



# Atención en colaboración

## Cuidamos juntos

Un paquete informativo para visitantes y voluntarios  
de atención residencial para adultos mayores



Australian Government

Aged Care Quality and Safety Commission

Engage  
Empower  
Safeguard



# Índice

Su seguridad y la del adulto mayor	
a quien visita	<b>3</b>
La higiene de las manos	<b>6</b>
El uso de la mascarilla	<b>9</b>
Consejos para el uso de EPI	<b>13</b>
Cómo reducir la propagación de infecciones durante un brote	<b>14</b>
Lista de control: Visita a una residencia para adultos mayores durante un brote	<b>17</b>
¿Qué es el programa Atención en colaboración (Partnerships in care)?	<b>21</b>
Declaración	<b>23</b>



# Su seguridad y la del adulto mayor a quien visita

La Comisión de Calidad y Seguridad para Adultos Mayores (Aged Care Quality and Safety Commission) ha desarrollado recursos para ayudar a los familiares y amigos cercanos a mantener la conexión social y su importante relación de atención con las personas que viven en hogares para adultos mayores, incluso durante brotes. Este paquete informativo le ayudará a prevenir la propagación de gérmenes.

## ¿Qué información incluye este paquete?

Este paquete contiene información sobre:

- su seguridad y la de la persona a quien visita
- la higiene de las manos
- el uso de mascarilla
- cómo reducir la propagación de infecciones durante un brote
- visitar una residencia para adultos mayores durante un brote

La Comisión también ha desarrollado módulos de aprendizaje en línea que abarcan la información principal de este material. Puede acceder a los módulos en la [página web de la Comisión](#).

## ¿Por qué son importantes la prevención y el control de las infecciones?

Las personas mayores son algunas de las más vulnerables de nuestra comunidad, en particular en lo que se refiere al impacto de las infecciones y las enfermedades infecciosas. Si visita a alguien en una residencia para adultos mayores, usted debe seguir buenas prácticas de prevención y control de infecciones.

Existen algunas medidas que usted siempre debe tomar cuando visite una residencia para adultos mayores. En algunas ocasiones, usted puede sentirse bien y seguir siendo infecciosos

sin saberlo. Por eso, cada medida que usted tome marcará una gran diferencia y contribuirá a detener la propagación de enfermedades infecciosas, como la gastroenteritis, la gripe y el COVID, para así ayudar a proteger a todos, incluido usted mismo.

## Recuerde:

- Todos desempeñamos un papel importante en la prevención y el control de las infecciones.
- Es importante seguir todas las directrices y los requerimientos de la residencia para adultos mayores. Converse con la residencia para adultos mayores para obtener más información sobre sus requerimientos.
- Las medidas que se toman durante un brote son distintas porque se deben tomar precauciones adicionales. Si la residencia para adultos mayores está respondiendo a un brote, consulte la [lista de control de brotes](#) para obtener más información.
- Todo residente tiene el derecho a mantener sus relaciones sociales, incluso a recibir al menos una visita durante un brote. La hoja informativa de la Comisión [Garantizar el acceso seguro de los visitantes a las residencia para adultos mayores](#) contiene información acerca de los distintos tipos de visitantes a las residencias para adultos mayores y las obligaciones de los proveedores de las residencias para adultos mayores para garantizar el acceso seguro de los visitantes.



## Medidas de seguridad...

### Antes de visitar una residencia para adultos mayores

- Quédese en casa si se siente enfermo.
- Esté al tanto de cualquier alerta de salud pública que pueda afectar su visita
- Conozca las normas de visitas de la residencia para adultos mayores
- Manténgase informado sobre los requisitos de vacunación para las visitas (por ejemplo, COVID y gripe) y tenga su registro de vacunación al día.

### Durante su visita



#### Límpiese las manos

¿Por qué? Los gérmenes pueden propagarse por contacto. Esto ocurre cuando una persona infecciosa toca a una persona o a un objeto y otra persona toca la misma zona. Es posible que usted no sepa si sus manos estuvieron en contacto con gérmenes.

#### Tápese con el antebrazo o un pañuelo desechable cuando tosa o estornude

¿Por qué? Los virus pueden propagarse cuando una persona infecciosa tose o estornuda y las microgotas o los aerosoles se extienden por el aire. Si tosemos hacia nuestras manos, es fácil transferir estos virus a los siguientes objetos que toquemos. Recuerde limpiarse las manos siempre después de utilizar un pañuelo desechable.



## Durante su visita



### Siga las instrucciones

¿Por qué? Al leer los avisos y seguir las indicaciones del personal, usted obtendrá información específica sobre el lugar que visita.



### Use una mascarilla

¿Por qué? El uso de mascarillas y otros equipos de protección individual (EPI) ayuda a reducir el riesgo de que usted u otra persona inhalen o propaguen partículas infectadas al hablar, toser o estornudar.



