

Prevenirea infecțiilor aparatului respirator în serviciile rezidențiale

Este nevoie de un sat ca să crești un copil.
Este nevoie de un sat ca să sprijini un vârstnic.
Este nevoie de un sat ca să ajuți un om la nevoie.

Satul suntem fiecare dintre noi. Cei indirect implicați care contribuie la sistemul social public, tocmai pentru ca acesta, la rândul lui să aibă grijă de oameni. Și cei direct implicați, care lucrează zi de zi în sistemul de protecție socială.

În România, 13.504 copii cresc în sistemul de servicii rezidențiale, 16.756 de persoane adulte cu dizabilități sunt instituționalizate, iar un total de 785 de centre rezidențiale de îngrijire și asistență reprezintă ACASĂ pentru mii de persoane vârstnice și din alte categorii de persoane vulnerabile.

Capitolul acesta se adresează mai ales oamenilor care își investesc energia, resursele și se implică zilnic pentru a oferi un spațiu sigur pentru sănătatea beneficiarilor din centrele rezidențiale. Astfel de servicii sunt plasa de siguranță a categoriilor cele mai vulnerabile.

La nivel mondial sunt nenumărate studii, ghiduri și cursuri de dezvoltare profesională, care vizează specific centrele rezidențiale și impactul negativ semnificativ mai crescut pe care agenții patogeni transmisibili îl pot genera în astfel de contexte. Conviețuirea în același spațiu a mai multor persoane, de cele mai multe ori vulnerabile, duce implicit și la creșterea anumitor riscuri asociate. De ce tocmai în centrele rezidențiale? Vă invităm să explorați în următoarele pagini.

De reținut!

Mecanismele de prevenție și control a infecțiilor pe care instituția le-a prevăzut și aplicat, pot salva vieți, atât în rândul rezidenților, cât și a angajaților.

Particularitățile serviciilor rezidențiale

Beneficiarii serviciilor sociale sunt predispuși la infecții cauzate de diferiți patogeni (bacterii, virusuri, ciuperci sau paraziți) din cauza mai multor aspecte caracteristice reprezentate în figura din dreapta și detaliate în continuare.



1. Vârsta rezidenților	• Valabil mai ales în cazul centrelor rezidențiale pentru vârstnici, dar și în centrele pentru copii. Odată cu înaintarea în vârstă, abilitatea sistemului imunitar de a ne proteja împotriva infecțiilor poate să scadă semnificativ. Astfel, bariera naturală de protecție a corpului, poate fi slăbită. Cu atât este mai importantă în cazul acesta implementarea metodelor suplimentare de prevenție, cum ar fi vaccinarea împotriva anumitor infecții.
2. Comorbidități și boli cronice	• Comorbiditățile reprezintă prezența simultană a cel puțin două probleme medicale, la aceeași persoană. Condițiile medicale care implică comorbidități sau existența bolilor cronice predispun beneficiarul la a se îmbolnăvi. Și mai mult, din cauza afecțiunilor deja prezente, o posibilă infectare poate duce, cu ușurință, la agravarea condiției medicale. În cazul persoanelor vulnerabile este crucial să acționăm chiar înainte ca boala să fi ajuns la ele.
3. Tratamente medicamentoase	• Anumite medicamente administrate beneficiarilor pot crește posibilitatea de a dezvolta o boală infecțioasă. Mai mult, în cazul infectării, există posibilitatea ca tratamentul pe care beneficiarul deja îl lua să nu fie compatibil cu cel împotriva infecției. În acest caz, întreruperea tratamentului sau imposibilitatea de a administra tratamentul nou pentru infecție, pot diminua șansa de vindecare.
4. Conviețuirea și activitățile de grup	• Un centru rezidențial găzduiește, de obicei, mai multe persoane. Spațiile comune, utilizate de un număr mare de persoane, sau migrarea continuă a angajaților, de la un beneficiar la altul, pot să reprezinte canale de răspândire a infecțiilor. • Beneficiarii participă adesea la activități de grup cu scop de învățare, de relaționare și socializare, de menținere a unui nivel de activitate motrică, cognitivă sau de relaxare. Pentru desfășurarea activităților de grup, mai ales în cazul copiilor, este dificilă respectarea măsurilor de siguranță precum distanțarea sau purtarea măștilor de protecție.
5. Afectarea fizică sau psihologică	• Anumite dizabilități fizice sau psihologice îl limitează pe beneficiar în a fi capabil, ca în mod independent, să se ocupe de igiena personală de bază, precum spălatul și dezinfectatul mâinilor, să facă baie sau să se ocupe de igiena orală, să-și schimbe hainele sau cearșafurile în caz de nevoie. Respectarea igienei este măsura principală de prevenție a infecțiilor. Atunci când beneficiarul nu se poate descurca de unul singur trebuie folosite metode care să suplinească, din exterior, acest deficit. Este valabil și în cazul copiilor mici, care încă nu au deprinderile necesare.
6. Utilizarea aparatelor medicale	• Dependența de anumite aparate medicale invazive sau utilizarea anumitor instrumente medicale, fără respectarea strictă a protocoalelor de sterilizare și igienizare, pot să faciliteze răspândirea infecțiilor.

