



**PROJECT
FIRSTLINE**

CDC's National Training Collaborative
for Healthcare Infection Prevention & Control

Kit de herramientas del moderador **Planes de sesiones**

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

Índice

Descripción general de las sesiones	3
Instrucciones para el moderador	3
Elija su sesión	3
Materiales de la sesión	3
Uso de los materiales	3
Realización de una sesión	4
Descripción del contenido educativo	5
Objetivos de aprendizaje	5
Conclusiones educativas clave	5
Descripción del contenido	5
Resumen de las sesiones	7
Plan de sesión de 60 minutos	8
1. Inicio de la sesión	8
2. Programa y objetivos de aprendizaje	8
3. Resumen de la última sesión y video de esta sesión	9
4. Discusión	10
5. Juego de interpretación de roles	13
6. Reagrupación y análisis	14
7. Reflexión y conclusión	15
Plan de sesión de 20 minutos	17
1. Inicio de la sesión y programa	17
2. Video	17
3. Discusión	18
4. Reflexión y conclusión	20
Plan de sesión de 10 minutos	23
1. Inicio de la sesión y programa	23
2. Video	23
3. Discusión	24
4. Reflexión y conclusión	25

Descripción general de las sesiones

Los siguientes planes de sesiones para el **tema tres: Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19** es para guiarlo, como proveedor de la capacitación del Proyecto Firstline, con el apoyo necesario para usar los materiales del Proyecto Firstline para crear eventos de capacitación completos y educar a su audiencia sobre el control de infecciones.

Instrucciones para el moderador

Elija su sesión

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 ajuste mejor a su audiencia y necesidades específicas. 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.

Materiales de la sesión

- Tres Planes de sesiones diferentes: 60 minutos, 20 minutos o 10 minutos
- Conjunto de diapositivas de PowerPoint correspondiente: 60 minutos, 20 minutos o 10 minutos
- Enlaces a videos del Proyecto Firstline: *Dentro del control de infecciones* por el Proyecto Firstline de los CDC

Uso de los materiales

Los materiales de ejemplo se presentan en secuencia, con la expectativa de que los participantes progresen a medida que avanza la serie. Sin embargo, puede mezclar y combinar contenido para satisfacer las necesidades de los participantes. Cosas que debe saber:

- Los planes y las diapositivas son guías para su presentación.
- Los números de diapositivas en los Planes de las sesiones corresponden a las diapositivas complementarias proporcionadas.
- Lo alentamos a personalizar el aspecto de las presentaciones y a adaptar el guion del moderador para que coincida mejor con su propia forma de hablar y audiencia.
- Las recomendaciones de tiempo se proporcionan simplemente como guía para la cantidad mínima de tiempo necesaria para cada sección. Le recomendamos que se tome más tiempo, según sea necesario, con secciones específicas.

Realización de una sesión

Programe y anuncie las sesiones de acuerdo con las necesidades y los requisitos de su organización.

Cada sesión debe incluir, como mínimo:

- Objetivos de aprendizaje específicos
- Presentación del contenido principal
- Oportunidades para que los participantes comprendan y se comprometan con los mensajes clave para cada tema

Cada sesión también debe dar a los participantes la oportunidad de aprender más, comprender y conectarse internamente con el contenido, y actuar en función de su aprendizaje y comprometerse con los demás.

En la guía del kit de herramientas para moderadores del Proyecto Firstline, se ofrece orientación adicional para los moderadores e información sobre otros temas cubiertos en esta serie.

Cómo acceder a los materiales

Los planes de las sesiones incorporan episodios de la serie de videos del Proyecto Firstline “Dentro del control de infecciones” (Inside Infection Control). Los videos están en inglés, pero para activar los subtítulos en español en YouTube, siga los siguientes pasos:

- Haga clic en el botón que dice “CC”, “subtitles/closed captioning”, para activar los subtítulos.
- Haga clic en “settings” que está a la derecha del botón de “closed captioning” (CC).
- Haga clic en “Subtitles/CC”.
- Haga clic en “Autotranslate”.
- Seleccione “Spanish” de la lista de idiomas disponibles.

Descripción del contenido educativo

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 esta sesión, los participantes serán capaces de:

- 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 a 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.

