que las personas sufren con fiebre, escalofríos, tos, dificultad para respirar y todos los demás síntomas que tienen las personas.
- COVID-19 es la “enfermedad” y es la manera en que hablamos principalmente de la pandemia.
- No queremos infectarnos por el SARS-CoV-2 ni enfermarnos con COVID-19, y tampoco queremos que nadie más lo haga, ahí es donde entra en juego el control de infecciones.

Tema dos: Continuación

Descripción general

Tema dos: La ciencia básica de los virus

Resumen de contenido: El SARS-CoV-2 es un virus. Los virus tienen tres partes principales: genes, proteínas y una envoltura.

Video Dentro del control de infecciones: *¿Qué es un virus?*

Objetivo de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

Identificar y explicar a los demás las tres (3) partes principales de un virus

Conclusiones educativas clave

- Todos los virus tienen dos partes:
 - ▶ Genes que contienen toda la información necesaria para hacer más copias del virus
 - ▶ Proteínas que protegen los genes y ayudan a que el virus se propague
- Algunos virus (el SARS-CoV-2 es uno de ellos) también tienen una tercera parte: una cobertura hecha de grasas especiales que protege los genes y las proteínas.

Descripción del contenido

- Si sabemos un poco sobre los virus, entonces podemos entender cómo viajan entre las personas y nos enferman, y por qué las cosas que hacemos para el control de infecciones funcionan para evitar que esto suceda.
- El COVID-19 es causado por un virus: SARS-CoV-2.
- Los virus usan seres vivos, incluidas las personas, para hacer copias de sí mismos y luego seguir propagándose de un ser vivo a otro.
- Todos los virus tienen *genes* que contienen toda la información necesaria para hacer más copias de virus, como un “manual de instrucciones” o un “plano”.
- Los virus tienen *proteínas* que se unen para crear una cubierta que protege los genes del “plano”.
- Algunas proteínas permanecen dentro de la cubierta y solo se usan cuando es momento de crear más copias del virus, pero otras proteínas pueden sobresalir de la cubierta y ayudar al virus a pasar de un lugar a otro en el cuerpo, y también de una persona a otra.
- Algunos virus, no todos, pero el SARS-CoV-2 es uno de ellos, tienen otra capa protectora que cubre la cubierta llamada *envoltura*.
- La envoltura está hecha de grasas con algunas proteínas mezcladas.
- Algunas proteínas sobresalen de la envoltura para ayudar a que el virus se desplace y entre en las células, y también para ayudar a que se propague de una persona a otra.

Tema dos: Continuación

Descripción general

Tema dos: La ciencia básica de los virus

Resumen de contenido: ¿De qué manera los virus nos enferman?

Video Dentro del control de infecciones: *¿De qué manera los virus nos enferman?*

Objetivos de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

- Describir tres (3) pasos que muestren cómo los virus usan las células de los seres vivos para hacer más copias de sí mismos
- Explicar un (1) motivo por el cual las acciones de control de infecciones se centran en mantener las gotitas respiratorias fuera del aire y lejos de otras personas

Conclusiones educativas clave

- Los virus pueden usar las células de los seres vivos, incluidas las personas, para hacer copias de sí mismos. Esa es la forma en que los virus se propagan dentro del cuerpo y de una persona a otra.
- Cuando suficientes virus han podido ingresar en nuestras células y hacer copias de sí mismos, el cuerpo reconoce que hay una infección y nuestro sistema inmunitario se reactiva para combatir el virus.
- Es la actividad de nuestro sistema inmunitario que combate el virus lo que nos hace sentir enfermos.