### Mantenga la distancia (1,5 m) siempre que pueda, sobre todo en presencia de personas enfermas

¿Por qué? Las personas en contacto estrecho corren un alto riesgo de inhalar microgotas o aerosoles infectados de una persona infectada. Debe mantener una distancia de 1,5 m en espacios compartidos, pero no es necesario que la persona a la que usted cuida o acompaña mantenga un distanciamiento social.



### Abra una ventana

¿Por qué? Cuando sea posible, abra una ventana para proporcionar ventilación natural para las partículas infecciosas presentes en el aire. Consulte al personal antes de abrir una ventana.

## Después de su visita



Llame al gerente de la residencia para adultos mayores si usted:

- se siente enfermo, ya que es posible que usted haya sido infeccioso durante su visita
- tiene alguna pregunta o duda.



# La higiene de las manos

**La higiene de las manos se refiere a limpiarse las manos. Forma parte importante de su seguridad y le ayuda a evitar que usted y los demás se enfermen. Debemos limpiarnos las manos al entrar a una residencia para adultos mayores para evitar la propagación de gérmenes.**

Hay 2 formas de limpiarse las manos:

- usar desinfectante de manos
- lavarse las manos.

## ¿Cuándo debo usar desinfectante de manos?

Debe limpiarse las manos con desinfectante:

- al entrar o salir de una residencia para adultos mayores
- antes de entrar a la habitación de un residente
- después de tocar el timbre de la puerta principal, las manillas de las puertas o los pasamanos de escaleras y cualquier otra superficie u objeto de contacto frecuente
- después de salir de la habitación de un residente.



Para ver el video sobre cómo limpiarse las manos con desinfectante, escanee el código QR a la izquierda o escriba el siguiente enlace en su navegador:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-sanitiser-video-partners-care>

## ¿Cuándo debo lavarme las manos?

Debe lavarse las manos con agua y jabón:

- si ha tocado algo que parece sucio
- si tiene las manos visiblemente sucias
- después de ir al baño.



Para ver el video sobre cómo lavarse las manos con agua y jabón, escanee el código QR a la izquierda o escriba el siguiente enlace en su navegador:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-soap-video-partners-care>



## ¿Cómo me limpio las manos con desinfectante?



### 1. Aplique desinfectante de manos

- Aplique desinfectante 1 o 2 veces sobre las manos.
- Asegúrese de que haya suficiente desinfectante para cubrirle las manos.



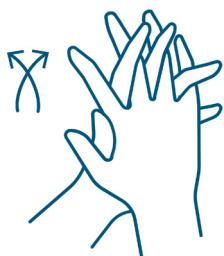
### 2. Frótese las manos

- Junte las palmas de las manos.
- Frote el desinfectante entre sus palmas.



### 3. Frote la parte de atrás de las manos

- Coloque la palma de una mano sobre la parte trasera de la otra.
- Intercale los dedos y frótelos de arriba abajo.
- Haga lo mismo del otro lado.



### 4. Entrelace los dedos

- Junte las palmas.
- Intercale los dedos y frótelos de arriba abajo.

### 5. Frote la parte de atrás de los dedos

- Encoja los dedos de una mano y frótelos en la otra palma con movimientos circulares.
- Haga lo mismo del otro lado.



### 7. Frote las palmas con las yemas de los dedos

- Frote las yemas de los dedos de una mano contra la palma de la otra con movimientos circulares.
- Haga lo mismo del otro lado.

### 8. Frote desinfectante en las muñecas de cada mano

### 9. Permita que el desinfectante se seque con el aire

- No utilice una toalla para secarse las manos.



# ¿Cómo me limpio las manos con agua y jabón?



## 1. Mójese las manos

- Abra el grifo y mójese las manos.
- Mantenga el grifo abierto mientras realice todos los pasos, pero no se enjuague hasta el final.



## 2. Aplique jabón

- Frote las palmas.
- Asegúrese de usar suficiente jabón.
- Cuando se frote las manos debe producir espuma.



## 3. Frote la parte de atrás de las manos

- Coloque la palma de una mano sobre la parte trasera de la otra.
- Intercala los dedos y frótelos de arriba abajo.
- Haga lo mismo del otro lado.



## 4. Entrelace los dedos

- Junte las palmas.
- Intercala los dedos y frótelos de arriba abajo.



## 5. Frote la parte de atrás de los dedos

- Encoja los dedos de una mano y frótelos en la otra palma con movimientos circulares.
- Haga lo mismo del otro lado.



## 7. Frote las palmas con las yemas de los dedos

- Frote las yemas de los dedos de una mano contra la palma de la otra con movimientos circulares.
- Haga lo mismo del otro lado.