Resumen de las sesiones

Tema tres:

Cómo las gotitas respiratorias propagan el COVID-19

Planes de sesiones y cuándo usarlos:

- 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)

Formato:

- En línea, síncrono

Suministros especiales:

- Lista de inscripción
- Folleto del participante
- Formulario de comentarios de la sesión



Plan de sesión de 60 minutos

1. Inicio de la sesión



Diapositiva 1: Diapositiva inicial

Los participantes inician sesión y se instalan.

2. Programa y objetivos de aprendizaje



5 minutos



Diapositiva 2 y diapositiva 3: Programa y objetivos de aprendizaje



Notas del moderador:

- ¡Bienvenido!
- Descripción general de los objetivos y temas de la sesión.
- Publique recordatorios de “limpieza” en el chat:
 - ▶ Nos reuniremos hoy durante una hora.
 - ▶ En la medida de lo posible, mantengan las cámara encendidas, para que podamos vernos mientras participamos en esta importante conversación.
 - ▶ Pueden usar el botón de silenciar/desactivar silencio en cualquier momento para contribuir a la conversación, pero cuando no estén hablando, mantengan el micrófono silenciado.
 - ▶ ¡Qué bueno verlos a todos aquí hoy!



Guion de ejemplo

“¡Bienvenido! Hoy nos centraremos en el concepto importante de las gotitas respiratorias y cómo propagan el COVID-19. En el chat, estoy colocando nuestros recordatorios de limpieza estándar”.



Diapositiva 4: Registro de llegadas



Notas del moderador:

- Saludo del moderador en el cuadro de chat.
 - ▶ Coloque una nota amistosa en el chat para alentar a los demás a responder (p. ej., una cara sonriente, “¡Estoy listo para aprender!” “¡Me siento excelente!”, lo que sea que parezca correcto y preciso).
- Saludos de la audiencia en el cuadro de chat.
 - ▶ Espere un momento mientras los participantes comparten mensajes en el chat y confirme estos saludos antes de continuar.
 - ▶ Si los participantes comparten mensajes como “Estoy exhausto”, asegúrese de reconocer esas respuestas y analizar las necesidades de los participantes antes de continuar.
- Puede adaptar el tiempo de presentación según sea necesario y dedicar tiempo a las presentaciones si hay caras nuevas o si los miembros del grupo aún no se conocen.



Guion de ejemplo

“Recordemos quiénes están en la sala. Como muchos de nosotros ya nos conocemos, no vamos a hacer presentaciones formales hoy. **¿Cómo se sienten hoy?** Comenten en el chat cómo se encuentran”.

3. Resumen de la última sesión y video de esta sesión



10 minutos



Diapositiva 5: Pensar en la última sesión



Notas del moderador:

- Recuerde a la audiencia la sesión anterior: La ciencia básica de los virus y cómo hablar de esos conceptos y explicarlos.
- Usando una herramienta como el chat del seminario web o la encuesta, o simplemente llamando a voluntarios, pida a los participantes que compartan si utilizaron sus analogías.
 - ▶ No necesita las respuestas de todos.
 - ▶ Espere y confirme las respuestas de los participantes.
- Presente el tema del episodio del video de hoy.



Guion de ejemplo

“La última vez, hablamos sobre los virus y cómo explicar algunos de los conceptos a los demás. **¿Alguien encontró una manera de usar estas analogías en el trabajo? ¿Alguien tuvo otras conversaciones sobre el control de infecciones que le gustaría informar? ¿Alguien quiere compartir un mensaje clave de la última vez que se destaque en su memoria?**

[después de que los participantes respondan]

“Hoy vamos a hablar sobre algo que ha sido un tema candente desde que surgió el COVID-19 por primera vez: las gotitas respiratorias. **De qué aplicaciones se trata? ¿Cómo propagan el COVID-19?** Sabemos lo importantes que son estas preguntas y, a veces, es difícil explicar estas ideas a los demás”.



Diapositiva 6



Video: *Dentro del control de infecciones por el Proyecto Firstline de los CDC*



Notas del moderador:

Reproducir video [¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?](#) (5:07 min)



Guion de ejemplo

“Veamos si la Dra. Carlson tiene algún consejo”.

4. Análisis



15 minutos



Diapositiva 7: Imagen



Notas del moderador:

- Invite a la audiencia a pensar en cómo las gotitas respiratorias son parte de su vida cotidiana y su vida laboral.
- Vincule las gotitas respiratorias con la importancia de la protección respiratoria.



