

## El contacto con la sangre o los fluidos corporales: Cómo protegerse de una infección

### Contact with Blood or Body Fluids: Protecting against Infection

La sangre y los fluidos corporales como la saliva, el semen y el fluido vaginal pueden contener virus, los cuales pueden transmitirse de una persona a otros. Si entra en contacto con la sangre o los fluidos corporales de alguien puede correr el riesgo de contraer el VIH, la hepatitis B o la hepatitis C, u otras enfermedades transmitidas por la sangre. Otros fluidos corporales como el sudor, las lágrimas, el vómito o la orina, pueden contener y transmitir estos virus si hay sangre presente en el fluido, pero el riesgo es menor.

#### ¿Qué debo hacer si entro en contacto con la sangre o los fluidos corporales?

Si entra en contacto con la sangre o los fluidos corporales, trátelos siempre como potencialmente infecciosos. Si se pincha con una aguja usada, mantenga el miembro afectado hacia abajo para que sangre. No apriete la herida ni la meta en leña. Lave la zona con agua caliente y jabón.

Si le salpica la sangre u otro fluido corporal y tiene en su piel una herida abierta, una herida en proceso de curación, o un rasguño, lave la zona bien con agua y jabón. Si le salpica en los ojos, nariz o boca, enjuáguelos bien con agua. Si le han mordido, lave la herida con agua y jabón.

Si sufre una agresión sexual, acuda al departamento de urgencias de un hospital tan pronto como sea posible. Informar del incidente inmediatamente después de la agresión sexual puede ayudar a asegurarse de que se obtengan tantas pruebas como sea posible. Para obtener más información acerca de agresiones sexuales y para saber qué servicios de apoyo están disponibles, visite la página web de Justice BC (Ministerio de Justicia de BC) en [www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/what-is-a-crime/crime-examples/sexual-assault](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/what-is-a-crime/crime-examples/sexual-assault).

Si ha entrado en contacto con la sangre o los fluidos corporales de alguna de las maneras descritas anteriormente, puede necesitar tratamiento (como una vacuna o medicación) tan pronto como sea posible para protegerle de una infección. Es importante que le evalúen tan pronto como sea posible después del contacto.

#### ¿Qué sucederá en el departamento de urgencias?

Se le pedirá que dé su consentimiento informado para analizar su sangre en busca de una posible infección por VIH, hepatitis B y C. Se decidirá el tratamiento basándose en el tipo de exposición a la sangre o fluido corporal y los resultados de su

análisis. El proveedor de asistencia sanitaria también puede intentar determinar si la sangre o el fluido corporal de la persona con la que entró en contacto puede contener una infección por VIH, hepatitis B y C.

En el caso de una posible exposición al VIH, el proveedor de asistencia sanitaria puede comenzar un tratamiento antivírico sin esperar a los resultados del análisis. Se debe comenzar con este tratamiento tan pronto como sea posible, y es más efectivo si se comienza 2 horas después de la exposición. Se le referirá a su propio proveedor de asistencia sanitaria si debe seguir el tratamiento durante un mes completo.

Para protegerle de la hepatitis B puede que reciba la vacuna contra la hepatitis B y la inmunoglobulina de la hepatitis B. La inmunoglobulina de la hepatitis B contiene anticuerpos que proporcionan una protección inmediata, pero a corto plazo, contra el virus de la hepatitis B. La vacuna contra la hepatitis B proporciona una protección a largo plazo ayudando al cuerpo a crear sus propios anticuerpos contra el virus.

No existe una vacuna para prevenir la infección de la hepatitis C. Los análisis de sangre mostrarán si ha estado expuesto a la hepatitis C o si ha sido infectado con el virus.

Si tiene un corte o herida graves puede que necesite recibir la vacuna contra el tétanos, dependiendo del tipo de herida y su historial de inmunización.

Para saber si ha sido infectado como resultado del incidente, necesitará hacerse análisis de sangre de seguimiento a las 3 y 6 semanas y más tarde a los 3 meses después de la exposición.

#### ¿Qué riesgo corro de contraer VIH, hepatitis B o hepatitis C?

El riesgo de contraer VIH, hepatitis B o C depende de la cantidad de virus en la sangre o en el fluido corporal y el tipo de contacto. Por ejemplo, un pinchazo en la piel supone un riesgo mayor que una salpicadura en la piel.

El proveedor del departamento de urgencias le comunicará si su exposición le pone en riesgo de contraer estas infecciones.