În ceea ce privește infecțiile respiratorii din cadrul serviciilor rezidențiale, există două repere centrale după care ne putem ghida.

Faza 1: Perioada de platou, în care nu există nicio infecție respiratorie activă în centrul rezidențial

Sănătatea beneficiarilor este una stabilă și normală, exceptând problemele medicale individuale deja cunoscute. Deoarece nu există probleme manifeste la acel moment, este foarte dificil să luăm în considerare că în viitor condițiile se pot schimba, poate chiar în rău. Neluând în calcul un scenariu de apariție a unei infecții, cel mai probabil, nu vom aduce schimbări și nu vom îmbunătăți nivelul siguranței medicale în centrul rezidențial.

Totuși, cel mai important în perioada aceasta este să aplicăm măsuri de **PREVENȚIE ȘI PREGĂTIRE**.

Întrebări cheie:

- Ce putem face acum să evităm sau să întârziem un scenariu negativ?
- Ce putem face acum ca în cazul apariției unui scenariu de infecție transmisibilă prin aer, să putem gestiona cu ușurință situația?

Atunci când apele sunt liniștite toată lumea are mai multe resurse de energie, timp și emoționale. Acum este momentul propice pentru discuții, analiză și pentru luat decizii informate.

Faza 2: Perioada în care cel puțin o persoană este suspectată sau confirmată cu o infecție cu transmitere aeriană.

Orice decizie luată în acest moment cântărește mult în estimarea direcției în care se va îndrepta situația. Mizele sunt mari, presiunea situației crește și pot apărea tensiuni în rândul beneficiarilor și al angajaților.

Cel mai important din momentul apariției unui caz este **CONTROLUL** răspândirii infecției.

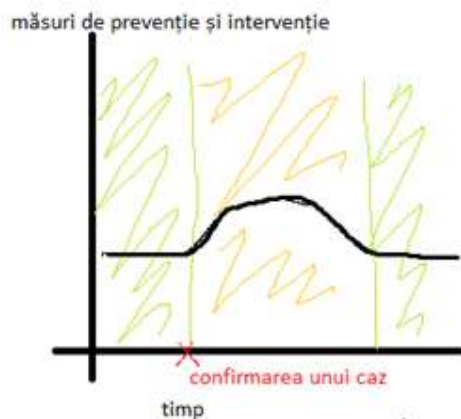
Întrebări cheie

- Ce putem face pentru a limita răspândirea infecției
- Cum le putem oferi în continuare serviciile necesare de îngrijire celor bolnavi?

De reținut!

Cu cât s-a investit mai mult timp în măsurile anterioare de prevenție și pregătire cu atât va fi mai ușor de controlat situația de criză curentă.

Acum că apele sunt tulburi și agitate, sunt de real folos mecanismele construite înainte, în momentele de calm. În acest moment este importantă colaborarea și transparența.



Simulare Grafic A

Ești managerul unui centru rezidențial pentru persoanele vârstnice. Capacitatea centrului pe care îl gestionezi este de 25 vârstnici.