Guion de ejemplo

“Antes de analizar cómo se aplican las gotitas respiratorias a su vida laboral, ¿cuántos de ustedes han visto imágenes como esta? Cuando miramos fotos como esta, es fácil entender por qué estas pequeñas gotitas son importantes y por qué nos preocupamos por evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás.”



Diapositiva 8: ¿Qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?



Notas del moderador:

Pídale a la audiencia que describa la protección respiratoria en el trabajo.

- Espere las respuestas.
- Afirme las respuestas correctas y aliente al grupo a pensar más allá de solo usar mascarillas.
 - ▶ Si corresponde, use esta conversación para reforzar la importancia de que el personal use mascarillas en todo momento, incluso en áreas que no sean de atención al paciente.
- Según sea necesario, puede usar la siguiente lista para ayudar a generar una lista completa de respuestas:
 - ▶ Mantener la distancia física entre las personas.
 - ▶ Usar barreras plásticas.
 - ▶ Programar las citas de los pacientes para reducir la cantidad de personas que están en el centro a la vez.
 - ▶ Pedirles a los pacientes que esperen una llamada telefónica antes de ingresar al centro para su cita.
 - ▶ Reducir la cantidad de visitantes permitidos.
 - ▶ Limitar la cantidad de personal en los consultorios, las salas de personal, etc.
 - ▶ Usar salas, consultorios clínicos, etc. separados para las personas con sospecha o confirmación de COVID-19.
 - ▶ Aumentar el flujo de aire en los espacios de la clínica para eliminar las gotitas respiratorias más rápido.
 - ▶ Todas las personas deben usar mascarillas para evitar que las gotitas entren en el aire.
 - ▶ Usar respiradores, como los N95, para evitar que las personas respiren las gotitas.



Guion de ejemplo

“Entonces, ¿qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?”



Diapositiva 9: ¿Estrategias fáciles o difíciles?



Notas del moderador:

- Pídale a la audiencia que reflexione sobre las estrategias para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás.
- Tenga en cuenta la posibilidad de invitar a los participantes a pensar en cómo se aplica esto a diferentes personas: ¿Es fácil/difícil para el personal? ¿Para los pacientes y las familias?
- Es probable que los participantes resalten que estas estrategias, aunque son fáciles de implementar en teoría, son desafiantes de implementar de manera sistemática.
 - ▶ Si este punto no se plantea, puede agregarlo a la conversación.
- Si hay estrategias que son fáciles de implementar de manera sistemática, investigue este tema para explorar qué las hace fáciles:
 - ▶ ¿Trabajo en equipo por parte del personal?
 - ▶ ¿Políticas que facilitan acciones específicas (p. ej., selección y clasificación lejos de la sala de espera)?
 - ▶ ¿Señalización efectiva u otro refuerzo claro?
- Al analizar estrategias que son desafiantes, como se mencionó anteriormente, asegúrese de explorar los “porqué”: ¿por qué es difícil implementarlas de manera sistemática?
 - ▶ El objetivo es identificar y articular los desafíos sin señalar culpables.
 - ▶ Su rol será apoyar una exploración positiva de estos desafíos y redirigir la conversación si es necesario reformular los pensamientos, mientras se sigue capturando la inquietud subyacente, de manera tal que no se culpe a personas específicas.
- Refuerce las respuestas y establezca conexiones, según corresponda, con los comentarios que otros participantes ya hayan hecho.
- Tome notas durante el debate para recordar los puntos clave.



Guion de ejemplo

“La siguiente pregunta quizás sea más desafiante. **Cuando piensan en ser capaces de implementar estas estrategias de manera constante, ¿cuáles son fáciles y cuáles son difíciles? Hablemos primero de las fáciles, ¿hay algunas que sean fáciles?**”

[Haga una pausa para que los participantes puedan reflexionar].

“**¿Alguien desea responder a esta pregunta? ¿Existen estrategias que sean fáciles de implementar de manera constante?**”

[Espere las respuestas].

“Ahora hablemos sobre las estrategias que son difíciles de implementar de manera constante. **¿A quién le gustaría compartir una idea sobre esto?**”

[Espere las respuestas].

