

## CÓMO PREVENIR EL MRSA

Nuevamente, la manera principal de prevenir infecciones es muy simple—¡lavarse las manos! Al lavarse, frote las manos juntas por 15 segundos o más para crear fricción que matará gérmenes. Acuérdesse de lavarse las manos frecuentemente ya sea con jabón y agua tibia o con un desinfectante para manos a base de alcohol.

### Hay otras precauciones que tomar para ayudar a prevenir el MRSA.

- Mantenga los cortes y las raspaduras limpios y cubiertos con un vendaje hasta que cicatricen. Cambie los vendajes frecuentemente, especialmente cuando se mojan.
- No vaya a las piscinas públicas ni usar equipo atlético hasta que las heridas cicatricen.
- Evite compartir artículos de uso personal tales como toallas, jabón en barra o cuchillas de afeitar.
- Limpie y desinfecte frecuentemente objetos (tales como todo equipo atlético y aparatos en el gimnasio) y superficies que son tocadas con frecuencia (mostradores, teclados, las luces y pomos).
- Limpie frecuentemente las sábanas y las toallas. Al recoger la ropa sucia, no deje que entre en contacto con la ropa que Ud. tiene puesta para prevenir la propagación de gérmenes.

- Lave la ropa, toallas y ropa de cama en agua caliente usando detergente. Usar una secadora de aire caliente, en vez de secar la ropa al aire libre, ayuda a matar gérmenes.

### También es importante usar los antibióticos apropiadamente.

- Si su doctor receta un antibiótico, tome toda la dosis, aunque la infección se mejora. Esto ayudará a asegurar que las cepas más resistentes de bacteria sean eliminadas.
- No guarde los antibióticos para uso posterior. Los antibióticos que Ud. tiene ahora en su posesión tal vez no sean los adecuados para otra infección.
- Asegúrese de obtener los antibióticos de la fuente apropiada. No comparte los antibióticos con amigos o familia ni obtenerlos de otros países.

Este folleto ha sido creado para los siguientes:

- pacientes hospitalizados;
- pacientes en hospicio;
- internos expertos en hogares de ancianos; y
- miembros de la familia de todos los pacientes.



Arizona Hospital and  
Healthcare Association

2901 N. Central Ave. Suite 900  
Phoenix, Arizona 85012-2729  
602-445-4300  
[www.azhha.org](http://www.azhha.org)



Un titular independiente de la Asociación Blue Cross y Blue Shield

Un patrocinador orgullo de la campaña  
*Evitando el MRSA: Está en Nuestras Manos.*  
[www.azblue.com](http://www.azblue.com)

Para más información, visite Los Centros para el  
Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)  
[www.cdc.gov/ncidod/dhqp/ar\\_mrsa\\_ca.html](http://www.cdc.gov/ncidod/dhqp/ar_mrsa_ca.html)



[www.azhha.org/  
patient\\_safety](http://www.azhha.org/patient_safety)



[www.apic.org](http://www.apic.org)

Un servicio público de La Asociación de los  
Hospitales y la Salud de Arizona.



EVITANDO EL MRSA

*Está en Nuestras Manos*

LA GUIA DEL PACIENTE  
SOBRE EL ENTENDIMIENTO Y  
LA PREVENCION DEL MRSA

[Insert Your Organization's Logo Here]

## LOS DATOS SOBRE EL MRSA

### ¿Qué es el estafilococo aureus (staph)?

El estafilococo aureus, también conocido como “staph,” es una bacteria (gérmenes) que se encuentra frecuentemente en la piel o en la nariz de las personas.

### ¿Qué es el MRSA (estafilococo aureus resistente a la meticilina)?

El MRSA es un tipo de estafilococo aureus que es resistente a los antibióticos más recetados tales como la metilicina, la oxacilina, la penicilina, y la amoxicilina.

### ¿Quién contrae el MRSA?

Cualquier persona puede contraer el MRSA. En años recientes, ha habido un aumento de casos del MRSA “originado en la comunidad,” el cual ha aparecido en guarderías infantiles, gimnasios, escuelas y otros lugares. Es una de las causas más comunes de infecciones de la piel. Históricamente, se ha encontrado entre personas con sistemas inmunitarios debilitados que estuvieron en el hospital u otra instalación de atención médica.