## ¿Cómo puedo evitar la transmisión de la infección a otros?

A veces no es posible saber durante algunos meses si ha sido infectado después de una exposición a la sangre o a fluidos corporales. Si está contagiado, puede transmitir la infección a otros. Mientras espera los resultados de los análisis, tome estas medidas para ayudar a prevenir la transmisión de la infección a otros:

- No tenga relaciones sexuales (vaginales, orales o rectales). Si tiene relaciones sexuales use un preservativo masculino o femenino siempre. Para obtener más información acerca de la prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS), vea [HealthLinkBC File #08o Cómo prevenir las infecciones de transmisión sexual \(ITS\)](#)
- No done sangre, plasma, órganos, leche materna, tejidos o esperma.
- No comparta cepillos de dientes, hilo dental, cuchillas de afeitar u otros objetos que puedan contener sangre o fluidos corporales.
- Cubra cortes y rasguños hasta que sanen.
- Deseche cuidadosamente cualquier cosa que pueda contener sangre, como tampones, toallas femeninas, pañuelos de papel, hilo dental y vendas. Ponga los artículos afilados como cuchillas de afeitar usadas o agujas en un envase y ciérrelo con cinta adhesiva. Térelo a la basura (no lo meta con el reciclado).
- No comparta los utensilios para inhalar, fumar o inyectarse drogas tales como agujas y jeringuillas, pajas y pipas.

Las mujeres que estén amamantando y que hayan sido expuestas a sangre o a fluidos corporales deben hablar con su proveedor de asistencia sanitaria para determinar si es recomendable que continúen amamantando.

Si se queda embarazada, vea a su proveedor de asistencia sanitaria o llame a la Oak Tree Clinic en el BC Women's Hospital and Health Centre (Clínica Oak Tree del Hospital y Centro de Salud de mujeres de BC) al 604 875-2212 o al teléfono gratuito de B.C. al 1 888 711-3030.

## ¿Cómo puedo limpiar un derrame o una herida de manera segura?

Cuando limpie un derrame, lleve guantes limpios desechables y use siempre primero un material absorbente, como papel de cocina. Luego limpie la zona del derrame a fondo con agua y jabón, y finalmente desinféctela con lejía de uso doméstico. Se debe usar una solución reciente de lejía para desinfectar y se puede preparar mezclando 1 parte de lejía con 9 partes de agua. La solución de lejía se debe dejar en contacto con la zona del derrame durante al menos 10 minutos antes de limpiarla.

Lleve guantes cuando manipule cualquier fluido corporal o al limpiar cortes, rasguños o heridas. Lávese las manos con cuidado después de quitarse y deshacerse de los guantes en una bolsa de plástico. Incluya guantes en su botiquín de primeros auxilios para estar preparado.

## ¿Cómo me puedo proteger a mí mismo y a otros?

Enseñe a los niños a nunca tocar agujas, jeringuillas o condones usados y a comunicárselo a un adulto inmediatamente si encuentran uno. Es importante deshacerse rápida y cuidadosamente de un condón, aguja o jeringuilla usados. Use siempre guantes limpios desechables o pinzas, tenazas u otro objeto para recoger condones, agujas y jeringuillas usados. Deseche los condones en una bolsa de plástico. Las agujas y las jeringuillas deben colocarse en un envase de metal o plástico con una tapa a prueba de perforaciones y se deben desechar en la basura normal o según indiquen las leyes municipales. Deseche siempre los guantes usados en una bolsa de plástico y lávese las manos a fondo con agua caliente y jabón. Si el objeto utilizado para quitar el condón, aguja o jeringuilla no es desechable, debe desinfectarlo con lejía.

Lavarse las manos es la mejor manera de prevenir la transmisión de gérmenes. Lávese las manos a fondo con agua tibia y jabón durante al menos 15 o 20 segundos. Se pueden usar desinfectantes a base de alcohol para las manos siempre y cuando no estén demasiado sucias.

Lávese siempre las manos antes y/o después de las siguientes actividades:

- antes de preparar comida y después de manipular alimentos crudos;
- antes de comer o fumar;
- antes de amamantar;
- antes y después de proporcionar primeros auxilios;
- antes y después de proporcionar cuidados a una persona;
- después de ir al baño o cambiar pañales;
- después de manipular sangre o fluidos corporales; y
- después de toser o estornudar.

## Para más información, consulte lo siguiente:

- [HealthLinkBC File #08m El VIH y las pruebas del VIH](#)
- [HealthLinkBC File #18a Vacuna contra el tétanos y la difteria \(Td\)](#)
- [HealthLinkBC File #25a Vacuna contra la hepatitis B](#)
- [HealthLinkBC File #40a Infección por el virus de la hepatitis C](#)
- [HealthLinkBC File #85 Lavado de manos: ayude a evitar la transmisión de gérmenes](#)

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.