

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 1 de 17

1. Objetivo

Hacer de su conocimiento al personal de intendencia y de mantenimiento existente y de nuevo ingreso el uso del equipo de protección personal para las actividades que realizan dentro del hospital CEMA.

2. Alcance

Comprende a la plantilla del personal de intendencia y de mantenimiento del área de operaciones que labora en la organización.

3. Receptor del servicio

Pacientes, visitantes y personal de la organización.

4. Responsable

Director de operaciones

Gerente de operaciones

Jefe de mantenimiento

5. Áreas Involucradas

AREA	RESPONSABLE (PUESTO)	FIRMA
Operaciones	Director de operaciones	
Operaciones	Gerente de operaciones	
Operaciones	Jefe de mantenimiento	

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 2 de 17

6. Introducción al uso del EPP

En el Hospital CEMA se dispone evitar el riesgo de transmisión de microorganismos de fuentes de infección y vinculados a accidentes por exposición sangre y fluidos corporales.

Todo el personal que labora en el Hospital, está expuesto a factores de riesgo, inherentes a los diferentes oficios realizados por el personal, como riesgos ergonómicos, físicos, químicos y biológicos, los cuales se conjugan y por lo tanto debemos combatirlos con medidas debidamente planificadas, documentadas, socializadas y aplicadas.

Utilizar el equipo de protección personal es necesario e indispensable, pero es igualmente importante conocer el uso correcto de este equipo. Para esto se requiere iniciar con una evaluación del riesgo por exposición relacionada con las actividades que realiza el personal, disponer del equipo y material, y mantener el uso correcto de éstos.

El presente manual se realizó para implementar uso del equipo de protección personal para el personal de intendencia y de mantenimiento que opera dentro del hospital CEMA.

PROCEDIMIENTO PARA COLOCACION DEL EPP AL INICIO DE LABORES

Actividad general	Acciones	Material a utilizar
Previo a la higiene de manos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retire todos sus artículos personales como son anillos, pulseras, relojes o accesorios de las manos y guárdelos en un lugar seguro. 2) Las uñas deben encontrarse sin esmalte y no superar los 0.5 cm del lecho ungueal 3) De lo contrario es importante se retire el esmalte o realice el cortado de las uñas. 	

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 3 de 17

Higiene de manos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mójese las manos con agua. 2) Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos. 3) Frótese las palmas de las manos entre sí. 4) Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa. 5) Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados. 6) Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos. 7) Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa. 8) Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa. 9) Enjuáguese las manos con agua. 10) Séquese las manos con una toalla de un solo uso. 11) Utilice la toalla para cerrar el grifo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Agua potable del grifo. • Jabón Común No quirúrgico. • Toalla de Papel. 	
	Colocación de	<ol style="list-style-type: none"> 1) Revise la integridad de la mascarilla. 2) Identifique la pinza metálica que corresponde a la parte superior. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mascarilla tricapa

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 4 de 17

mascarilla	<ol style="list-style-type: none"> 3) Verifique cuál es el derecho y el revés de la mascarilla, normalmente el lado de color blanco suele ser el revés o parte de atrás. 4) Coloque la mascarilla en su rostro. 5) Dependiendo de las características de la misma, anude ambos sujetadores en la parte posterior, primero el superior que quedará por arriba de la oreja y después el inferior que quedará por debajo de la misma, o simplemente lleve los elásticos detrás de sus pabellones auriculares. 6) Ajuste la pinza metálica de la mascarilla en el puente de la nariz. 7) Despliegue la mascarilla, asegurándose de que no queden espacios entre la mascarilla y el rostro. 8) Mientras use su mascarilla, no toque el frente de la misma para evitar contaminar sus manos. Si de manera accidental usted la toca, realice higiene de manos. 	
Colocación de gafas de protección	<ol style="list-style-type: none"> 1) Extraer gafas 2) Revise la integridad de las gafas. 3) Colocar las gafas sobre los ojos asegurando que no se dejen espacios abiertos en los bordes entre la piel de la cara y las gafas mismas. 4) Pasar al ajuste de estas. 5) Asegurar que se produzca un ajuste cómodo. Si las gafas se fijan a los lentes ópticos y estos se salen al momento de sacarse las gafas, debe preferirse el uso de escudos faciales. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gafas de protección 
Colocación de	<ol style="list-style-type: none"> 1) Extraer un guante y enfundarlo en una 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Guantes de nitrilo