“Gracias, estas son ideas importantes. Me gustaría dedicar un tiempo a identificar las acciones específicas que podemos tomar que pueden abordar algunos de estos desafíos. **¿Cómo podemos encontrar soluciones?**”

5. Juego de interpretación de roles



10 minutos



Diapositiva 10: Juego de interpretación de roles: Cómo encontrar soluciones para los desafíos del control de infecciones



Notas del moderador:

- Al igual que en las sesiones anteriores, utilice las salas de reunión divididas apropiadas para su plataforma para dividir a los participantes en tres grupos. Proporcione a cada grupo una situación por separado:
 - ▶ Grupo uno: Usted forma parte de un centro con una sala de espera y tiene dificultades para hacer que las personas usen mascarillas. ¿Qué cosas puede hacer?
 - ▶ Grupo dos: Nota que los compañeros de trabajo que están sentados demasiado cerca en la sala de personal comen y conversan juntos sin mascarillas.
 - ▶ Grupo tres: Nota que un paciente usa una mascarilla debajo de la nariz de manera constante e indica que es demasiado incómodo usarla sobre la nariz.
- Proporcione los siguientes consejos a todos los grupos:
 - ▶ En su juego de interpretación de roles, asegúrese de integrar los conceptos del video que vimos hoy.
 - ▶ También es posible que desee identificar soluciones más allá del uso de mascarillas únicamente.
- Mientras los grupos trabajan, asegúrese de visitar cada sala de reunión dividida para ver si los participantes tienen preguntas o desean ayuda para generar ideas.



Guion de ejemplo

“Vamos a examinar algunas situaciones específicas en grupos pequeños. Cada uno de ustedes recibirá una situación que muestra un desafío realista de la atención médica. En sus grupos, me gustaría que crearan estrategias sobre cómo abordarían este desafío si ocurriera en la vida real. Su objetivo debe ser rectificar la situación mientras “mantienen la paz” con todas las personas involucradas. En grupos, dediquen un poco de tiempo a la lluvia de ideas y luego me gustaría que desarrollen una representación breve que ilustre sus soluciones en la práctica. Aunque estamos en línea y no podemos usar objetos de utilería, planifiquen un diálogo breve como si estuvieran en un juego de interpretación de roles de la vida real. Tendrán 10 minutos para trabajar”.

6. Reagrupación y análisis



15 minutos



Diapositiva 11: Vamos a reagruparnos



Notas del moderador:

- Invite a los grupos a que recreen sus interpretaciones de roles.
 - ▶ Asegúrese de que los miembros del grupo desactiven el silencio antes de comenzar.
 - ▶ Aliente a la audiencia a que observe el “problema” y la(s) “solución(es)” ilustrada(s) en la situación.
- Agradezca al grupo e invite a miembros de la audiencia a describir lo que vieron que sucedía en la representación:
 - ▶ ¿Cuál fue el problema que se presentó?
 - ▶ ¿Cuál fue la solución?
- Haga una breve recapitulación con el grupo y la audiencia, y asegúrese de enfatizar las estrategias centrales que se implementaron con éxito.
- Luego, pase a los dos grupos siguientes.
- Pida a los participantes que reflexionen sobre qué estrategias podrían ser relevantes para ellos.
 - ▶ Analicen juntos las formas positivas en las que cada uno de nosotros tiene el poder de intervenir y resolver problemas.
 - ▶ Analice cómo conocer los fundamentos de ciertas estrategias de control de infecciones puede empoderarnos aún más para actuar.



Guion de ejemplo

Vamos a reagruparnos. Tenemos tres situaciones diferentes y estoy ansioso por ver sus cómo interpretan sus roles. **¿Quién quiere comenzar?**

[recreaciones]

“Gracias a todos por estas excelentes interpretaciones. **Al pensar en las tres situaciones, ¿cuáles son algunas estrategias que creen que podrían ser relevantes para sus vidas diarias, para las situaciones de la vida real que enfrentan?**”

[Haga una pausa para esperar las respuestas y luego debatan]

7. Reflexión y conclusión



5 minutos



Diapositiva 12: Reflexiones



Notas del moderador:

- Aliente a la audiencia a pensar en cómo pueden usar este conocimiento en el trabajo.
- Pídale a la audiencia que tome nota de sus ideas y pasos a seguir que puedan tomar o reforzar.
- Pídale a la audiencia que reflexione sobre cómo las situaciones de las interpretaciones de roles pueden relacionarse con ellos y sus trabajos.