## 8. Enjuáguese las manos

- Ponga las manos bajo el agua y quítense todo el jabón.
- Use el codo para cerrar el grifo, si es posible. NO UTILICE LAS MANOS.

## 9. Séquese las manos

- Utilice una toalla desechable limpia para secarse las manos.
- No use una toalla de tela.

Cuando termine de limpiarse las manos, no toque el lavamanos, el grifo o la papelera porque de lo contrario tendrá que volver a limpiarse las manos.



# El uso de la mascarilla

## ¿Por qué debo usar mascarilla?

El uso de la mascarilla es una forma importante de protegerse de las enfermedades. También ayuda a proteger a la persona que usted visita o cuida. Es posible que en la comunidad usted utilice una mascarilla de tela o una quirúrgica. Otros tipos de mascarillas se conocen como respiradores.

Es necesario usar una mascarilla adecuada en las residencias para adultos mayores para evitar la propagación de gérmenes, incluidos virus que causan resfriados, gripe y COVID. Las personas pueden transmitir gérmenes aunque no presenten síntomas.

## ¿Qué mascarilla debo usar?

Para protegerse a sí mismo y a los demás, debe usar una mascarilla quirúrgica o un respirador con filtro de partículas (también conocido como mascarilla PFR, P2 o N95). Las mascarillas de tela no son tan eficaces y no son aptas para su uso en residencias para adultos mayores.

Su mascarilla debe estar ajustada adecuadamente y cubrir tanto la nariz como la boca.

Se recomienda ir bien afeitado (o afeitado al ras) ya que se comprobado que la barba puede dificultar el sellado correcto de la mascarilla en la zona de la nariz y boca. Un sellado inadecuado puede aumentar el riesgo de propagación de gérmenes.





## ¿Con qué frecuencia debo cambiar mi mascarilla?

Las mascarillas quirúrgicas, P2 y N95 NO son reutilizables. Debe usar una mascarilla nueva cada vez que visite una residencia para adultos mayores. La mascarilla durará hasta 4 horas a menos que se moje o dañe. Si la mascarilla se moja o está dañada, debe sustituirla de inmediato.

Si se quita la mascarilla, debe botarla a la basura y utilizar una mascarilla nueva. En caso de brote, las mascarillas usadas deben tirarse en un contenedor especial. El personal le ayudará en esta situación.

Recuerde desinfectarse las manos en cuanto descarte su mascarilla.

## ¿Cómo me pongo la mascarilla quirúrgica?



**Paso 1.** Límpiese las manos con desinfectante.



**Paso 2.** Sujete la mascarilla por las cintas o asas, luego póngase la mascarilla alrededor de la cabeza o coloque las asas detrás de las orejas.



**Paso 3.** Asegúrese de que la mascarilla le cubra la boca y la nariz y que no haya separación entre la cara y la mascarilla y ajuste el adaptador nasal a la nariz.



**Paso 4.** No toque la parte frontal de la mascarilla mientras la tenga puesta.



## ¿Cómo me pongo la mascarilla P2 o N95?



**Paso 1.** Límpiese las manos con desinfectante.



**Paso 2.** Abra la mascarilla de manera que la parte trasera esté hacia arriba. Abra los paneles y afloje las cintas. Hay una cinta de metal en la parte de arriba de la mascarilla. Es el adaptador nasal. Dóblela ligeramente en forma de pico.



**Paso 3.** Sujete la mascarilla con las manos ahuecadas y con las cintas detrás de los dedos.



**Paso 4.** Coloque la mascarilla en la cara, por debajo de la barbilla y con el adaptador sobre el puente nasal.



**Paso 5.** Con una mano en la parte exterior de la mascarilla, pase la cinta inferior por encima de la cabeza. Coloque la cinta en la parte inferior del cuello y por debajo de las orejas.



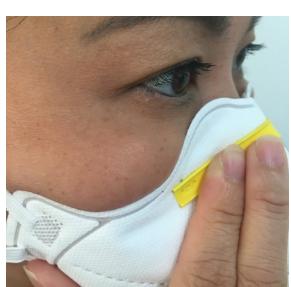
**Paso 6.** Pase la cinta superior y colóquela en la parte de arriba de la cabeza.



**Paso 7.** Ajuste las cintas. Las cintas no deben estar torcidas.



**Paso 8.** Ajuste la mascarilla a la mejilla y la barbilla.



**Paso 9.** Siempre use ambas manos para ajustar y moldear el adaptador a la forma de su puente nasal al empujar la pieza de metal en el sentido de la cara.



