



Contacto con sangre o fluidos corporales humanos: Protección contra las infecciones

Contact with human blood or body fluids: Protecting against infections

La sangre y los fluidos corporales, como la saliva, el semen y el flujo vaginal pueden contener virus que pueden transmitirse a otras personas. Si entra en contacto con la sangre o los fluidos corporales de otra persona, podría correr el riesgo de contraer el VIH, la hepatitis B, la hepatitis C u otras enfermedades de transmisión sanguínea. Otros fluidos, como el sudor, las lágrimas, el vómito o la orina, solo pueden propagar estos virus si contienen sangre, e incluso en ese caso, el riesgo es bajo.

¿Qué hacer si entra en contacto con la sangre o los fluidos corporales?

Si entra en contacto con sangre o fluidos corporales, trátelos siempre como potencialmente infecciosos.

- Si se pincha con una aguja usada o un objeto punzante, lave la zona afectada únicamente con agua y jabón. Deje que la herida sangre libremente, pero no la apriete. Nunca utilice lejía ni ningún otro desinfectante en la herida
- Si la sangre o los fluidos corporales salpican la piel en la zona de una herida abierta, una llaga en proceso de cicatrización o un rasguño, lave bien la zona únicamente con agua y jabón
- En caso de salpicaduras en los ojos, la nariz o la boca, enjuague bien con agua corriente. Si le pica un insecto, lave bien la zona afectada con agua y jabón
- Si sufre una agresión sexual, acuda al departamento de urgencias de un hospital tan pronto como sea posible. Denunciar el incidente inmediatamente después de una agresión sexual puede ayudar a preservar las pruebas. Para obtener más información acerca de agresiones sexuales y para saber qué servicios de apoyo hay disponibles, visite

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 estado en contacto con sangre o fluidos corporales de alguna de las formas descritas anteriormente, es posible que necesite tratamiento, tal como una vacuna o medicación, lo antes posible para protegerse contra la infección. Es importante que se le evalúe lo antes posible después del contacto

¿Qué sucederá en el departamento de urgencias?

Se le pedirá que dé su consentimiento informado para que se le realicen análisis de sangre a fin de detectar si hay presencia de VIH, hepatitis B y hepatitis C. Su tratamiento se determinará en función del tipo de exposición a sangre o fluidos corporales y los resultados de sus pruebas. Su proveedor de asistencia sanitaria también puede intentar determinar si la sangre o los fluidos corporales de la persona con la que tuvo contacto pueden transmitir el VIH, la hepatitis B y la hepatitis C.

- En caso de posible exposición al VIH, el proveedor de asistencia sanitaria puede recetarle un tratamiento con medicamentos antivirales sin esperar los resultados de las pruebas. Estos medicamentos deben comenzar a administrarse lo antes posible y son más efectivos si se inician dentro de las 2 horas posteriores a la exposición. Se le remitirá a su propio proveedor de asistencia sanitaria si necesita continuar tomando estos medicamentos durante un mes completo

- Para ayudar a protegerle contra la hepatitis B, es posible que se le administre una vacuna contra la hepatitis B y la inmunoglobulina contra la hepatitis B. La inmunoglobulina contra la hepatitis B contiene anticuerpos que proporcionan protección inmediata, aunque de corta duración, contra el virus de la hepatitis B. La vacuna contra la hepatitis B proporciona una protección duradera ya que ayuda al organismo a producir sus propios anticuerpos contra el virus
- No existe vacuna para prevenir la infección por hepatitis C. Los análisis de sangre mostrarán si usted estuvo expuesto a la hepatitis C o si contrajo el virus
- Si tiene un corte o herida grave, es posible que necesite recibir la vacuna contra el tétanos, dependiendo del tipo de herida y de su historial de vacunación.

Para saber si ha contraído una infección como consecuencia del incidente, necesitará análisis de sangre de seguimiento a las 3 y 6 semanas, y posteriormente a los 3 meses después de la exposición.

¿Qué riesgo hay 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, una perforación de la piel supone un riesgo mayor que una salpicadura sobre la piel.

El proveedor de asistencia sanitaria del departamento de urgencias le indicará si su exposición supone un riesgo de contraer estas infecciones.