Guion de ejemplo

“Hoy llegamos al final de nuestro tiempo y cubrimos mucho. También tenemos mucho que cubrir la próxima, cuando comencemos a analizar cómo los virus se propagan de las superficies a las personas. Antes de cerrar, me gustaría alentar a cada uno de ustedes a reflexionar por un momento sobre su propio trabajo y cómo pueden promover positivamente la protección contra las gotitas respiratorias en el trabajo. Voy a hacer una pausa de 60 segundos e invitarlos a escribir algunas medidas de acción que podrían tomar, o que ya toman y que les gustaría afirmar. Piensen en cómo estos juegos de roles pueden aplicarse a ustedes y en sus interacciones diarias con los demás.

[Otorgue a los participantes un minuto completo para reflexionar].

“Continuaremos tomándonos este momento al final de cada sección, porque es importante seguir pensando en cómo cada uno de nosotros podemos sentirnos empoderados para actuar por nuestra propia salud y la salud de los demás”.



Diapositiva 13: Mensajes clave



Notas del moderador:

- Reforzar mensajes clave.
 - ▶ Esté listo para agregar a la lista, según sea necesario.



Guion de ejemplo

“Espero que hayan disfrutado la conversación de hoy. He capturado algunos mensajes para llevar a casa aquí, los cuales pueden revisar cuando lo deseen después de la sesión de hoy”.



Diapositiva 14: Recursos y sesiones de capacitación futuras



Notas del moderador:

- Haga una visualización previa de la próxima sesión.
- Agregue detalles a esta diapositiva para los participantes sobre la próxima sesión de capacitación (fecha, hora, ubicación/URL).



Guion de ejemplo

“La próxima vez, comenzaremos a hablar sobre cómo los virus se propagan de las superficies a las personas.

“Mientras tanto, pueden seguir explorando estos temas por su cuenta, usando los recursos de esta diapositiva. También, pueden seguirnos en las redes sociales”.



Diapositiva 15: Formulario de comentarios



Notas del moderador:

- Recopile comentarios.
- Distribuya digitalmente el formulario de comentarios a través de un medio de su elección (encuesta en línea, formulario para completar para que se lo devuelvan, etc.).
- Informe a los participantes que está disponible para responder preguntas o hacer un análisis más a fondo según sea necesario.
 - ▶ Comparta con ellos la mejor manera de comunicarse con usted (p. ej., quedarse después de que finaliza la sesión, o llamarlo o enviarle un correo electrónico).



Guion de ejemplo

“Y finalmente, hágannos saber si disfrutaron la sesión de hoy completando el siguiente formulario de comentarios. Gracias nuevamente por acompañarnos hoy”.

Después de la sesión

Envíe la lista de preguntas de los participantes recopiladas durante esta sesión a:

ProjectFirstline@cdc.gov.



Plan de sesión de 20 minutos

1. Inicio de la sesión y programa



Diapositiva 1: Diapositiva inicial



Diapositivas 2 y 3: Programa y objetivos de aprendizaje



Notas del moderador:

- Bienvenido
- Recordatorio de los temas de la última sesión
- Descripción general de los objetivos y temas de esta sesión



Guion de ejemplo

“¡Bienvenido! Hoy nos centraremos en el concepto importante de las gotitas respiratorias y cómo propagan el COVID-19.

“La última vez, hablamos sobre los virus y cómo explicar estos conceptos a los demás. Hoy vamos a hablar sobre algo que ha sido un tema candente desde que surgió el COVID-19 por primera vez: las gotitas respiratorias. **De qué aplicaciones se trata? ¿Cómo propagan el COVID-19?** Sabemos lo importantes que son estas preguntas y, a veces, es difícil explicar estas ideas a los demás”.

2. Video



Diapositiva 4



Video: Dentro del control de infecciones por el Proyecto Firstline de los CDC



Notas del moderador:

Reproducir video [¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?](#) (5:07 min)



Guion de ejemplo

“Veamos si la Dra. Carlson tiene algún consejo”.

3. Análisis



Diapositiva 5: Imagen



Notas del moderador:

- Invite a la audiencia a pensar en cómo las gotitas respiratorias son parte de su vida cotidiana y su vida laboral.
- Vincule las gotitas respiratorias con la importancia de la protección respiratoria.



Guion de ejemplo

“Antes de analizar cómo se aplican las gotitas respiratorias a su vida laboral, ¿cuántos de ustedes han visto imágenes como esta? Cuando miramos fotos como esta, es fácil entender por qué estas pequeñas gotitas son importantes y por qué nos preocupamos por evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás.”



Diapositiva 6: ¿Qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?



