



INSTRUCTIVO PREVENCIÓN COVID-19
RESCATISTAS VOLUNTARIOS CUERPO DE SOCORRO ANDINO DE CHILE
Dirección Técnica – Departamento de Salud – Departamento de Psicología
VERSIÓN N° 1 - 22 marzo 2020

PRESENTACIÓN

Este protocolo tiene por objetivo informar pautas preventivas de la enfermedad COVID-19 en labores de búsqueda y rescate en montaña realizadas por rescatistas del Cuerpo de Socorro Andino de Chile. Está basado en recomendaciones que han sido publicadas, a la fecha, las cuales pueden cambiar en la medida que la comunidad científica actualice nueva información al respecto.

Agradecimientos a la colaboración de:

Dirección Nacional Marta Larenas Z. Jefe Nacional. Dirección Técnica Darío Arancibia L. Departamento de Salud CSA Rolly Elías y Robinson Talavera C., Departamento de Psicología CSA Sandra Arias O., Samuel Chong A. y Sandra Mora N., Dirección Regional Metropolitana Juan Carlos Rojas. Paula Bustos U. (Voluntario Honorario) y Julio Aravena (Voluntario Activo).

ASEGURA A TUS COMPAÑEROS



**¿Escararías con una cuerda rota?
No cuidarse en una emergencia sanitaria por pandemia,
es lo mismo.**

La misión de un rescatista es salvar vidas

¡Ahora es el momento de hacerlo!



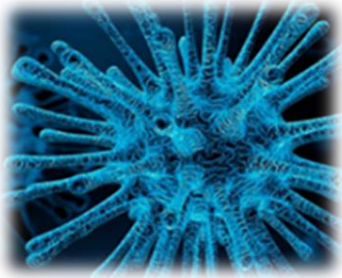
Asegura a tus compañeros.

**Cuidate y cuida a tu familia
de llevar contagio COVID-19.**

**Cuida a tus compañeros, a
sus familia y comunidad.**

Cueva del Milodon, Curso de Rescate CSA - Pto. Natales
Foto: Darío Arancibia

COVID-19



QUÉ ES COVID-19

- El virus se denomina SARS-CoV-2.
- La enfermedad se llama COVID-19.
- El SARS-CoV-2 se transmite por gotas y por autoinoculación desde superficies contaminadas a las mucosas (nariz, ojos o boca).
- SARS-CoV-2 persiste en superficies inanimadas de 2 horas a 9 días.



PRINCIPALES SINTOMAS COVID-19

- Fiebre alta más de 38°
- Tos
- Dificultad respiratoria

Otros síntomas que se podrían presentar.

- Fatiga, dolor muscular, dolor de garganta y dolor de cabeza.



¿CÓMO SE CONTAGIA?

- Se transmite de persona a persona y al contacto directo con un enfermo (sintomático o asintomático).
- A través de gotitas provenientes al hablar y en mayor cantidad por tos y estornudos.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, los ojos o la nariz.

PREVENCIÓN COVID-19

- Siga las instrucciones de la autoridad sanitaria.
- Lavarse las manos frecuentemente; especialmente después del contacto directo con personas enfermas o su entorno.
- Al estornudar o toser, cubrirse nariz y boca con el antebrazo o pañuelo desechable.
- Evitar contacto directo con personas que padezcan infecciones respiratorias.
- Ventilar los espacios comunes.
- Utilizar mascarillas al estar al aire libre.
- Evitar aglomeraciones.
- Distanciamiento social (mínimo 1 metro de la otra persona).
- Evitar el contacto físico, incluyendo saludos de mano, beso o abrazo.
- Para tomar los objetos de manoseo común como picaportes, pasamanos de escaleras, etc. utilice la mano menos diestra (es poco frecuente que esa mano se use para llevarla a la cara, nariz o los ojos).
- Si tiene dudas, puede consultar al teléfono del 6003607777 del Ministerio de Salud de Chile o visitando <https://saludresponde.minsal.cl/>

Cómo lavarse las manos:

¡Atención! Lavar con frecuencia y correctamente las manos es una de las medidas de prevención más importantes y efectivas.



1. Mojar las manos con agua corriendo.
2. Enjabonarse y frotar las manos hasta que el jabón haga espuma; mantener durante al menos 20 segundos.
3. Restriegue: *ambos lados de la mano, entre medio de los dedos y desde los codos hacia las manos.*
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriendo, limpia. Y cerrar la llave con papel desechable o el codo.



“Cuando tengas dudas sobre prevención de COVID-19 en labores de búsqueda o rescate en montaña, como rescatista CSA, siente la confianza de preguntar. Hay una institución que los respalda. Y un equipo técnico y de profesionales de salud al servicio de ustedes para apoyar su labor; no están solos”

INDICACIONES PARA PREVENCIÓN COVID-19 EN OPERACIONES DE BÚSQUEDA Y RESACATE EN MONTAÑA CSA.

