

NOVEDADES PROA

Desde este viernes están disponibles en el apartado PROA de Intranet

<https://intranethuic.com/programa-proa/> los informes de **consumo de antimicrobianos** que incluyen evolución del consumo en los últimos 5 años, por grupo terapéutico y por servicio; y el informe de **resistencias**

microbianas de 2022 con el análisis de la sensibilidad antibiótica de los patógenos más prevalentes en el hospital. Se acompaña este informe, además, de un análisis de la evolución en la multiresistencia en el centro.



RECONOCIMIENTO

El gerente ha entregado esta semana la **Insignia de Plata** concedida por la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid a nuestra compañera de la Unidad de Cuidados Intensivos, **Nieves Virtudes Méndez Pérez**, en reconocimiento a sus más de 20 años de servicio ininterrumpido en la sanidad madrileña. Nieves Virtudes recibió de sus compañeros de la UCI un ramo de flores con el que quisieron mostrarle su cariño y admiración. Las fotos están disponibles en Intranet.



FORMACIÓN

Esta semana miembros del **Cuerpo de Bomberos de la Comunidad con Servicio en Parla y de la Policía Municipal** han participado en nuevas sesiones prácticas de formación en Soporte Vital Básico.



VISITA FUTUROS TMSCAE

31 alumnos y 2 tutoras del ciclo de **Formación Profesional** de Grado Medio en Cuidados **Auxiliares de Enfermería del Colegio Nuestra Señora de los Remedios de Alcorcón** nos visitaron esta semana para tener su primera toma de contacto con el ámbito laboral y más concretamente con un centro sanitario. Los alumnos recibieron una sesión de Donación y conocieron el trabajo de los TMSCAEs en una Unidad de Cuidados Intensivos.



PRODUCCIÓN CIENTÍFICA

José Manuel Casas Rojo, del servicio de Medicina Interna, ha participado en el estudio **"Patients with COPD hospitalized due to COVID-19 in Spain: a comparison between the first and second wave"**, publicado en la **Revista Clínica Española**.

Este trabajo tuvo como objetivo comparar las características, evolución y pronóstico de los pacientes con EPOC hospitalizados por COVID-19 en España en la primera ola con los de la segunda ola. El estudio está disponible para consulta en intranet, en bit.ly/3HOZ61L

EXPOSICIÓN ACCIDENTAL A MATERIAL BIOLÓGICO

El próximo viernes 28 de abril se celebra el **Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo**, este año con el lema **Un entorno de trabajo seguro y saludable es un principio y un derecho fundamental en el trabajo**. Con este motivo, el Servicio de Prevención ha elaborado un cartel informativo sobre la Exposición Accidental a Material Biológico, en el que nos recuerda cómo **augmentar la seguridad y controlar el riesgo biológico** y sus consecuencias negativas en la salud de los profesionales, y **qué hacer** en caso de sufrir una exposición.

Este cartel estará a disposición de todos los profesionales en las diferentes unidades asistenciales por las que va a ser distribuido, y se ampliará su difusión en sesiones informativas por las Unidades en las siguientes fechas:

- **Diálisis:** jueves **1 de junio** 14:00 horas
- **Bloque quirúrgico:** jueves **8 de junio** 8:30 horas
- **Urgencias de pediatría:** miércoles **14 de junio** 8:15 horas y 14:15 horas
- **Urgencias generales:** jueves **15 de junio** 8:30 horas y 14:30 horas
- **Sesión general:** jueves **29 de junio** 14:00 horas