Notas del moderador:

- Pídale a la audiencia que describa la protección respiratoria en el trabajo.
- Espere las respuestas.
- Afirme las respuestas correctas y aliente al grupo a pensar más allá de solo usar mascarillas.
 - ▶ Si corresponde, use esta conversación para reforzar la importancia de que el personal use mascarillas en todo momento, incluso en áreas que no sean de atención al paciente.
- Según sea necesario, puede usar la siguiente lista para ayudar a generar una lista completa de respuestas:
 - ▶ Mantener la distancia física entre las personas.
 - ▶ Usar barreras plásticas.
 - ▶ Programar las citas de los pacientes para reducir la cantidad de personas que están en el centro a la vez.
 - ▶ Pedirles a los pacientes que esperen una llamada telefónica antes de ingresar al centro para su cita.
 - ▶ Reducir la cantidad de visitantes permitidos.
 - ▶ Limitar la cantidad de personal en los consultorios, las salas de personal, etc.

- ▶ Usar salas, consultorios clínicos, etc. separados para las personas con sospecha o confirmación de COVID-19.
- ▶ Aumentar el flujo de aire en los espacios de la clínica para eliminar las gotitas respiratorias más rápido.
- ▶ Todas las personas deben usar mascarillas para evitar que las gotitas entren en el aire.
- ▶ Usar respiradores, como los N95, para evitar que las personas respiren las gotitas.



Guion de ejemplo

“Entonces, ¿qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?”



Diapositiva 7: ¿Estrategias fáciles o difíciles?



Notas del moderador:

- Pídale a la audiencia que reflexione sobre las estrategias para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás.
- Tenga en cuenta la posibilidad de invitar a los participantes a pensar en cómo se aplica a diferentes personas: ¿Es fácil/difícil para el personal? ¿Para los pacientes y las familias?
- Es probable que los participantes resalten que estas estrategias, aunque son fáciles de implementar en teoría, son desafiantes de implementar de manera sistemática.
 - ▶ Si este punto no se plantea, puede agregarlo a la conversación.
- Si hay estrategias que son fáciles de implementar de manera sistemática, investigue este tema para explorar qué las hace fáciles:
 - ▶ ¿Trabajo en equipo por parte del personal?
 - ▶ ¿Políticas que facilitan acciones específicas (p. ej., selección y clasificación lejos de la sala de espera)?
 - ▶ ¿Señalización efectiva u otro refuerzo claro?
- Al analizar estrategias que son desafiantes, como se mencionó anteriormente, asegúrese de explorar los “porqué”: ¿por qué es difícil implementarlas de manera sistemática?
 - ▶ El objetivo es identificar y articular los desafíos sin señalar culpables.
 - ▶ Su rol será apoyar una exploración positiva de estos desafíos y redirigir la conversación si es necesario reformular los pensamientos, mientras se sigue capturando la inquietud subyacente, de manera tal que no se culpe a personas específicas.
- Refuerce las respuestas y establezca conexiones, según corresponda, con los comentarios que otros participantes ya hayan hecho.
- Tome notas durante el debate para recordar los puntos clave.



Guion de ejemplo

“La siguiente pregunta quizás sea más desafiante. **Cuando piensan en ser capaces de implementar estas estrategias de manera constante, ¿cuáles son fáciles y cuáles son difíciles? Hablemos primero de las fáciles, ¿hay algunas que sean fáciles?**”

[Haga una pausa para que los participantes puedan reflexionar].

“**¿Alguien desea responder a esta pregunta? ¿Existen estrategias que sean fáciles de implementar de manera constante?**”

[Espere las respuestas].

“Ahora hablemos sobre las estrategias que son difíciles de implementar de manera constante. **¿A quién le gustaría compartir una idea sobre esto?**”

[Espere las respuestas].

“Gracias, estas son ideas importantes. Me gustaría dedicar un tiempo a identificar las acciones específicas que podemos tomar que pueden abordar algunos de estos desafíos. **¿Cómo podemos encontrar soluciones?**”

4. Reflexión y conclusión



Diapositiva 8: Reflexiones



Notas del moderador:

- Aliente a la audiencia a pensar en cómo pueden usar este conocimiento en el trabajo.
- Pídale a la audiencia que tome nota de sus ideas y pasos a seguir que puedan tomar o reforzar.