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 5 de 17

guantes	<p>mano, hasta obtener una perfecta adaptación a la mano (ausencia de arrugas) estirando desde el extremo abierto.</p> <ol style="list-style-type: none"> Extraer un segundo guante y proceder a su correcta colocación. En caso de rozadura con superficies metálicas o cristales pudiendo provocar algún tipo de daño, es necesaria la sustitución inmediata del guante dañado. 	 <p>5. Guantes no estériles</p>
Termina procedimiento		

PROCEDIMIENTO PARA EL RETIRO DEL EPP AL FINALIZAR LABORES

Actividad general	Acciones	Material a utilizar
Retiro de guantes	<ol style="list-style-type: none"> Comience por pellizcar y sostener el guante (con la otra mano enguantada) entre la palma y el área de la muñeca. Despegue el guante de la muñeca hasta que se dé la vuelta y cubra los dedos con la mano ahora medio enguantada pellizque y sujete la mano totalmente enguantada entre la palma y la muñeca Despegue el guante de la muñeca hasta que se dé la vuelta y cubra los dedos. Ahora que ambas manos están medio enguantadas quítese el guante de una mano por completo agarrando la parte exterior del guante y despegándolo de la mano Haga lo mismo para la mano restante medio enguantada usando la mano no enguantada, siempre mantener el agarre de la parte interior del guante. Desecharlos en el bote de RPBI 	<ul style="list-style-type: none"> Guantes de nitrilo  <p>5. Guantes no estériles</p>

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 6 de 17

Retiro de Gafas	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retirar equipo de protección facial 2) Incline la cabeza en ángulo de 15° del cuerpo, retirar desde la parte trasera hacia adelante tocando solo las correas. 3) Colocar el protector facial en un recipiente con agua clorada sin generar salpicaduras 	<ul style="list-style-type: none"> • Gafas de protección 
Retiro de mascarilla	<ol style="list-style-type: none"> 1) No toque la parte delantera de la mascarilla, se considera contaminada. 2) Retirar el cubrebocas quirúrgico inclinando la cabeza en ángulo de 15° hacia delante, sujetándolo de los elásticos procurando no tocar la parte externa del cubrebocas y deséchela en el contenedor de la basura especial. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mascarilla tricapa 
Higiene de manos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mójese las manos con agua. 2) Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos. 3) Frótese las palmas de las manos entre sí. 4) Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa. 5) Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados. 6) Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Agua potable del grifo. • Jabón Común No quirúrgico. ▪ Toalla de Papel.

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 7 de 17

- 7) Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 8) Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 9) Enjuáguese las manos con agua.
- 10) Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
- 11) Utilice la toalla para cerrar el grifo.

Termina procedimiento

PROCEDIMIENTO PARA COLOCACION DEL EPP EN CASOS SOSPECHOSOS DE COVID

Actividad general	Acciones	Material a utilizar
Previo a la higiene de manos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retire todos sus artículos personales como son anillos, pulseras, relojes o accesorios de las manos y guárdelos en un lugar seguro. 2) Las uñas deben encontrarse sin esmalte y no superar los 0.5 cm del lecho ungueal 3) De lo contrario es importante se retire el esmalte o realice el cortado de las uñas. 	