### ¿Cómo se contrae el MRSA?

El MRSA se transmite con mayor frecuencia por el contacto directo piel a piel o por tocar objetos que una persona infectada ha tocado. Esto implica que la medida principal para evitar la propagación del MRSA es lavarse las manos.

### ¿Cómo se ve una infección del MRSA?

El MRSA puede causar infecciones de la piel que pueden verse como un grano, un furúnculo o incluso una picadura de araña. El MRSA también puede causar infecciones graves tales como la neumonía, infecciones en el torrente sanguíneo o infecciones en heridas quirúrgicas.

## LOS RIESGOS DEL MRSA & EL TRATAMIENTO DEL MRSA

### ¿Hay algo que aumente el riesgo de desarrollar una infección por el MRSA?

Los factores que puedan causar una infección por el MRSA son el uso frecuente de antibióticos, el no tomar los antibióticos según la indicación o tomar antibióticos para curar enfermedades causadas por un virus (los antibióticos no son eficaces para combatir un virus). Algunos pacientes pueden tener un mayor riesgo de desarrollar una infección por el MRSA, incluyendo a las personas que usan tubos alimentadores o que han sido hospitalizados frecuentemente o por un tiempo largo. Las personas en instalaciones médicas de cuidado a largo plazo también son más vulnerables.

### ¿Se puede tratar una infección por el MRSA?

Sí, pero puesto que es resistente a varios antibióticos, puede ser difícil de tratar. Su proveedor de cuidado de salud tomará una muestra del sitio de la infección. La muestra será enviada a un laboratorio para ser examinada para determinar cuál es el mejor antibiótico para la infección.

### ¿Qué significa “estar colonizado” con el MRSA?

Las personas que están colonizadas con el MRSA tienen los gérmenes pero no tienen ningunos síntomas de una infección. Estas personas normalmente no necesitan tratamiento con antibióticos. Sin embargo, deberían ser conscientes de cómo protegerse a sí mismos y a los demás de esta enfermedad. (Ver la sección Cómo Prevenir el MRSA en el Hogar y en la Comunidad).

## LA HOSPITALIZACIÓN Y EL MRSA

### ¿Cómo puedo prevenir el MRSA mientras yo esté en el hospital?

Los pacientes deben de ser participantes activos con respecto a su propio cuidado. Si el paciente no puede hacer esto, es aconsejable que los miembros de su familia o amigos le vigilen y que le ayuden a protegerse. Pídeles a los visitantes que se laven las manos al entrar y salir de la habitación. Los profesionales médicos también deben lavarse las manos frecuentemente. Es posible que ya se hayan lavado las manos antes de entrar en su habitación. De todos modos, si Ud. no observa que se han lavado las manos, Ud. tiene el derecho de pedirles que lo hagan otra vez. Todos benefician del lavado de manos frecuente y apropiado.

### ¿Qué hago si soy diagnosticado con una infección activa por el MRSA?

Su doctor elegirá una o más de las siguientes opciones:

- drenar la infección;
- recetar antibióticos; y/o
- reducir la cantidad de bacteria en su piel.

En algunos casos, es posible que los pacientes hospitalizados estén en una situación de aislamiento y protección especial. Esto sirve para ayudar a prevenir que los gérmenes se propaguen. Es posible que se coloque un rótulo en la puerta de

su habitación que indica a los que puedan entrar que deben de tomar las precauciones necesarias al entrar en su habitación. El personal hospitalario tal vez usen batas y guantes antes de darle cuidado a Ud. y puede que tengan puestas mascarillas.

**Acuérdese:** No queremos que Ud. se sienta aislado. Todas estas medidas se toman para asegurar que los gérmenes no se propaguen y infecten a los demás.

### ¿Es posible que la infección por el MRSA que tengo en la piel reaparezca después haberse curado?

Sí. Es posible que la infección se repita después de haberse ido. Para prevenir que esto ocurra, siga las instrucciones que le da el proveedor de atención médica mientras tenga la infección y tome las medidas de prevención después de que se le haya ido. (Ver la sección Cómo Prevenir el MRSA.)

### Llame a su médico si:

- Ud. tiene señales de infección tales como dolor, piel de color rojizo, hinchazones, una sensación de calor al tocar la piel o drenaje;
- Ud. tiene una herida que está drenando y que no ha sanado después de varios días; o
- desarrollan síntomas nuevos durante o después de su tratamiento.