Ai urmat în urmă cu trei luni un curs de Prevenție și control al infecțiilor cu transmitere aeriană și de atunci ai început să analizezi mai atent nevoile pe care le are centrul, cum poți crește siguranța medicală a beneficiarilor și a angajaților. Ai constant grijă de cei din centru și vrei să oferi un mediu de sigur pentru sănătatea tuturor.

Printre măsurile pe care le-ai luat deja:

- monitorizezi zilnic temperatura și apariția simptomelor atât angajaților cât și a beneficiarilor și ții evidența scrisă
- ai instituit un program de aerisire a fiecărei încăperi din centru, de două ori pe zi, pentru cel puțin 30 de minute
- ai pregătit împreună cu echipa ta un plan de acțiune, în cazul în care unul dintre beneficiari sau vreun angajat va prezenta simptome care să indice o infecție respiratorie. Vă este clar ce aveți de făcut și care este rolul fiecăruia.
- Ați pregătit o cameră separată în cazul în care este nevoie de izolarea vreunei persoane.

Apare un caz de COVID-19 în centrul tău. Știi ce trebuie făcut. Ținând cont de măsurile pe care le-ai luat până acum, apreciezi că virusul nu avea șanse mari de răspândire. Ești în continuare precaut. Cu siguranță aerisirea camerelor a scăzut concentrația de virus din aer. Iar datorită faptului că fiecare persoană din centru este monitorizată zilnic, ai putut să identificai imediat persoana bolnavă. Fiind depistat timpuriu și primind tratament, acesta va avea șanse mult mai mari să se vindece.

Simulare Grafic B

Ești managerul unui centru rezidențial pentru persoane vârstnice. Centrul tău poate primi un număr de maxim 25 beneficiari.

Știi deja că vârstnicii sunt mai vulnerabili în ceea ce privește sănătatea. Fiecare angajat încearcă să se descurce în felul lui și să fie atent la sănătatea beneficiarilor. Reușești cu greu să aduni mai mulți angajați pentru a face o ședință de echipă. Sunt atât de multe lucruri de făcut, încât fiecare este foarte prins în activitățile zilnice. Nu este timp să vă faceți dinainte scenarii posibile și planuri. La urma urmei, sunt atât de multe boli și pericole care pot apărea. Când apare o problemă, atunci, pe moment, încercați să vedeți ce e de făcut și să găsiți soluții. [..]

Apare un caz de COVID-19 în centrul tău. Toată lumea este foarte tensionată și se simte teamă atât în rândul angajaților cât și a beneficiarilor. Nu știți ce să faceți mai întâi. Reușiți să aveți o întâlnire de urgență. Din cauza situației dificile, apar discuții în contradictoriu și cu ușurință se declanșează conflicte. Sunt multe probleme de rezolvat și timpul e scurt.

Grafic A = implementare măsuri de prevenție și intervenție în Faza 1, în care nu există niciun caz. Pentru că măsurile au fost aplicate din timp și constant, în momentul confirmării unui caz, lucrurile sunt relativ ușor de gestionat.

Grafic B = pentru că nu s-au prevăzut măsuri de protecție și prevenție, în cazul confirmării unui caz, toată lumea va fi luată prin surprindere. Atunci vor fi multe presiuni și decizii de luat, într-un timp foarte scurt. Lucrurile pot fi gestionate, numai că procesul va fi unul mult mai dificil.

Pentru că parcurgi aceste informații, deja demonstrezi că ai luat decizia de a face ceva în privința siguranței și sănătății proprii, a colegilor tăi și a beneficiarilor. Vei putea astfel cu mai mare ușurință să aplici la locul tău de muncă ceea ce ai aflat aici. Te implici deja activ în Faza 1, de prevenție. Te felicităm!

Scopul nostru este de a te încuraja să fii cât mai aproape de situația Graficului A. Adică să ai grijă de colectivul tău și de beneficiari și mai ales, atunci când o poți face fără presiunea adusă de confirmarea unui caz. Prevenție.

Dacă la un moment dat se va confirma prezența unei îmbolnăviri transmisibile prin aer la locul tău de muncă, vrem ca acest lucru să nu te ia prin surprindere și nepregătit, pentru că deja ești informat și ai aplicat niște măsuri de prevenție.