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 8 de 17

Colocación de cubre calzado	<ol style="list-style-type: none"> Colocar botas o cubrecalzado, de acuerdo al área donde se va a ingresar. Ajustar botas o cubre calzado 	<ul style="list-style-type: none"> Botas desechables 
	Higiene de manos	<ol style="list-style-type: none"> Mójese las manos con agua. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos. Frótese las palmas de las manos entre sí. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 9 de 17

		<p>izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.</p> <p>9) Enjuáguese las manos con agua.</p> <p>10) Séquese las manos con una toalla de un solo uso.</p> <p>11) Utilice la toalla para cerrar el grifo.</p>	
	Colocación de bata	<p>1) Atar a la altura del cuello, sujetar bien el cordón de la cintura con un nudo lateral.</p> <p>2) Verificar que cubra todo el torso, desde el cuello hasta las rodillas, los brazos hasta la muñeca y alrededor de la espalda</p>	<ul style="list-style-type: none"> Bata desechable  <p>3. Bata</p>
	Colocación de mascarilla	<p>1) Revise la integridad de la mascarilla.</p> <p>2) Colocar la parte frontal de la mascarilla sobre una mano y estirar la cinta superior hacia atrás de la cabeza y debe quedar por encima de las orejas y pasar la cinta inferior por detrás de la cabeza y debe quedar en la región del cuello.</p> <p>3) Comprobar el adecuado sello, Emplear ambas manos en la estructura metálica a la altura de la nariz y ajustar haciendo presión.</p> <p>4) Realizar 2 inhalaciones y 2 exhalaciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mascarilla KN95

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 10 de 17

	profundas, verificar la ausencia de fugas de aire por algún borde y no colapse sobre la nariz o boca.	 6. N95	
Colocación de gafas de protección	<ol style="list-style-type: none"> 1) Extraer gafas 2) Revise la integridad de las gafas. 3) Colocar las gafas sobre los ojos asegurando que no se dejen espacios abiertos en los bordes entre la piel de la cara y las gafas mismas. 4) Pasar al ajuste de estas. 5) Asegurar que se produzca un ajuste cómodo. Si las gafas se fijan a los lentes ópticos y estos se salen al momento de sacarse las gafas, debe preferirse el uso de escudos faciales. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gafas de protección 	
Colocación de gorro	<ol style="list-style-type: none"> 1) Colocar el gorro quirúrgico o escafandra, que cubra cuello y lados de la cabeza, sobre la careta o gafas protectoras. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gorro desechable 	

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 11 de 17

				
Colocación de guantes	<p>4) Extraer un guante y enfundarlo en una mano, hasta obtener una perfecta adaptación a la mano (ausencia de arrugas) estirando desde el extremo abierto.</p> <p>5) Extraer un segundo guante y proceder a su correcta colocación.</p> <p>6) En caso de rozadura con superficies metálicas o cristales pudiendo provocar algún tipo de daño, es necesaria la sustitución inmediata del guante dañado.</p>	<p>▪ Guantes de nitrilo</p>  <p>5. Guantes no estériles</p>		
Termina procedimiento				

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 12 de 17

PROCEDIMIENTO PARA EL RETIRO DEL EPP EN CASOS SOSPECHOSOS DE COVID

Actividad general	Acciones	Material a utilizar
Retirar bata	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retirar la bata de forma lenta y cuidadosa 2) Tome la tela cercana a los velcros y tire suavemente para separarlos, o desate el nudo de las cintillas. Tome la cinta larga de la cintura y tire para desamarrar la bata 3) Realice movimientos circulares con los hombros hacia delante tratando de deslizar la bata por los hombros y posteriormente hasta sus brazos 4) Con su mano dominante introduzca sus dedos por debajo del puño contrario y extraiga parte de la manga para cubrir la mano, con la mano cubierta tire de la manga contraria para cubrir su mano visible 5) Ubique sus manos al centro y empiece a enrollar la bata sobre sí misma, envolviendo la parte externa, saque sus manos solo tocando la parte interna de la bata y separándola del cuerpo 6) Deseche la bata de manga larga impermeable desechable en el contenedor designado de RPBI 	<ul style="list-style-type: none"> • Bata desechable 

Elaboró ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	Autorizó ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	Revisó LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	Libero DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 13 de 17