Guion de ejemplo

“Hoy llegamos al final de nuestro tiempo y cubrimos mucho en poco tiempo. Antes de cerrar, me gustaría alentar a cada uno de ustedes a reflexionar por un momento sobre su propio trabajo y cómo pueden promover positivamente la protección contra las gotitas respiratorias en el trabajo. Voy a hacer una pausa de 60 segundos e invitarlos a escribir algunas medidas de acción que podrían tomar, o que ya toman y que les gustaría afirmar.”

[Otorgue a los participantes un minuto completo para reflexionar].

“Continuaremos tomándonos este momento al final de cada sección, porque es importante seguir pensando en cómo cada uno de nosotros podemos sentirnos empoderados para actuar por nuestra propia salud y la salud de los demás”.



Diapositiva 9: Mensajes clave



Notas del moderador:

- Reforzar mensajes clave.
 - ▶ Esté listo para agregar a la lista, según sea necesario.



Guion de ejemplo

“Espero que hayan disfrutado la conversación de hoy. He capturado algunos mensajes para llevar a casa aquí, los cuales pueden revisar cuando lo deseen después de la sesión de hoy”.



Diapositiva 10: Recursos y sesiones de capacitación futuras



Notas del moderador:

- Vista previa de la próxima sesión.
- Agregue detalles a esta diapositiva para los participantes sobre la próxima sesión de capacitación (fecha, hora, ubicación/URL).



Guion de ejemplo

“La próxima vez, comenzaremos a hablar sobre cómo los virus se propagan de las superficies a las personas.

“Mientras tanto, pueden seguir explorando estos temas por su cuenta, usando los recursos de esta diapositiva. También, pueden seguirnos en las redes sociales”.



Diapositiva 11: Formulario de comentarios



Notas del moderador:

- Recopile comentarios.
- Distribuya digitalmente el formulario de comentarios a través de un medio de su elección (encuesta en línea, formulario para completar para que se lo devuelvan, etc.).
- Informe a los participantes que está disponible para responder preguntas o hacer un análisis más a fondo según sea necesario.
 - ▶ Comparta con ellos la mejor manera de comunicarse con usted (p. ej., quedarse después de que finaliza la sesión, o llamarlo o enviarle un correo electrónico).



Guion de ejemplo

“Y finalmente, hágannos saber si disfrutaron la sesión de hoy completando el siguiente formulario de comentarios. Gracias nuevamente por acompañarnos hoy”.

Después de la sesión

Envíe la lista de preguntas de los participantes recopiladas durante esta sesión a:
ProjectFirstline@cdc.gov.



Plan de sesión de 10 minutos

1. Inicio de la sesión y programa



Diapositiva 1: Diapositiva inicial



Diapositivas 2 y 3: Programa y objetivos de aprendizaje



Notas del moderador:

- Bienvenido
- Recordatorio de los temas de la última sesión
- Descripción general de los objetivos y temas de esta sesión



Guion de ejemplo

“¡Bienvenido! Hoy nos centraremos en el concepto importante de las gotitas respiratorias y cómo propagan el COVID-19.

“La última vez, hablamos sobre los virus y cómo explicar estos conceptos a los demás. Hoy vamos a hablar sobre algo que ha sido un tema candente desde que surgió el COVID-19 por primera vez: las gotitas respiratorias. **De qué aplicaciones se trata? ¿Cómo propagan el COVID-19?** Sabemos lo importantes que son estas preguntas y, a veces, es difícil explicar estas ideas a los demás”.

2. Video



Diapositiva 4



Video: *Dentro del control de infecciones por el Proyecto Firstline de los CDC*



Notas del moderador:

Reproducir video [¿Qué es una gotita respiratoria? ¿Por qué es importante?](#) (5:07 min)



Guion de ejemplo

“Veamos si la Dra. Carlson tiene algún consejo”.

3. Análisis



Diapositiva 5: Imagen



Notas del moderador:

- Invite a la audiencia a pensar en cómo las gotitas respiratorias son parte de su vida cotidiana y su vida laboral.
- Vincule las gotitas respiratorias con la importancia de la protección respiratoria.



Guion de ejemplo

“Antes de analizar cómo se aplican las gotitas respiratorias a su vida laboral, ¿cuántos de ustedes han visto imágenes como esta? Cuando miramos fotos como esta, es fácil entender por qué estas pequeñas gotitas son importantes y por qué nos preocupamos por evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás.”



Diapositiva 6: ¿Qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?



