



---

# Dentro del control de infecciones

# Folleto del participante

# Índice

<b>Bienvenido</b> .....	3
<b>Acerca del Proyecto Firstline</b> .....	3
<b>¿Cuál es el objetivo del control de infecciones?</b> .....	4
<b>¿SARS-CoV-2? ¿COVID-19?</b> <b>¿Cuál es la diferencia?</b> .....	6
<b>¿Qué es un virus?</b> .....	8
<b>¿De qué manera los virus nos enferman?</b> .....	10
<b>¿Qué es una gotita respiratoria?</b> <b>¿Por qué es importante?</b> .....	12
<b>¿Cómo se propagan los virus de las superficies a las personas?</b> .....	14
<b>¿Cómo se propaga el COVID-19? Repaso.</b> .....	16

# Bienvenido

Gracias por acompañarnos. Este folleto es una guía rápida de la información presentada en cada tema, que incluye descripciones generales de los temas, objetivos de aprendizaje, mensajes clave y descripciones de contenido, y espacio para escribir. Ténganlo con ustedes para usarlo durante las sesiones.

## Acerca del Proyecto Firstline

Nuestro objetivo con el 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.

Para detener la propagación de las amenazas de enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19, cualquier persona que trabaje en un centro de atención médica necesita un conocimiento básico del control de infecciones, y debe comprender y estar listo para usar los procesos y procedimientos de control de infecciones durante su día de trabajo, incluso durante cada actividad de atención al paciente e interacción con la atención médica.

El Proyecto Firstline de los CDC es una colaboración de diversos socios de atención médica, de la salud pública y académicos que está trabajando para proporcionar capacitación atractiva, innovadora y efectiva sobre el control de infecciones para millones de trabajadores de la atención médica de la primera línea de los EE. UU., así como para los miembros del personal de salud pública.

## Control de infecciones

- **Funciona:** las prácticas correctas pueden impedir que los microbios se propaguen en los centros de atención médica.
- **Es un esfuerzo de equipo:** el control de infecciones es más efectivo cuando todos los miembros del equipo lo usan de manera congruente.
- **Importa:** el control de infecciones es una parte fundamental de la prestación segura de la atención médica en todos los entornos.

# ¿Cuál es el objetivo 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.

## Notas

# ¿SARS-CoV-2? COVID-19? ¿Cuál es la diferencia?

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?

## Objetivos 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.

## Notas

# ¿Qué es un virus?

## 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?*

## Objetivos 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.



## Notas

# ¿De qué manera los virus nos enferman?

## 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.

## Notas

# ¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?

## 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, inhalemos las gotitas respiratorias de los demás.

## Notas

# ¿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 salivación o 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.

## Notas

# ¿Cómo se propaga el COVID-19? 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.



## Notas



**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](http://www.cdc.gov/projectfirstline)