Descripción del contenido

- Los virus pueden usar las células de los seres vivos, incluidas las personas, para hacer copias de sí mismos. Esa es la forma en que los virus se propagan dentro del cuerpo y de una persona a otra.
- Nuestros cuerpos están formados por miles de millones de células microscópicas.
- En la parte externa de las células del cuerpo, hay pequeñas partes que sobresalen y están hechas de proteínas.
- Estas pequeñas piezas actúan como un candado en una puerta: si tiene la “llave” correcta para el “candado”, entonces puede entrar en la célula. Si no la tiene, entonces no puede hacerlo.
- Algunos virus tienen una pequeña parte que sobresale por fuera del virus que funciona como una llave falsa que se ajustará al candado de al menos un tipo de nuestras células.
- La llave falsa del virus no coincide exactamente con el candado de nuestras células, pero está lo suficientemente cerca como para que el virus pueda piratear e invadir ese tipo de célula.
- Cuando el virus puede entrar, secuestra la maquinaria de la célula y la usa para hacer más copias de sí mismo.
- Esas nuevas copias del virus, con sus llaves falsas en el exterior, luego se desprenden de la célula infectada y continúan infectando nuevas células.

- En muchos casos, la célula que ha sido secuestrada e infectada se destruye en el proceso.
- Nuestros cuerpos no tienen la intención de que esto suceda. Los candados de nuestras células son para otras cosas que nuestro cuerpo hace naturalmente.
- Cuando suficientes virus han sido capaces de usar sus llaves falsas para entrar en nuestras células y hacer copias de sí mismos, el cuerpo reconoce que hay una infección y nuestro sistema inmunitario se activa para combatir el virus.
- A veces, sabemos que nuestro sistema inmunitario está luchando contra algo, porque nos sentimos enfermos, pero a veces no sabemos que está sucediendo en absoluto.
- Cuando alguien que está infectado con un virus respiratorio, ya sea que se sienta enfermo o no, exhala o habla, sus gotitas respiratorias, con el virus, son transportadas.
- Esas gotitas con virus podrían llegar a otras personas, entrar en su nariz, garganta, pulmones y ojos, y dejar que el virus use la llave en sus células para comenzar el proceso nuevamente.
- Para evitar que esto suceda, muchas de las cosas que hacemos para el control de infecciones se centran en mantener las gotitas respiratorias fuera del aire y lejos de otras personas.

Tema tres: Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19

Descripción general

Tema tres: Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19

Resumen de contenido: ¿Cómo se contagia el SARS-CoV-2 de una persona a otra? ¿Qué es una gotita respiratoria?

Video Dentro del control de infecciones: ¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?

Objetivos de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

- Describir una característica (1) de las gotitas respiratorias
- Comprender una (1) manera principal en que el SARS-CoV-2 se mueve entre las personas
- Explicar un (1) motivo por el cual las acciones de control de infecciones se centran en mantener las gotitas respiratorias fuera del aire y lejos de otras personas

Conclusiones educativas clave

- Nuestra respiración contiene mucha agua que normalmente no se puede ver.
 - ▶ Cuando vemos nuestra respiración en el aire frío o vemos que nuestros anteojos se empañan cuando usamos una máscara, lo que vemos es toda el agua que hay en nuestra respiración.
 - ▶ Esas son nuestras gotitas respiratorias.
- La forma principal en que el SARS-CoV-2, el virus que causa la enfermedad COVID-19, viaja entre las personas es a través de las gotitas respiratorias.
 - ▶ Cuando alguien está infectado con SARS-CoV-2, las gotas que exhalan tienen partículas del virus.
 - ▶ Las personas que están cerca pueden inhalar las gotitas o las gotitas pueden caer en sus ojos, y estas personas pueden infectarse.

Descripción del contenido

- Diferentes virus se propagan de una persona a otra de diferentes maneras.
- La forma principal en que el SARS-CoV-2, el virus que causa la enfermedad COVID-19, viaja entre las personas es a través de las gotitas respiratorias.
- Estas gotitas no son grandes, como las que podríamos ver por un salpicadura en un fregadero. Son muy pequeñas.
- Las gotitas tienen diferentes tamaños, pero la mayoría son tan pequeñas que, la mayor parte del tiempo, no podemos verlas.
- Por lo general, no podemos ver el agua que hay en nuestra respiración, pero cuando hacemos cosas como respirar en un espejo y empañarlo, vemos nuestras gotitas respiratorias.