**Paso 10.** Desplace los dedos por el metal en ambos lados de la nariz.



**Paso 11.** Asegúrese de que el vello facial, el cabello y los pendientes no estén debajo de la mascarilla.



**Paso 12.** Presiónela sobre la cara, mejilla y nariz.



Para ver el video sobre cómo ponerse una mascarilla P2 o N95 y comprobar si le sirve, escanee el código QR a la izquierda o escriba el siguiente enlace en su navegador: <https://www.agedcarequality.gov.au/resources/wearing-mask-video-partners-care>

## ¿Cómo compruebo si la mascarilla P2 o N95 me sirve?



**Paso 1.** Coloque las manos suavemente en el borde de la mascarilla.



**Paso 2.** Respire hondo y mantenga la respiración por unos segundos para asegurarse de que la mascarilla se hunda hacia adentro.



**Paso 3.** Exhale, asegúrese de que la mascarilla se abulte y compruebe si hay fuga de aire.

Es importante que su mascarilla le sirva para que pueda impedir el ingreso de virus al respirar. Para comprobar que la mascarilla le sirva:

- coloque las manos suavemente en el borde exterior de la mascarilla para realizar los dos pasos siguientes y comprobar si hay alguna fuga de aire por los costados o la parte superior de la mascarilla.
- **PASO 1:** respire hondo y compruebe que la mascarilla se hunda hacia adentro
- **PASO 2:** exhale y compruebe que la mascarilla se abulte hacia afuera
- si se escapa el aire por los costados de la mascarilla. Vuelva a colocársela, ajuste el adaptador nasal y la cinta elástica
- si se escapa el aire por la zona de la nariz. Vuelva a ajustar el adaptador nasal hasta que se selle de manera hermética.

Si no puede ajustar la mascarilla, pídale ayuda a alguien de la residencia para adultos mayores. Le podrán ayudar a comprobar las cintas y ver si hay algo (por ejemplo, pendientes o cabello) en los bordes de la mascarilla.

Si necesita ajustar su mascarilla mientras está comprobando que le sirva, debe volver a comprobar si le sirve una vez que la haya ajustado. Si no le sirve o no logra ajustarla de manera adecuada, pruebe con otro tipo de mascarilla. Cada rostro tiene una forma distinta y algunas mascarillas funcionan mejor con ciertos tipos de rostros que otras.



# Consejos para el uso del EPI

- Las mascarillas pueden quedar apretadas o ser incómodas. Pida al personal que compruebe si su mascarilla esté bien puesta. Las cintas no deben estar arrugadas ni dobladas. Los bordes de la mascarilla no deben estar arrugados, enrollados ni doblados sobre la piel.
- Hidrate la piel del rostro antes y después de utilizar una mascarilla durante su visita.
- Recoja o aparte el cabello antes de ponerse el EPI. No meta las manos con guantes debajo del protector facial para apartar el cabello de los ojos.
- Para lograr que la mascarilla se selle bien, usted debe estar bien afeitado o afeitado al ras.
- Antes de colocarse el EPI, piense qué artículos podría necesitar. No introduzca la mano debajo del EPI para acceder a bolsillos o bolsos o para quitarse prendas de vestir mientras tenga puesto el EPI ya que esto resulta en contaminación.





# Cómo reducir la propagación de infecciones durante un brote

El riesgo de infección está presente cada vez que visita una residencia para adultos mayores, pero puede haber riesgos adicionales si usted visita durante un brote o cuando la persona que usted cuida tiene una infección. Cuando visite una residencia para adultos mayores durante un brote de una enfermedad contagiosa como la gastroenteritis o el COVID, debe tomar medidas adicionales para evitar la propagación de infecciones, controlar los riesgos y proteger a todos.

Si desea realizar su visita durante un brote, primero debe tener en cuenta todos los riesgos, lo que incluye su propio estado de salud e inmunidad.

Es importante recordar que las políticas de visitas y control de infecciones en las residencias para adultos mayores pueden cambiar rápidamente en función de los riesgos presentes en cualquier momento. Esté al tanto de los posibles cambios para estar preparado en caso de que haya un brote.



## Requisitos de visita

Las visitas a las residencias para adultos mayores durante un brote deben coordinarse con estas para asegurarse de que estén preparadas para su visita. Esto incluirá asegurarse de que se disponga del EPI y apoyo para usted. Se hará todo lo posible para asegurarse de que usted pueda seguir visitando a la persona a la que cuida.

Antes de su visita, asegúrese de cumplir todos los requisitos de la residencia para adultos mayores. En distintos momentos pueden incluir:

- instrucciones y alertas de salud pública
- requisitos de vacunación (por ejemplo, COVID y gripe)
- prueba rápida de antígenos (RAT, por sus siglas en inglés) u otros requisitos de pruebas, según se indique.
- realizar todos los cursos de capacitación de «atención en colaboración» y específicos de la residencia.

En su primera visita durante un brote, también es posible que el personal le brinde orientación y le muestre las zonas a las que usted puede entrar y a las que no puede ingresar y se asegure de que usted esté usando el EPI de manera correcta y segura.