Notas del moderador:

- Pídale a la audiencia que describa la protección respiratoria en el trabajo.
- Espere las respuestas.
- Afirme las respuestas correctas y aliente al grupo a pensar más allá de solo usar mascarillas.
 - ▶ Si corresponde, use esta conversación para reforzar la importancia de que el personal use mascarillas en todo momento, incluso en áreas que no sean de atención al paciente.

Según sea necesario, puede usar la siguiente lista para ayudar a generar una lista completa de respuestas:

- Mantener la distancia física entre las personas.
- Usar barreras plásticas.
- Programar las citas de los pacientes para reducir la cantidad de personas que están en el centro a la vez.
- Pedirles a los pacientes que esperen una llamada telefónica antes de ingresar al centro para su cita.
- Reducir la cantidad de visitantes permitidos.
- Limitar la cantidad de personal en los consultorios, las salas de personal, etc.
- Usar salas, consultorios clínicos, etc. separados para las personas con sospecha o confirmación de COVID-19.
- Aumentar el flujo de aire en los espacios de la clínica para eliminar las gotitas respiratorias más rápido.
- Todas las personas deben usar mascarillas para evitar que las gotitas entren en el aire.
- Usar respiradores, como los N95, para evitar que las personas respiren las gotitas.



Guion de ejemplo

“Entonces, ¿qué está haciendo su centro para evitar que las personas respiren las gotitas respiratorias de los demás?”

[Después de las respuestas]

“Algunas de estas estrategias son fáciles de implementar y otras son mucho más difíciles”.

4. Reflexión y conclusión



Diapositiva 7: Reflexiones



Notas del moderador:

- Aliente a la audiencia a pensar en cómo pueden usar este conocimiento en el trabajo.
- Pídale a la audiencia que tome nota de sus ideas y pasos a seguir que puedan tomar o reforzar.



Guion de ejemplo

“Piense en su propio rol en la promoción de las estrategias que acabamos de analizar en su centro. Antes de cerrar, me gustaría alentar a cada uno de ustedes a reflexionar por un momento sobre su propio trabajo y cómo pueden promover positivamente la protección contra las gotitas respiratorias en el trabajo. Voy a hacer una pausa de 60 segundos e invitarlos a escribir algunas medidas de acción que podrían tomar, o que ya toman y que les gustaría afirmar.

[Otorgue a los participantes un minuto completo para reflexionar].

“Continuaremos tomándonos este momento al final de cada sección, porque es importante seguir pensando en cómo cada uno de nosotros podemos sentirnos empoderados para actuar por nuestra propia salud y la salud de los demás”.



Diapositiva 8: Mensajes clave



Notas del moderador:

- Reforzar mensajes clave.
 - ▶ Esté listo para agregar a la lista, según sea necesario.



Guion de ejemplo

“Espero que hayan disfrutado la conversación de hoy. He capturado algunos mensajes para llevar a casa aquí, los cuales pueden revisar cuando lo deseen después de la sesión de hoy”.



Diapositiva 9: Recursos y sesiones de capacitación futuras



Notas del moderador:

- Vista previa de la próxima sesión.
- Agregue detalles a esta diapositiva para los participantes sobre la próxima sesión de capacitación (fecha, hora, ubicación/URL).



Guion de ejemplo

“La próxima vez, comenzaremos a hablar sobre cómo los virus se propagan de las superficies a las personas.

“Mientras tanto, pueden seguir explorando estos temas por su cuenta, usando los recursos de esta diapositiva. También, pueden seguirnos en las redes sociales”.



Diapositiva 10: Formulario de comentarios



Notas del moderador:

- Recopile comentarios.
- Distribuya digitalmente el formulario de comentarios a través de un medio de su elección (encuesta en línea, formulario para completar para que se lo devuelvan, etc.).
- Informe a los participantes que está disponible para responder preguntas o hacer un análisis más a fondo según sea necesario
 - ▶ Comparta con ellos la mejor manera de comunicarse con usted (p. ej., quedarse después de que finaliza la sesión, o llamarlo o enviarle un correo electrónico).



Guion de ejemplo

“Y finalmente, hágannos saber si disfrutaron la sesión de hoy completando el siguiente formulario de comentarios. Gracias nuevamente por acompañarnos hoy”.

Después de la sesión

Envíe la lista de preguntas de los participantes recopiladas durante esta sesión a:

ProjectFirstline@cdc.gov.



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