Particularitățile centrului rezidențial în care lucrezi

Poți în continuare să apreciezi în ce măsură afirmațiile de mai jos descriu centrul rezidențial în care lucrezi. Acest exercițiu de reflecție te va ajuta să înțelegi specificul centrului tău în ceea ce privește infecțiile cu transmitere prin aer. Recomandarea este să îți notezi pe o foaie răspunsurile pe care le dai pentru a putea reveni la ele mai târziu.

- Interacționez îndeaproape, în fiecare zi de lucru, cu beneficiari ai centrului sau cu colegi
- Beneficiarii centrului rezidențial în care lucrez sunt deja într-o categorie vulnerabilă în fața infecțiilor cu transmitere prin aer (ex. COVID-19, tuberculoză)
- Unii dintre colegii mei sunt într-o categorie vulnerabilă în fața infecțiilor cu transmitere prin aer (ex. COVID-19, tuberculoză).

- În centrul rezidențial sunt luate măsuri de siguranță pentru a preveni infecțiile cu transmitere prin aer
- Avem un plan clar despre cum să acționăm în cazul în care apare o suspiciune sau un caz confirmat cu o boală infecțioasă transmisibilă prin aer
- Există un responsabil cu coordonarea activităților de prevenire și control a infecțiilor cu transmitere prin aer
- Avem materialele necesare de protecție împotriva infecțiilor cu transmitere prin aer (ex. măști chirurgicale, dezinfectant, măști speciale de protecție în caz de tuberculoză)
- Există personal medical disponibil la care să apelăm pentru a suplini în cazul în care unul sau mai mulți colegi vor fi în concediu medical
- Monitorizăm simptomatologia asociată infecțiilor respiratorii a beneficiarilor
- Monitorizăm simptomatologia asociată infecțiilor respiratorii a angajaților
- Facem triajul epidemiologic pentru vizitatorii centrului
- Centrul rezidențial aplică măsuri de prevenție a infecțiilor cu transmitere prin aer.
- Centrul rezidențial este pregătit să facă față apariției unui caz de infecție cu transmitere prin aer.
- Centrul rezidențial este pregătit să gestioneze apariția unui focar de infecție cu transmitere prin aer.

Acum este probabil mai ușor să apreciezi cum v-ai descurca dacă un beneficiar sau un coleg s-ar îmbolnăvi.

Măsuri pe care le poți lua în calitate de angajator - înainte de toate: prevenția

Mai întâi, pentru a ajunge să aplici măsurile cele mai potrivite pentru protecția sănătății tale, a angajaților și a beneficiarilor centrului rezidențial, este nevoie să fii cât mai conectat la realitatea curentă din centru. Asta înseamnă să ai o viziune generală a lucrurilor care merg bine și una corectă și realistă asupra celor care pot fi îmbunătățite. Pentru a găsi soluții eficiente, este nevoie să vezi cu claritate tot spectrul de măsuri deja existente și pe cele care pot fi incluse în viitor în rutina angajaților și a beneficiarilor.

Pentru a-ți fi mai ușor, am făcut o listă mai jos cu măsurile generale de sănătate pe care le poți controla și care au rol în a preveni sau diminua efectul negativ al infecțiilor cu transmitere prin aer.

Este absolut normal ca răspunsurile tale să varieze. Scopul nu este de a vedea neapărat deficiențele, ci de a face o evaluare obiectivă, de a identifica măsuri pe care le aplicați deja cu succes și care sunt cele pe care le mai poți lua în considerare în viitor.