Recuerde: Si se siente enfermo, quédese en casa y no vaya al servicio de atención para adultos mayores.



## Recuerde la higiene de las manos

Debe mantener las manos limpias. Compruebe lo siguiente:

- ¿está utilizando la técnica correcta?
- ¿sabe cuándo lavarse y cuándo desinfectarse las manos?
- ¿se está limpiando las manos cuando es necesario? Por ejemplo, antes de entrar y después de salir de la habitación de la persona que usted visita.



## Tenga en cuenta a quienes le rodean

¿Piensa en quiénes le rodean? Recuerde:

- mantenga 1,5 m de distancia con los demás cuando sea posible
- conozca las restricciones sobre el número de personas que pueden estar en una zona en particular.

La residencia para adultos mayores se dividirá en zonas distintas según el riesgo. Sepa a qué zonas puede y no puede entrar en la residencia y respete las normas.



## Use el EPI requerido

El equipo de protección individual o EPI incluye mascarillas, batas, guantes y protección ocular.

La residencia para adultos mayores puede pedirle que usted use EPI para reducir el riesgo de infectarse y transmitir gérmenes.

Si ocurre un brote, deben usarse mascarillas con un nivel de protección más alto, denominadas mascarillas P2 o N95. Cuando se quite la mascarilla, debe descartarla de manera adecuada y desinfectarse las manos.

Es posible que le pidan que use EPI adicional durante su visita cuando:

- la persona a la que visita se encuentra enferma y está a la espera del resultado de una prueba
- la persona a la que visita es un contacto de alto riesgo y es posible que tenga una infección
- hay un brote en la residencia para adultos mayores.

Durante un brote, esto puede incluir el uso de:

- mascarillas P2 o N95 con un nivel de protección más alto. Cuando se quite la mascarilla, debe deshacerse de ella de manera adecuada y desinfectarse las manos.
- protección ocular, como gafas de seguridad, gafas protectoras o protectores faciales (recuerde: las gafas graduadas no le proporcionarán la protección adecuada)
- batas
- guantes.



## Siga todas las instrucciones

Es importante que usted siga todas las instrucciones de la residencia para adultos mayores, incluido el acceso al edificio y los movimientos dentro de este.

En un brote, sus movimientos estarán limitados a zonas específicas dentro de la residencia para adultos mayores, lo que significa que:

- su acceso puede estar restringido a determinadas zonas
- tendrá que cambiarse el EPI si cruza una zona para acceder a instalaciones como los baños.

Durante un brote, los horarios de visita y cualquier acuerdo existente pueden cambiar. Para mantener su seguridad y la de la persona a la que cuida, el personal le informará si su visita está limitada a la habitación de la persona, en función del nivel de riesgo.



## Otros cambios

Es posible que haya otros cambios durante un brote que incluyen:

## Una mayor limpieza

Es posible que las superficies comunes, como las barandas de las camas, los interruptores de luz y los pasamanos, al igual que las habitaciones, deban limpiarse con mayor regularidad.

## Cambios en las comidas

Es posible que las comidas se preparen en un lugar distinto y que la persona que usted cuida tenga que comer en su habitación. También es posible que se cambie la vajilla habitual por artículos desechables.

## Un mayor control

Puede haber un mayor control de la salud y el bienestar de todos los residentes. Puede incluir revisar con regularidad la temperatura, respiración y otros cambios en el estado de los residentes y en cómo se sienten.

## Personal

Es posible que se disponga de personal diferente o nuevo para ayudar de manera temporal con los servicios de atención y apoyo. Esto puede deberse a que el personal habitual esté en aislamiento en casa.

Por favor, comprenda que estos cambios están diseñados para proteger a los residentes y al personal. Serán temporales.



## Protéjase usted y proteja a los demás

Piense en cómo usted puede seguir visitando a la persona que cuida y, a su vez, estar protegido. Piense también en las medidas que puede tomar para ayudar a evitar que otras personas se infecten. La siguiente lista de control para visitar una residencia para adultos mayores durante un brote contiene las medidas que usted puede adoptar para gestionar los riesgos que corre usted y los demás.

## Apoyo disponible:

Si tiene alguna duda, llame al gerente de la residencia para adultos mayores.