EXPOSICIÓN ACCIDENTAL A MATERIAL BIOLÓGICO

Definición	¿Qué hacer en caso de Accidente?	Medidas Preventivas
<p>✓ Toda inoculación ocurrida de forma percutánea (punciones o cortes) o por contacto accidental con mucosas o piel no íntegra (salpicaduras) con material contaminados por agentes biológicos, que el trabajador sufre con ocasión o por consecuencia del trabajo, mientras que desempeña su tarea en la actividad de la Asistencia Sanitaria.</p>  <p>✓ Son considerados como fluidos con riesgo potencial de transmitir VIH, VHB y VHC: la sangre, el semen, las secreciones vaginales.</p> <p>✓ Otros fluidos potencialmente infecciosos: los líquidos cefalorraquídeo, pleural, peritoneal, pericárdico, amniótico y sinovial.</p> <p>✓ No son considerados como potencialmente infecciosos: sudor, esputo, orina, heces, vómitos, saliva, lágrimas y secreciones nasales; a no ser que exista sangre visible en ellos.</p>	<p style="text-align: center; background-color: #e8f5e9; padding: 5px;">MEDIDAS INMEDIATAS</p> <div style="text-align: center; background-color: #ffcdd2; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> EXPOSICIONES PERCUTÁNEAS </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> 1.- Desechar en el contenedor el objeto cortopunzante. </div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> 2.- Dejar fluir la sangre 2 – 3 minutos bajo el agua y favorecer el sangrado sin causar isquemia. </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="background-color: #fff9c4; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> 3.- Lavar con agua y jabón. </div> <div style="background-color: #fff9c4; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> 4.- Aplicar antiséptico. No aplicar agentes caústicos (No lejía). </div> </div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 100%; margin-top: 10px; text-align: center;"> 5.- Cubrir con apósito impermeable </div> <div style="text-align: center; background-color: #ffcdd2; padding: 5px; margin-top: 10px;"> EXPOSICIONES EN MUCOSAS </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> Conjuntiva: Lavado abundante y repetitivo con SSF 0,9 % o agua, sin frotar </div> <div style="background-color: #c8e6c9; padding: 5px; border-radius: 10px; width: 45%;"> Mucosa Oral: Enjuagues bucales con agua </div> </div> <div style="background-color: #fff9c4; padding: 5px; border-radius: 10px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> o Comunicar el accidente a su superior responsable (Anexo II). o Ponerse en contacto con el Servicio de Salud Laboral (Días Laborales de 8:00 – 15:00h) o Para el resto de horarios - Ponerse en contacto con supervisión de guardia y Médico de Medicina Interna de Guardia de Planta (649154380). </div>	<ul style="list-style-type: none"> o Higiene de manos con agua y jabón, o con preparados de base Hidro-Alcohólica. o Cubrir cualquier corte, herida o lesión que podamos tener con apósitos impermeables. No llevar anillos ni joyas. o Uso de guantes, mascarilla y otro EPI si precisa (gafas, pantallas,...) o En caso de riesgo de Salpicaduras: Uso de Bata Impermeable y Gafas de Protección o Pantalla. o Vacunación frente al Virus de la Hepatitis B. o No reencapuchar Agujas. o Activar dispositivos de bioseguridad y no manipularlos. o Los objetos corto-punzantes deben eliminarse inmediatamente después de su uso en los contenedores de bioseguridad. <div style="background-color: #e8f5e9; padding: 5px; border-radius: 10px; margin-top: 10px; font-size: small;"> SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES HOSPITAL UNIVERSITARIO INFANTA CRISTINA. TELÉFONOS: 41-3166 / 638-210-830 / 41-3114 / 619-12-72-65 </div>

ACTUALIZACIÓN PRECIOS CAFESTORE/VENDING

A partir de este lunes, 24 de abril, entran en vigor los nuevos precios de las cafeterías del público y del personal, así como de los productos dispensados en las máquinas de vending. Adjuntamos el listado actualizado de precios.

PRODUCTOS	PÚBLICO	PERSONAL
Café Classic	0,85 €	0,55 €
Lácteos Máquinas	0,85 €	0,55 €
Chocolate Máquinas	0,85 €	0,55 €
Bebidas Frías gama Alta S/N	1,55 €	1,42 €
Bollería Pequeña	1,30 €	1,02 €
Chocolatinas	1,30 €	0,90 €
Infusiones Máquinas	0,75 €	0,50 €
Bebidas Frías gama Media S/N	1,40 €	1,17 €
Panecillos Velarte	1,25 €	1,00 €
Aguas 0,5 Litros	1,00 €	0,75 €
Frutos Secos normales	1,10 €	0,80 €
Panrico diaria (Donetes)	1,45 €	1,29 €
Snacks Baratos	1,30 €	0,80 €
Patatas Matutano	1,45 €	1,01 €
Levité Font Vella	1,55 €	1,31 €
Galletas Bolsa Grande	1,45 €	1,21 €
Galletas Digestivas	1,10 €	0,94 €
Galletas Paquete	1,30 €	1,02 €
Descafeinado Máquina	0,85 €	0,54 €
Chocolatina Kinder	1,75 €	1,21 €
Zumos leche Don Simón Zero	1,05 €	0,84 €
Bollería Palmera Grande	1,35 €	1,05 €
Gominolas	1,00 €	0,84 €
Chips Horneados	1,30 €	1,10 €
Bollería Grande	1,40 €	1,01 €
Snack Matutano	1,25 €	1,00 €
Bollería Bimbo	1,20 €	0,94 €
Panecillos y Aperitivos	1,40 €	1,15 €
Barquillos S/A	1,35 €	1,21 €
Batidos Gama Media	1,30 €	1,02 €
Cafés Especiales	0,95 €	0,54 €

