

Recomendaciones del Departamento de Salud del Estado de Nueva York para evitar la CA-MRSA

Cuidado de las heridas

- Las cortadas u otras abrasiones de la piel se deberían lavar con jabón y cubrir con vendajes secos y estériles.
- Mantenga todas las heridas cubiertas. Se debería aplicar un apósito limpio todos los días, hasta que la herida sane.
- Todas las heridas se deben atender usando guantes.
- Se debe usar guantes para el manejo de apósitos sucios y se deben desechar tras su manipulación.
- Se debe lavar la manos con frecuencia antes y después de la exposición a equipo y personas contaminadas.

Estrategias de prevención

- Los entrenadores e instructores siempre deben usar guantes cuando atienden las heridas de un atleta. Antes y después de atender la herida, es necesario lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectantes para las manos a base de alcohol.
- Revise con frecuencia la piel para detectar lesiones. Derive a los atletas con heridas al personal médico adecuado y asegúrese de que el contacto con otros jugadores sea mínimo o nulo.
- Aprenda a reconocer las heridas que podrían ser potencialmente infecciosas.
- Lave los artículos personales, como las toallas, y limpie el equipo deportivo con frecuencia, idealmente después de cada uso.
- Haga los arreglos necesarios para que, al inicio de cada temporada, la enfermera de la escuela enseñe a los jugadores a reconocer las infecciones cutáneas.

- Si se identifica una infección, pida la participación del personal apropiado, es decir, la enfermera de la escuela, la administración y los padres para que tomen las medidas necesarias con el fin de evitar contagiar la infección.
- En caso de producirse entre los atletas un brote de infecciones cutáneas, infórmelo a su departamento de salud local.

Para obtener más información acerca de la MRSA, visite los sitios de:

Departamento de Salud del Estado de Nueva York
www.nyhealth.gov

Centros para el control y la prevención de enfermedades
www.cdc.gov



Guía para entrenadores: Prevención del contagio de bacterias entre sus atletas

La información que aparece en este folleto se ha adaptado de los Centros para el control y la prevención de enfermedades, una división del Ministerio de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos.

Estado de Nueva York
Eliot Spitzer, Gobernador
Departamento de Salud
Richard F. Daines, M.D., Comisionado

Guía para Entrenadores

Prevención del contagio de la bacteria entre sus atletas



¿Qué es *Staphylococcus aureus*?

La *Staphylococcus aureus* (*S. aureus*) es una bacteria que generalmente se encuentra en la piel y en la nariz del 20 al 30% de las personas sanas. Esta bacteria suele causar infecciones cutáneas, pero también puede provocar otras infecciones más serias, como neumonía o infecciones sanguíneas.

¿Qué es la MRSA?

La *Staphylococcus aureus resistente a meticilina* (MRSA, por su sigla en inglés) es una cepa de la *S. aureus* resistente a la meticilina, un antibiótico de la misma clase que la penicilina. Por lo general, la MRSA está presente en personas que recientemente han sido hospitalizadas o sometidas a tratamiento en algún centro de salud (como un centro de diálisis).

¿Qué es la CA-MRSA?

Se considera que las infecciones por MRSA extrahospitalaria (CA-MRSA, por su sigla en inglés) están asociadas a la comunidad, debido a que ocurren en personas que no han sido hospitalizadas ni han sido sometidas a procedimientos médicos (por ejemplo, diálisis o cirugía) durante los últimos doce meses.

Se han detectado infecciones por CA-MRSA entre atletas, prisioneros, reclutas militares, asistentes de guarderías, usuarios de drogas inyectables y otras personas que viven en recintos muy llenos de gente o que regularmente comparten artículos contaminados.

¿Cuál es la apariencia de la infección cutánea por CA-MRSA?

Una infección por CA-MRSA puede empezar como un área rojiza en la piel o bien, parecer una espinilla que se puede transformar en un absceso cutáneo o furúnculo que causa fiebre, pus, hinchazón o dolor.

Los profesionales médicos pueden tratar las infecciones cutáneas por CA-MRSA, quienes realizarán una incisión, drenarán y tratarán la herida a nivel local. De ser necesario, es posible que se administren antibióticos. Estas infecciones pueden transformarse en un caso más grave y difícil de tratar si no se les presta atención en forma adecuada y oportuna.

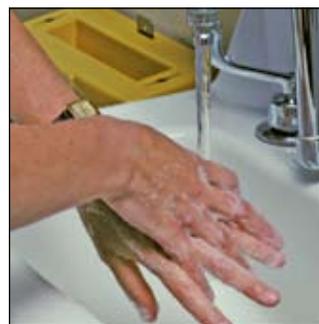
Además, es posible que, de existir previamente una cortada, una abrasión u otra área de la piel irritada que no se mantenga limpia y seca, se transforme en una infección por CA-MRSA.

¿Cómo se contagia la CA-MRSA?

La CA-MRSA se contagia por contacto de una persona a otra o por contacto con artículos contaminados como toallas, máquinas de afeitado, uniformes u equipo deportivo. Las precarias prácticas de higiene facilitan la propagación de la bacteria.



Lugar de la infección: tobillo. Se puede confundir con picaduras de araña.



¿Cómo puedo evitar las infecciones por CA-MRSA en MI equipo?

La Asociación Nacional de Atletas Colegiados (NCAA, por su sigla en inglés) y los Centros para el control y la prevención de enfermedades (CDC, por su sigla en inglés) han determinado que la CA-MRSA es un posible problema entre los atletas. La NCAA recomienda seguir buenas prácticas de higiene personal y evitar el contacto con áreas infectadas para prevenir la transmisión de la CA-MRSA.

Su papel como educador

- Animar a quienes practican deportes de contacto (fútbol, lucha libre, etc.) a que se bañen con jabón en cuanto terminen sus prácticas y competencias.
- Los atletas que comparten equipamiento deben limpiarlo constantemente con desinfectantes comerciales o con una solución hecha con una cucharada de blanqueador en un cuarto de galón de agua.
- Anime a los jugadores a que sólo usen sus propias toallas y a que eviten compartir artículos como uniformes o equipo.
- Refuerce entre los jugadores la importancia de la higiene y del cuidado de las heridas.

Su papel como administrador

- Asegúrese de que siempre haya suficiente jabón y agua caliente.
- Establezca programas de limpieza de rutina para el equipo compartido, como toallas, uniformes, cascos, equipo deportivo y esteras.
- Si un jugador tiene una herida y no le es posible cubrirla en forma adecuada, evalúe la posibilidad de excluirlo de la práctica o competencia hasta que sea posible cubrir la herida o hasta que ésta haya sanado por completo.