Si necesita más información, llame a:

My Aged Care **1800 200 422** o  
[www.myagedcare.gov.au](http://www.myagedcare.gov.au)

Línea directa nacional sobre Coronavirus  
al **1800 020 080**



# Lista de control: Visita a una residencia para adultos mayores durante un brote

**Esta lista de control contiene las medidas prácticas que usted puede tomar para gestionar los riesgos para usted y los demás cuando visite una residencia para adultos mayores durante un brote.**

## Antes de su visita

¿Qué?	¿Por qué?
Higiene de las manos: practique limpiarse las manos con confianza con desinfectante o con agua y jabón.	Limpiarse las manos de manera correcta es muy importante para protegerse de los gérmenes y no contagiar a los demás.
Converse con el personal de la residencia para adultos mayores sobre el momento en el que hará su primera visita.	El personal estará a su disposición para proporcionarle orientación sobre la residencia para adultos mayores y explicarle a qué zonas puede acceder. También le explicarán qué EPI debe usar, le ayudarán a ponérselo y quitárselo y responderán sus preguntas.
Tenga en cuenta que su visita se limitará a una zona específica de la residencia para adultos mayores, como la habitación de la persona que usted cuida.	Así se reducirá el riesgo de propagación de la infección en la residencia.
Consulte con el personal qué EPI debe usar. Si no ha usado EPI antes, es posible que le tome un tiempo acostumbrarse a él, por lo que tal vez desee programar una vista más corta.	El EPI ayudará a reducir el riesgo de infectarse y transmitir gérmenes.
Asegúrese de que sus vacunas contra el COVID y la gripe estén al día y de tener a la mano sus certificados de vacunación en caso de que deba mostrarlos.	La vacunación es una manera importante de protegerse contra la infección y enfermedad y de evitar transmitir la infección a otras personas.



### El día de la visita: Antes de salir de casa

¿Qué?	¿Por qué?
Cancele su visita si no se siente bien o tiene síntomas como tos o estornudos.	Si está enfermo y visita una residencia para adultos mayores, aumenta el riesgo de introducir más infecciones en la residencia.
Use ropa cómoda.	El uso de EPI (como batas) puede resultar caluroso e incómodo. El EPI también puede engancharse en prendas o joyas.
No use ropa que resulte demasiado calurosa o fría bajo el EPI. Evite ropa que puede desprenderse o despegarse al quitarse la bata (por ejemplo, pendientes).	
Las gafas graduadas pueden empañarse cuando use el EPI.	Puede comprar toallas antivaho en la farmacia o en una consulta de optometría para reducir el empañamiento. Esto le ayudará a mejorar su vista cuando use el EPI.
Tenga previsto llevar solamente artículos esenciales a la residencia para adultos mayores para que no se lleve a su casa objetos que hayan estado en contacto con gérmenes.	Los objetos que se introducen en cada zona de una residencia para adultos mayores durante un brote no pueden salir de esa zona a menos que se hayan limpiado o desinfectado. Si usted suele usar un bolso de mano, consulte al personal si le permitirán ingresar a la zona del residente. Tal vez no será posible debido al riesgo de infección.
Si suele usar joyas, como pendientes o relojes, piense en la posibilidad de dejarlas en casa.	Algunos artículos como alimentos o libros que usted traiga para el residente se quedarán con el residente.
No podrá utilizar botellas personales para bebidas mientras esté en la habitación del residente.	Si usted tiene previsto traer dispositivos como tabletas u ordenadores portátiles a la habitación del residente y desea llevárselos consigo al final de la visita, consulte antes con el personal si está permitido y si pueden ayudarle con la limpieza y desinfección al inicio y al final de la visita.
Se le recomienda comer y beber algo antes de salir de su casa.	No se puede comer ni beber de manera segura sin quitarse la mascarilla una vez que ingrese a la habitación del residente.
Planifique llevar comida o refrigerios que la persona a la que cuida pueda consumir sin peligro.	Aunque no debería compartir los alimentos con la persona que cuida, esa persona los puede comer sin problema ni peligro durante su visita.
Vaya al baño antes del inicio de la visita.	Tal vez no pueda usar el baño de la habitación del residente durante la visita. Es posible que use otro baño en la residencia para adultos mayores, pero tendrá que quitarse todo el EPI y ponerse otro nuevo.