- También vemos las gotitas respiratorias cuando estamos al aire libre en clima frío y podemos ver nuestro aliento, o cuando nuestros anteojos se empañan cuando usamos una mascarilla.
- Cada vez que dejamos salir la respiración de la nariz o la boca, dejamos salir las gotitas respiratorias (cuando hablamos, cantamos, tosemos o simplemente respiramos normalmente).
- Las gotitas no solo tienen diferentes tamaños, sino que también viajan en el aire diferentes distancias.
- Las gotitas son lo suficientemente pequeñas y livianas como para llegar a otras personas cercanas.
- Cuando alguien está infectado con SARS-CoV-2, las gotas que exhalan tienen partículas del virus.
- Si las personas que están cerca no usan mascarillas o no están detrás de una barrera pueden inhalar las gotitas, o las gotitas pueden caer en sus ojos.
- Cuando las gotitas que transportan el virus llegan a la nariz, la boca o los ojos de una persona, o viajan a los pulmones, el virus cae en las células.
- Al igual que muchos otros virus respiratorios, el SARS-CoV-2 puede ingresar en muchas células de la nariz, la garganta, los ojos y los pulmones. Luego, el virus puede secuestrar esas células y enfermar a la persona de COVID-19.
- Dado que las gotitas respiratorias son la principal forma en que el SARS-CoV-2 se mueve entre las personas, muchas de las medidas de control de infecciones que debemos tomar en la atención médica son para evitar que las personas, incluidos nuestros pacientes, nuestros compañeros de trabajo y nosotros mismos, inhalamos las gotitas respiratorias de los demás.

Tema cuatro: Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas

Descripción general

Tema cuatro: Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas

Resumen de contenido: ¿Cómo se puede transmitir el virus en las superficies?

Video Dentro del control de infecciones: *¿Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas?*

Objetivos de aprendizaje

Al final de este episodio, los participantes serán capaces de lo siguiente:

- Describir dos (2) maneras en que los virus pueden propagarse de las superficies a las personas
- Explicar un (1) motivo por el cual la buena higiene de manos y la limpieza ambiental son importantes para evitar que los microbios se propaguen en la atención médica

Conclusiones educativas clave

- Aunque el COVID-19 se propaga principalmente a través de las gotitas respiratorias, otra manera de enfermarse es tocar algo que tenga virus vivo y luego tocarse la cara sin lavarse las manos primero.
- El virus puede llegar a las superficies cuando las gotitas respiratorias caen sobre esas superficies.
- El virus también puede llegar a las superficies cuando los líquidos corporales de una persona infectada, como la salivación o los mocos, llegan a las cosas cercanas.

Descripción del contenido

- Nos enfermamos de COVID-19 cuando el virus SARS-CoV-2 llega a la nariz, la boca o los ojos, principalmente al inhalarlo, o cuando las gotitas respiratorias de alguien que está infectado con el virus entran en contacto con nuestros ojos.
- El virus también puede transportarse a la boca, la nariz y los ojos si tocamos algo que tiene virus vivo en él, y luego nos tocamos la cara sin limpiarnos las manos primero.
- Las gotitas respiratorias son muy pequeñas, pero son de diferentes tamaños.
- Cuando se exhalan, algunas de las gotitas serán arrastradas por el aire y viajarán a donde sea que fluyan las corrientes de aire.
- Muchas de esas gotitas son lo suficientemente grandes (todavía diminutas, pero lo suficientemente grandes) como para que no viajen muy lejos en el aire, sino que comiencen a caer.
- Cuando las gotitas caen, no solo caen al suelo. Algunas de ellos caerán sobre cosas que están cerca, como camas de pacientes, mesas, sillas de sala de espera, escritorios, nuestra ropa y más.
- Una vez que las gotitas caen sobre algo, el virus en ellas puede sobrevivir un tiempo; no es largo para la mayoría de las superficies, pero es suficiente para que alguien toque la superficie y el virus llegue a sus manos.