- Mă asigur că angajații cunosc măsurile de protecție personală, reglementările naționale și pe cele de la nivelul centrului
- Organizez întâlniri și discuții de echipă cu colegii despre măsurile pe care le luăm pentru prevenirea infecțiilor cu transmitere prin aer
- Am desemnat o persoană responsabilă cu coordonarea activităților de prevenire și control a infecțiilor cu transmitere prin aer

- Am stabilit mecanisme pentru angajați prin care pot anunța în cazul în care identifică o problemă sau un deficit de materiale. I-am asigurat că aceste lucruri nu trebuie ascunse din teama de consecințe negative.
- Atât eu cât și angajații participăm la sesiuni de informare și dezvoltare personală organizate intern sau extern
- Întotdeauna avem stocuri suficiente de materiale de protecție
- Am stabilit la nivelul instituției măsurile suplimentare de siguranță sanitară recomandate vizitatorilor centrului
- Am organizat un izolator/ spațiu de carantină
- Am adoptat măsuri pentru asigurarea distanțării fizice (în caz de nevoie)
- Monitorizăm serviciile de curățenie (ex.: aerisire, dezinfectare)

Măsuri pe care le poți lua în calitate de angajat al unui centru

Știm că depui mult efort pentru a face ca lucrurile să funcționeze la locul tău de muncă. Ne imaginăm că, de multe ori, ești supus presiunilor din mai multe părți, iar ritmul de lucru poate fi unul destul de solicitant. La baza oricărui efort pe care îl faci, stă dorința de a le fi alături beneficiarilor.

În continuare poți să apreciezi în ce măsură reușești să aplici următoarele măsuri de protecție sanitară împotriva infecțiilor cu transmitere prin aer, la locul tău de muncă. Acest exercițiu nu are scop de evaluare. Este important să vezi, cu ocazia aceasta, ce ți-ar fi ușor să adopți, și ce ai putea integra în activitatea ta zilnică.

- Când vremea și spațiul permit, recomand vizitele familiei/cunoscuților să fie în aer liber
- Vizitatorii beneficiarilor respectă măsuri de siguranță sanitară
- Sunt atent la felul în care mă simt și anunț în cazul în care apar simptome de infecție respiratorie
- Port echipament de protecție atunci când este recomandat (ex.în cazul pandemic, în cazul în care eu sau un beneficiar prezentăm simptome, în cazul interacțiunii cu beneficiari foarte vulnerabili)
- Le reamintesc și îi susțin pe pe beneficiari să respecte măsurile de igienă
- Îi sprijin pe beneficiarii dependenți de îngrijire, pentru a-și menține igiena personală
- Aerisesc spațiile închise de cel puțin două ori pe zi, pentru cel puțin 30 min

Plan de acțiune

Parcurgând măsurile principale pe care le poți aplica în centrul rezidențial în care lucrezi este posibil să te fi întâlnit cu idei noi, să fi observat ceea ce faci deja și ce ai putea adăuga în viitor. Lista pe care noi ți-am propus-o nu este una completă care epuizează toate măsurile posibile. La locul tău de muncă poți să aplici anumite măsuri suplimentare, care nu sunt menționate aici.

Te invităm să reiei o parte din afirmațiile la care ai răspuns anterior, în etapa de auto-analiză. Percepția ți se poate schimba atunci când afli informații noi, sau când ți s-a confirmat că faci deja acțiuni de prevenire.

Identificare puncte forte

Revino la afirmațiile de la secțiunea Particularitățile centrului rezidențial în care lucrezi *pentru a revedea* măsurile pe care tu le implementezi total sau parțial, adică acele afirmații la care răspunsurile tale echivalează cu Reușesc să fac asta într-o mare măsură și Câteodată reușesc, câteodată nu. În cazul în care nicio afirmație nu are unul dintre cele două răspunsuri, enumeră care sunt lucrurile pe care deja le faci pentru a contracara infecțiile cu transmitere prin aer.

Acestea sunt cele te vor ajuta să gestionezi o situație dificilă și pe ele poți construi un sistem de măsuri.

Identificare arii de îmbunătățit

Acum revino la afirmațiile la care ai răspuns cu Reușesc să fac asta într-o mică măsură sau deloc

În ce măsură activitățile de prevenție la care ai dat acest răspuns sunt relevante pentru contextul centrului rezidențial de care aparții? Dacă măsurile sunt relevante, atunci care sunt obstacolele pe care trebuie să le depășești? Care crezi că sunt motivele pentru care reușești rar sau deloc să implementezi măsurile de mai sus? (acestea pot ține atât de tine cât și de factori externi). Ca să depășești situația, trebuie să stabilești niște obiective clare și concrete.