### El día de la visita: Visita a la persona que usted cuida

¿Qué?	¿Por qué?
Siga las instrucciones y responda cualquier pregunta sobre síntomas.	Esto forma parte de los procedimientos de la residencia para adultos mayores para reducir el ingreso de nuevas infecciones a la residencia.
Muestre sus documentos de vacunación si se los solicitan. El personal también le indicará si usted necesita someterse a una prueba rápida de antígenos (RAT, por sus siglas en inglés).	
El personal de la residencia para adultos mayores le ayudará y dará consejos sobre el control de infecciones y el EPI. Se requiere de mucha práctica y experiencia para ponerse y quitarse el EPI de manera segura.	Es posible que el control de infección y uso de EPI sean aspectos nuevos para usted. Por seguridad, el personal puede ayudarle y mostrarle qué hacer, incluido cómo utilizar el EPI, antes de que usted entre a la zona o la habitación del residente.
Antes de colocarse el EPI, piense qué artículos podría necesitar. No introduzca la mano debajo del EPI para acceder a bolsillos o bolsos o para quitarse prendas de vestir mientras tenga puesto el EPI.	Una vez que se ponga el EPI, las prendas exteriores podrían contaminarse. No debe meter la mano bajo la bata o mascarilla por ningún motivo, ni siquiera para agarrar un teléfono u objeto de un bolsillo porque corre el riesgo de infección.
Es posible que cambien los tipos de actividades que puede compartir con el residente durante un brote. Recomendaciones para una visita segura:	Si lo hace, tendrá que quitarse el EPI que lleva puesto, desecharlo de manera segura en los contenedores correctos y limpiarse las manos con desinfectante antes de ponerse un nuevo EPI.
<ul style="list-style-type: none"><li>• puede sentarse junto al residente que visita (no es necesario mantener una distancia de 1,5 m)</li><li>• puede seguir ayudándole con actividades como cepillarle el cabello y los dientes, comer, hidratarse y otras cosas que hace que el residente se sienta cómodo.</li><li>• no debe besar al residente (no debe quitarse la mascarilla)</li><li>• si utiliza un ordenador portátil o un dispositivo, solo usted debe tocar el dispositivo (no debe compartirlo).</li><li>• Evite tocar cualquier cosa mientras se mueve por la residencia hacia la habitación de la persona a quien cuida.</li></ul>	Consulte con el personal qué actividades pueden realizarse de manera segura. Puede haber zonas exteriores adecuadas para las actividades o para cambiar de panorama.



### El día de la visita: Al final de la visita

¿Qué?	¿Por qué?
<p>Cuando se quite el EPI, es importante hacerlo correctamente y colocarlo en los contenedores adecuados para residuos infecciosos. El personal puede asistirle. Recuerde lavarse las manos con agua y jabón luego de quitarse el EPI.</p>	<p>Quitarse el EPI es la parte más compleja. Es importante hacerlo de manera correcta porque de lo contrario existe el riesgo de contraer una infección del EPI contaminado.</p>
<p>Si trajo algún artículo a la habitación del residente y desea volver a sacarlo, el objeto debe limpiarse y desinfectarse con cuidado.</p>	<p>El personal le enseñará cómo hacerlo. La residencia para adultos mayores le proporcionará toallines con detergente y paños con alcohol para limpiar y desinfectar artículos personales. Debe tener cuidado porque algunos productos químicos pueden dañar las superficies de las pantallas de los dispositivos electrónicos. Es posible que sea necesario consultar las instrucciones del fabricante.</p>

### El día de la visita: Al regresar a casa

¿Qué?	¿Por qué?
<p>Si usted visita una residencia para adultos mayores durante un brote, debe regresar directamente a su casa al final de la visita y cambiarse la ropa que tenía puesta.</p>	<p>Para reducir el riesgo de contaminar el entorno de su hogar, debería lavar la ropa. Puede lavarla junto a otra ropa, con detergente normal y un ciclo de agua caliente.</p>
<p>Al volver a casa, lávese las manos con agua y jabón.</p>	<p>Si se ha limpiado las manos con desinfectante varias veces durante su visita, es posible que tenga las manos pegajosas debido a las capas de desinfectante.</p>
<p>En caso de irritación de la piel por el uso de la mascarilla, use crema humectante y chequee con regularidad.</p>	<p>Usar una crema humectante facial antes y después de utilizar el EPI puede ayudar a reducir la irritación de la piel.</p>
<p>Si se enferma después de la visita, avísele al gerente de la residencia para adultos mayores.</p> <p>¡Cuide su propia salud! Usted es un componente valioso del cuidado y apoyo que se le proporciona a alguien.</p>	<p>Existe la posibilidad de que usted haya estado en la residencia para adultos mayores durante su período de contagio. Es importante que la residencia esté al tanto de ello y tome las medidas correspondientes para proteger a los residentes y al personal.</p>

[Lista de control creada con la colaboración de expertos en la prevención de infecciones del Departamento de la Salud del Estado de Victoria](#)



# ¿Qué es el programa Atención en colaboración (Partnerships in care)?

**El programa Atención en colaboración promueve las relaciones de atención y cuidados que existen entre un residente y sus familiares o amigos cercanos.**

La calidad de vida y el bienestar de nuestros adultos mayores en situación de vulnerabilidad son esenciales. La pandemia nos enseñó la importancia de la continuidad de la atención, así como la manera negativa en la que influye la interrupción de la rutina diaria y las interacciones sociales en el bienestar general de una persona.

Convertirse en un colaborador de atención (también denominado socio) garantiza que los amigos cercanos y los familiares puedan mantener una relación estrecha de apoyo y estar presentes cuando el residente más les necesite. Esto incluye la capacidad de crear acuerdos para visitas adicionales para proporcionar cuidados, apoyo o compañía, incluso en momentos de acceso limitado, como durante un brote.