Retirar gorro	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retirar el equipo que cubre la cabeza (gorro) con precaución para evitar contaminarse la cara 2) Comenzar tomando los lados o por la parte posterior, cuidado que no toque la piel, estirar, enrollar y desechar de manera segura 	<ul style="list-style-type: none"> • Gorro desechable 
Retiro de Gafas	<ol style="list-style-type: none"> 1) Retirar equipo de protección facial 2) Incline la cabeza en ángulo de 15° del cuerpo, retirar desde la parte trasera hacia adelante tocando solo las correas. 3) Colocar el protector facial en un recipiente con agua clorada sin generar salpicaduras 	<ul style="list-style-type: none"> • Gafas de protección 
Retiro de mascarilla	<ol style="list-style-type: none"> 1) No toque la parte delantera de la mascarilla, se considera contaminada. 2) En caso de mascarilla N95, inclinar la cabeza hacia adelante en ángulo de 15°, sujetar la tira inferior de la mascarilla quirúrgica o respirador y estirar desde atrás hacia adelante y retirar, con la cabeza inclinada se estira la tira superior de atrás hacia adelante y se sostiene, se retira y se desecha. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mascarilla KN95  <p>6. N95</p>

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 14 de 17

Retiro de botas	1) Se retiran las botas y se desechan en el bote de RPBI	<ul style="list-style-type: none"> Botas desechables 
	<ol style="list-style-type: none"> Comience por pellizcar y sostener el guante (con la otra mano enguantada) entre la palma y el área de la muñeca. Despegue el guante de la muñeca hasta que se dé la vuelta y cubra los dedos con la mano ahora medio enguantada pellizque y sujete la mano totalmente enguantada entre la palma y la muñeca Despegue el guante de la muñeca hasta que se dé la vuelta y cubra los dedos. Ahora que ambas manos están medio enguantadas quítese el guante de una mano por completo agarrando la parte exterior del guante y despegándolo de la mano Haga lo mismo para la mano restante medio enguantada usando la mano no enguantada, siempre mantener el agarre de la parte interior del guante. Desecharlos en el bote de RPBI 	<ul style="list-style-type: none"> Guantes de nitrilo  <p>5. Guantes no estériles</p>
	1) Mójese las manos con agua. 2) Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.	<ul style="list-style-type: none"> Agua potable del grifo. Jabón Común No quirúrgico. Toalla de Papel.

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 15 de 17

- 3) Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 4) Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.
- 5) Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 6) Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 7) Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 8) Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 9) Enjuáguese las manos con agua.
- 10) Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
- 11) Utilice la toalla para cerrar el grifo.

Termina procedimiento

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 16 de 17

ORDEN DE COLOCACION DE EPP



1. Higiene de manos



2. N95



3. Protección ocular/Facial



4. Bata



5. Guantes no estériles

Orden de Colocación



ORDEN DE RETIRO DE EPP



1. Guantes no estériles



2. Higiene de manos



3. Bata



4. Higiene de manos



5. Protección ocular/Facial



6. N95



7. Higiene de manos

Orden de Retiro



Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			

MANUAL SOBRE EL USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

Departamento / Área: Operaciones	Vigente a partir de: Febrero 2022	Clave: CEMA-MN-OP-UEPP-16
	Versión: 2.0	Página 17 de 17

PROCESO DE LAVADO DE MANOS



¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

 <p>0 Mójese las manos con agua;</p>	 <p>1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;</p>	 <p>2 Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>
 <p>3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>	 <p>4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>	 <p>5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p>
 <p>6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p>	 <p>7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p>	 <p>8 Enjuáguese las manos con agua;</p>
 <p>9 Séquese con una toalla desechable;</p>	 <p>10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;</p>	 <p>11 Sus manos son seguras.</p>

Elaboró	Autorizó	Revisó	Libero
ING. TINO ERICK URBANO TREJO JEFE DE MANTENIMIENTO	ING. CRUZ ALEJANDRO CARRERA GARCIA DIRECTOR DE OPERACIONES	LIC. ROSA ANGELICA BEJARANO LOPEZ COORDINADORA DE CALIDAD	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS DIRECTORA GENERAL DE CEMA
Este documento es propiedad de Clínica de Medicina Deportiva S.A. de C.V.			