Formularea obiectivelor SMART

Exercițiu

Alege una dintre măsurile de prevenție care, după parcurgerea materialului de față, ți-a atras atenția și pe care o consideri utilă pentru centrul rezidențial în care lucrezi. Ai realizat că aplicarea ei mai frecventă poate avea un impact semnificativ pentru siguranța tuturor și mai ales pentru beneficiari.

Aceasta poate fi atât din lista celor propuse de noi, revenind la secțiunea **Măsuri pe care le poți lua** cât și ceva diferit, de care tu ți-ai dat seama că încă nu se aplică suficient de mult la tine în centru.

Scrive pe o pagină ce îți propui să faci pentru a scădea riscul de îmbolnăvire și transmitere prin aer a infecțiilor în centrul tău rezidențial.

Pentru ca obiectivul pe care ți l-ai propus să aibă șanse cât mai mari de realizare, acesta trebuie să fie cât mai specific posibil. Te vom ghida printr-un set de întrebări pentru a-ți clarifica cât mai bine ce ți-ai propus să faci. Vom transforma împreună cu tine un obiectiv general într-unul SMART (traducere = inteligent).

S – Specific	Ce îți dorești mai exact să faci, ce schimbare/îmbunătățire dorești să aduci? Ce îți dorești să obții în urma a ceea ce faci?
M – Măsurabil	De câte ori îți propui să faci acțiunea respectivă? Cum știi că ai reușit ceea ce ți-ai propus?
A – abordabil sau de atins	În ce măsură ține de tine realizarea obiectivului respectiv? Poți într-adevăr să faci lucrul respectiv?
R – realist	În ce măsură este realist ce ți-ai propus? Ai resursele adecvate pentru atingerea acestui obiectiv?
T – încadrat în timp	De când începi? Când vrei să faci asta? Pentru cât timp îți propui să faci asta?

Ai pornit de la câteva cuvinte, iar acum, după parcurgerea întrebărilor, sperăm că îți este mult mai clar ce îți dorești să faci și de ce ți-ai propus lucrul respectiv.

De reținut!

Obiectivele formulate cât mai specific și concret au șansa cea mai mare să devină și realitate.

Identificarea timpurie a infecțiilor respiratorii

Selectează ce crezi că poate să-ți fie de folos la identificarea rapidă a persoanelor care s-au îmbolnăvit de o infecție transmisă prin aer.

Informarea angajaților și beneficiarilor despre infecțiile cu transmitere prin aer și simptomele asociate	
Testarea periodică a beneficiarilor și a angajaților	
Fiecare angajat este preocupat de beneficiarii alocați lui, fără să știe nimic despre ceilalți beneficiari	
Completarea zilnică a fișelor de monitorizare a simptomelor pentru angajați și beneficiari	
Încurajarea vizitatorilor să contacteze centrul dacă se îmbolnăvesc ulterior vizitei	
Echipele de angajați sunt independente și nu comunică	
Testări complexe pentru noii rezidenți admiși	
Testarea personalului numai în cazul unei persoane infectate	

Ce este un focar și cum poate fi gestionat?

În termeni de sănătate publică focarul este definit prin concentrarea fizică a trei cazuri de infecție cu legătură între ele, adică trei persoane bolnave în același centru.

Datorită caracteristicilor lor, centrele rezidențiale reprezintă locuri predispuse răspândirii infecțiilor transmise prin aer. (→Particularitățile serviciilor rezidențiale)

Dacă vă confrunțați cu un focar de infecție în centrul rezidențial în care lucrați, cel mai important lucru pe care trebuie să îl faceți este să comunicați. Comunicarea cu colegii, cu angajatorii, cu beneficiarii și oricine implicat direct sau indirect este esențială. Anunțați autoritatea socială care coordonează centrul. Consultați-vă cu medicii. Cereți ajutorul altor instituții sau centre care vă pot oferi mai mult spațiu în care să relocați beneficiarii. Apelați la specialiștii Direcției de Sănătate Publică și cereți îndrumări specifice pentru situația în care vă aflați.

Un focar poate fi gestionat ÎMPREUNĂ.