El tipo de apoyo que usted proporcione como colaborador de atención dependerá de su relación y las necesidades de la persona que cuida. Puede incluir actividades como:

- ayudar a vestirse, cuidarse la boca y los dientes, alistarse y cualquier otro tipo de atención que usted suele proporcionar
- contar historias, compartir comidas o disfrutar de otros pasatiempos
- ayudar a realizar rutinas de ejercicios
- ayudar a visitar lugares específicos de interés.

Es importante indicar que la participación en el programa Atención en colaboración solamente puede ocurrir con el consentimiento del residente del hogar para adultos mayores o su representante.

## ¿Cuáles son los beneficios de ser un socio?

Participar en el programa Atención en colaboración (Partnerships in care) garantiza que:

1. el residente reciba más ayuda en sus rutinas diarias, incluidos los cuidados para adultos mayores, la salud mental, el movimiento físico, la compañía social y las necesidades culturales
2. tenga un acuerdo con el proveedor de servicios de atención a adultos mayores y pueda prestar apoyo adicional a su residente, cuando más lo necesite, con las actividades que sean importantes para su residente
3. pueda reducir los efectos negativos del aislamiento social en la salud y el bienestar general
4. la residencia para adultos mayores conozca las actividades que usted realiza con la persona que cuida. Esto es especialmente importante en los momentos en los que usted no pueda visitar la residencia y permite que se pueda seguir proporcionando el apoyo a su residente en actividades clave como ayudarle a vestirse y comer y brindarle compañía
5. reciba ayuda para aprender o mejorar sus conocimientos acerca de la prevención y el control de infecciones para que pueda visitar a la persona que cuida de la manera más segura posible y así protegerse a sí mismo y a los demás residentes.



## ¿Qué debo hacer para ser socio?

Los socios son identificados por el residente o su representante y son personas que tienen una relación personal estrecha con el residente. Para ser socio, se recomienda que usted:

- vea los videos
- lea toda la información de este paquete
- complete el material relacionado, como los módulos de aprendizaje en línea disponibles en la página web
- realice una inducción con el servicio de atención para adultos mayores

Cuando usted haya revisado toda la información y visto los videos, rellene la declaración de la última página y converse con la residencia para adultos mayores acerca de cualquier requisito específico del programa Atención en colaboración.

## Acuerdo de atención en colaboración

A través del acuerdo de atención en colaboración se pueden formalizar los acuerdos entre el residente y el servicio de atención para adultos mayores. Lo más importante de todo es que el acuerdo ayuda a garantizar la continuidad de los cuidados si el socio no puede visitar al residente, ya que el servicio de atención está informado de las actividades que realiza el socio. Esto ayudará al servicio a determinar cómo apoyarán las actividades críticas en estas circunstancias.

## Un acuerdo de atención en colaboración puede incluir:

- los detalles de las actividades que el socio realiza, incluida la frecuencia con la que visita con motivo de ellas
- requisitos de capacitación, incluidos cursos de IPC e inducción específica de cada lugar
- cuándo se revisará el acuerdo.

[Consulte nuestro acuerdo modelo.](#)

**El tipo de apoyo que puede ofrecer un socio puede cambiar si la residencia para adultos mayores se encuentra en un brote o está sujeta a órdenes de salud pública. Si hay exposición o brote de COVID, la residencia para adultos mayores pondrá en marcha su plan de gestión de brotes. Durante ese tiempo, se debe facilitar acceso lo antes posible para asegurarse de que la persona que usted cuida, y todos los residentes, cuenten con acceso continuo a las visitas.**

# Declaración

Complete y firme para confirmar  
que ha leído todo el material de capacitación.

<b>Su seguridad y la del adulto mayor a quien visita</b>	Sí	No
<b>La higiene de las manos</b>	Sí	No
<b>El uso de la mascarilla</b>	Sí	No
<b>Cómo reducir la propagación de infecciones durante un brote</b>	Sí	No
<b>Visita a una residencia para adultos mayores durante un brote</b>	Sí	No

Firmado:

Fecha:



*La Comisión de Calidad y Seguridad para Adultos Mayores reconoce a los Propietarios Originarios de las tierras de toda Australia y su conexión continua con la tierra, el mar y la comunidad. Rendimos tributo a ellos y a sus culturas y a los ancianos del pasado y del presente.*

Última actualización el 11 de mayo de 2023. Es posible que se produzcan versiones actualizadas con contenido nuevo; visite nuestra página web con regularidad para asegurarse de que acceda a las versiones vigentes. Si desea hacer algún comentario con relación a este material, envíe un correo electrónico a [education@agedcarequality.gov.au](mailto:education@agedcarequality.gov.au).



**Teléfono**

1800 951 822



**Página web**

[agedcarequality.gov.au](http://agedcarequality.gov.au)



**Escriba a**

Aged Care Quality and Safety Commission  
GPO Box 9819, en su ciudad capital