- Desde las manos, el virus puede entrar en el cuerpo si se tocan la cara sin limpiarse las manos primero, y sucede mucho.
- El virus también puede entrar en contacto con las superficies cuando una persona infectada se toca los ojos, la nariz o la boca, y el virus entra en contacto con las manos y luego toca otra superficie. Esto deja el virus en esa superficie que otra persona puede recoger con sus manos y transferir a su cara.
- En la atención médica, los líquidos corporales, incluida la salivación y los mocos, pueden entrar en contacto con las cosas que están cerca de un paciente. Si alguien toca esas superficies y no se limpia las manos, puede propagar el virus de esa manera, a sí mismo, a otras superficies y a otras personas.
- Comprender cómo los virus se propagan en las superficies ayuda a mostrar la importancia de una buena higiene de las manos y una buena limpieza del entorno para el control de infecciones, de modo que no se propaguen los virus y otros microbios.

Tema cinco:

Cómo se propaga el COVID-19: Un repaso

Descripción general

Tema cinco: Cómo se propaga el COVID-19: Un repaso

Resumen de contenido: Breve revisión de cómo los virus se propagan mediante las gotitas respiratorias y en las superficies.

Video Dentro del control de infecciones: *¿Cómo se propaga el COVID-19? Repaso.*

Objetivos de aprendizaje

Después de ver este video, los participantes podrán hacer lo siguiente:

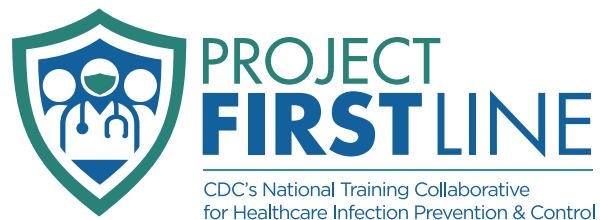
Describir dos (2) maneras en que se propaga el SARS-CoV-2

Conclusiones educativas clave

- La forma principal en que el SARS-CoV-2, el virus que causa la enfermedad COVID-19, viaja entre las personas es a través de las gotitas respiratorias en nuestra respiración.
- Otra manera de enfermarse con COVID-19 es tocar algo que tenga el virus SARS-CoV-2 vivo y luego tocarse la cara sin lavarse las manos primero.

Descripción del contenido

- La forma principal en que el SARS-CoV-2 se propaga es a través de las gotitas respiratorias.
- Cuando alguien que está infectado con el virus exhala, tose o habla, las pequeñas gotitas de agua que transportan partículas del virus que están en su respiración pueden llegar a una persona cercana.
- Luego, esas gotitas son inhaladas por la otra persona o caen en los ojos de esta.
- Esto puede suceder si la persona infectada sabe que tiene el virus o no.
- El virus también puede desplazarse cuando las gotitas que lo transportan llegan a las superficies y luego de las superficies a las manos.
- Las gotitas pueden caer sobre las cosas al toser o estornudar, o simplemente al exhalar.
- Las gotitas también se pueden propagar a través de las manos de alguien, si está infectado y se toca la nariz y la boca, y luego toca otra cosa, como el picaporte de una puerta o un portasueros, sin limpiarse las manos primero.
- Luego, el virus puede ser recogido por otra persona con las manos, y llegar a los ojos, nariz o boca, infectándolo finalmente y haciéndolo enfermar.
- La siguiente serie de videos del Proyecto Firstline se centrará en las acciones de control de infecciones que se recomiendan para detener la propagación de microbios, incluido el SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, en la atención médica.



Para obtener más información, comuníquese con
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention)
1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30329-4027
Teléfono: 1-800-CDC-INFO (232-4636)/TTY: 1-888-232-6348
Sitio web: www.cdc.gov/projectfirstline