¿Cómo se puede evitar la transmisión de la infección a otros?

En ocasiones, no es posible saber durante varios meses si se ha contraído una infección tras la exposición a sangre o fluidos corporales. En caso de haber contraído la infección, podría contagiarla a otras personas. Mientras espera los resultados de sus pruebas, siga estos pasos para ayudar a evitar la propagación a otras personas:

- Evite la actividad sexual (insertiva, receptiva u oral). Si tiene relaciones sexuales, use siempre un preservativo (interno o externo) Para obtener más información acerca de la prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS), visite [HealthLinkBC File #08o Prevención de 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 objetos punzantes, como cuchillas de afeitar usadas o agujas, en un recipiente de metal o plástico y ciérrelo con cinta adhesiva. Tire los artículos a la basura; no los deposite en el contenedor de reciclaje
- No comparta los utensilios para inhalar, fumar o inyectarse drogas tales como agujas y jeringuillas, pajas y pipas

Si está amamantando o dando el pecho y ha tenido contacto con sangre o fluidos corporales, hable con su proveedor de asistencia sanitaria para averiguar si debe continuar amamantando o dando el pecho.

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

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

Al limpiar derrames, utilice guantes limpios y desechables y utilice siempre un material absorbente primero, como toallas de papel, para secar el derrame. A continuación, limpie bien la zona del derrame con agua y jabón y después desinfectela con lejía de uso doméstico. Para desinfectar, se debe utilizar una solución fresca de lejía, que se puede preparar mezclando una parte de lejía con nueve 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 con un trapo.

Utilice guantes limpios al manipular fluidos corporales o al limpiar cortes, rasguños o heridas. Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón después de desechar los guantes en una bolsa de plástico. Incluya guantes en su botiquín de primeros auxilios para estar preparado.

¿Cómo puede protegerse a sí mismo y a los demás?

Enseñe a los niños y adultos que necesitan apoyo a no tocar nunca una aguja, jeringa o preservativo si los encuentran. Dígalos que busquen de inmediato a un adulto o a una persona de confianza.

Si necesita desechar agujas, jeringas o preservativos usados, hágalo de forma rápida y segura:

- Póngase siempre guantes desechables limpios, o use pinzas o tenazas para recoger estos artículos
- Coloque los preservativos usados en una bolsa de plástico bien sellada y tírelos a la basura, en un lugar al que no puedan acceder los niños ni las mascotas
- Coloque las agujas y jeringas en un recipiente de metal o plástico con tapa a prueba de perforaciones. No vuelva a tapar la aguja ni rompa la punta. Mantenga siempre el extremo afilado apuntando hacia abajo y alejado de usted. No tire las agujas a la basura doméstica ni al contenedor de reciclaje. Lleve el envase sellado a una farmacia o a un punto de recogida local
- Quítese los guantes si los lleva puestos, deséchelos en una bolsa de plástico y lávese bien las manos con agua y jabón
- Si la herramienta que utilizó (como pinzas o tenazas) no es desechable, límpiela con agua y jabón y desinféctela con lejía u otro desinfectante adecuado

Lavarse las manos es una de las mejores maneras de prevenir la propagación de gérmenes. Lávese las manos a fondo con agua y jabón neutro durante al

menos 20 segundos (el tiempo que se tarda en cantar el abecedario o la canción de cumpleaños feliz). Si no dispone de agua y jabón, puede utilizar un desinfectante de manos a base de alcohol, siempre y cuando no tenga las manos visiblemente sucias.

Lávese las manos:

- Antes y después de preparar alimentos, comer o dar de comer a otra persona
- Antes de amamantar o dar el pecho
- Antes y después de proporcionar primeros auxilios
- Antes y después de proporcionar cuidados a una persona
- Después de usar el baño o ayudar a alguien a usar el baño
- Después de cambiar pañales
- Después de toser, estornudar o usar un pañuelo
- Después de manipular sangre o fluidos corporales
- Después de manejar objetos compartidos
- Después de estar en contacto con mascotas u otros animales
- Después de manipular basura y desechos animales

Para más información

Para obtener más información, visite:

- [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 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/health-library/healthlinkbc-files 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 o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico 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.