PRODUCTOS	PÚBLICO	PERSONAL
Café Especial Gourmet	0,95 €	0,54 €
Aperitivos Gama Alta	1,00 €	0,54 €
Panecillos	1,15 €	0,89 €
Filipinos	1,35 €	1,20 €
Zumos Pascual S/A	1,35 €	1,15 €
Aperitivos Naturales	1,55 €	1,31 €
Shake ColaCao	1,30 €	1,10 €
Chocolatinas Bajo en Azúcar	1,10 €	0,94 €
Vaso Plástico	0,05 €	0,05 €
Bebidas Frías Gama Alta C/a	1,50 €	1,42 €
Bebidas Frías Gama Media C/A	1,40 €	1,17 €
Batidos C/A	1,55 €	1,21 €
Zumos C/A 200 ml	1,45 €	1,13 €
Bollería Saludable	0,95 €	0,79 €
Galletas Natwins	1,25 €	1,00 €
Sandwich Fiambre LM	1,55 €	1,31 €
Sandwich Salsas LM	2,00 €	1,69 €
Sandwich Pescado LM	2,00 €	1,69 €
Sandwich Integral LM	2,00 €	1,69 €
Sandwich Vegetal LM	2,00 €	1,69 €
Brioche 1 ud LM	2,00 €	1,69 €
Empanada LM	1,15 €	0,89 €
Croissant LM	2,20 €	2,10 €
Napolitana LM	2,45 €	2,17 €
Zumo Veggie Don Simón	1,50 €	1,31 €
Zumo Smoothies	1,30 €	1,02 €
Galletas Gama media	2,00 €	1,78 €
Cafés Fríos Gama Alta	1,25 €	1,02 €
Zumo fresco	0,95 €	0,89 €
Soles Azúcar 0,65€	1,05 €	0,94 €
Soles Choco 0,70€	1,05 €	0,94 €
Cafés Fríos Gama Media	2,05 €	2,05 €
Cookies	1,36 €	1,31 €

ESCUELA MADRILEÑA DE SALUD

VÍDEO

Qué es la epicondialgia (dolor de codo). Cómo prevenirla

La epicondialgia o dolor localizado en el codo puede producirse por movimientos repetidos y mantenidos en el tiempo de esta zona o por sobrecarga de los músculos que se encuentran en la zona del antebrazo y del brazo. Esto puede suceder, por ejemplo, cuando cogemos a un bebé en brazos, cuando realizamos trabajos que requieran cargar pesos, también por posturas mantenidas incorrectamente de los antebrazos al escribir en un ordenador o por jugar a ciertos deportes como el golf, tenis o pádel.



En este vídeo de la escuela de salud de la Comunidad de Madrid se informa sobre qué es la epicondialgia y cómo prevenirla.

VÍDEO

Ejercicios de estiramiento muscular del codo. Epicondialgia

Recomendado para personas que padecen de epicondialgia (dolor de codo) y, como consecuencia de ello, les disminuye la flexibilidad o les aparece tensión en la musculatura del codo.

Este vídeo de la Escuela de Salud de la Comunidad de Madrid muestra cómo realizar unos ejercicios sencillos con el objetivo de ganar flexibilidad muscular y evitar la tensión en



la musculatura del codo como consecuencia de la realización de movimientos repetitivos, cargas con peso y posturas inadecuadas mantenidas.

VÍDEO

Ejercicios para ganar movilidad articular y fuerza en el codo. Epicondialgia

Este otro vídeo de la escuela de salud de la Comunidad de Madrid nos muestra cómo realizar unos ejercicios sencillos con el objetivo de ganar movilidad articular y fuerza en el codo.



CURSO

Cuidados en la piel de la persona mayor dependiente y/o inmovilizada: úlceras por presión y otras lesiones

Las lesiones que se producen en la piel en las personas mayores inmovilizadas y dependientes generan mucho dolor y discomfort. La piel de estas personas sufre muchos cambios, pero si los conocemos, es más fácil planificar acciones para prevenir cualquier posible lesión. Estas acciones empiezan por realizar cuidados generales, mucha vigilancia y observación diaria de la piel de la persona que se cuida.