En el marco de la pandemia COVID-19 en el contexto nacional e internacional:

- ↗ **La participación de CSA en operaciones de búsqueda y rescate quedan restringidas a los casos estrictamente necesarios** y en coordinación con la autoridad, en tanto dure el período de “Cuarentena” en el país.
- ↗ **Estado de Excepción Constitucional de Catástrofe en Chile.**
 - Se suspende todo tipo de reuniones presenciales; en caso necesario, las reuniones deberán ser en modalidad remota (teléfono, internet).
 - Los traslados por vías urbanas y/o rurales, serán de acuerdo con lo que indique la autoridad.
 - Si se suspende el tránsito, será deber del Jefe de Delegación gestionar Salvoconducto para los voluntarios que presten servicio en terreno.
 - Ningún voluntario puede movilizarse, uniformarse, ni actuar a nombre del Cuerpo de Socorro Andino de Chile sin la debida coordinación con su Delegación y autorización de su Jefe de Delegación.
 - Puedes informarte acerca de qué es el Estado de Excepción Constitucional de Catástrofe en Chile, en el siguiente enlace: <https://www.bcn.cl/noticias/que-es-el-estado-de-excepcion-constitucional-de-catastrofe>
- ↗ **Utilización de infraestructura del Cuerpo de Socorro Andino de Chile (vehículos, cuartel, refugio, oficinas regionales) para recibir pacientes COVID-19:** Ante solicitud de la autoridad, Jefes de Delegación informar inmediatamente Dirección Nacional quienes tomarán las decisiones.
- ↗ **Colabore con el personal de salud evitando accidentes en montaña.** Por favor, postergue la práctica recreativa y deportiva del montañismo. El personal de salud de Chile está atendiendo pacientes graves con COVID-19, al límite de sus capacidades. Atender un accidente aumenta su carga de trabajo y consume los escasos recursos que hay para salvar vidas.

- ↗ **Disciplina.** Trabajar en contexto de crisis social por pandemia requiere más disciplina que lo habitual; colabore con los líderes y siga sus instrucciones.
- ↗ **Compañerismo.** Trabajando en situaciones de alta complejidad es normal estrés en las personas y que las relaciones interpersonales se afecten. La colaboración, paciencia y empatía entre compañeros de trabajo marcará la diferencia en nuestro bienestar como equipo de trabajo.
- ↗ **No promueva rumores.** Modere su exposición a redes sociales e infórmese con fuentes confiables.

Fuentes de información recomendadas:

- Ministerio de Salud de Chile. Plan de Acción Coronavirus COVID-19. <https://www.minsal.cl/nuevo-coronavirus-2019-ncov/material-de-descarga/>
- Ministerio de Salud de Chile. Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes COVID-19 (excluidos los establecimientos de atención de salud). Plan de Acción Coronavirus COVID-19. <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-Y-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Organización Panamericana de la Salud. Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19). <https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>



ALERTA - LLAMADA DE EMERGENCIA

ESTADO DE SALUD DE LOS RESCATISTAS

- ↗ Prohibida la participación de rescatistas con síntomas COVID-19 en TODA labor de búsqueda, rescate y/o Ayuda Humanitaria donde sea convocado el Cuerpo de Socorro Andino de Chile.
- ↗ Etapa planificación: chequear si alguno de los rescatistas tiene síntomas de COVID-19. En caso afirmativo, avisar a la autoridad sanitaria. Contando con la colaboración de su jefatura directa, procurando prudencia en el manejo de información personal del rescatista y con resguardo a su dignidad, como persona.
- ↗ Si usted padece síntomas de COVID-19, tiene el deber ético de avisar a su jefatura directa con el fin de tomar medidas de prevención inmediatas. Por usted, y por sus compañeros.

PLANIFICACIÓN

- ↗ Al recibir Alerta de extravío, accidente y/o fallecimiento, chequear si la víctima tiene síntomas de COVID-19.
- ↗ En caso de víctima con síntomas de COVID-19.
 - Avisar a la autoridad sanitaria por medio de su jefatura directa.
 - Maneje la información personal de la víctima con prudencia, no publique en redes sociales y procure el resguardo de la dignidad de la víctima y de sus familiares, como personas.
 - Si en el proceso de coordinación de operaciones, usted nota a los familiares de la víctima afectados por esta situación, muestre empatía y aplique procedimiento de Primeros Auxilios Psicológicos.
- ↗ En Briefing (reunión inicial) informar a todos los rescatistas que están prestando servicio sobre la condición del accidentado.
- ↗ La comunicación con familiares y testigos debe ser remota (teléfono, internet, radio). Salvo, en terreno, y cuando sea estrictamente necesario, la comunicación presencial será con una distancia social de 1 metro mínimo y utilizando elementos de protección personal.

USO DE EQUIPOS Y MATERIALES.

- ↗ Utilice su equipo de montaña personal, disminuyendo al máximo el intercambio de equipo entre compañeros de rescate.
- ↗ Uso de bodega:
 - Planificación fuera de bodega y solo 1 rescatista puede ingresar a bodega para retirar y guardar el equipo.
 - El rescatista encargado de bodega debe ingresar con mascarilla, guantes y lavado de manos previo.
 - Al finalizar el trabajo en bodega, desinfectar las superficies con debida precaución de no dañar los equipos de montaña.
- ↗ Equipos de radiocomunicación:
 - Uso limitado al rescatista encargado de comunicaciones.
 - Evitar al máximo el intercambio equipos de radiocomunicación entre rescatistas, tanto en coordinación como en terreno.
 - En caso necesario, antes de entregar el equipo de radiocomunicación a otra persona, desinfectar con un pañuelo con alcohol y eliminar el pañuelo en la basura.
 - Al desinfectar equipos de radiocomunicación, prevenir el daño a baterías y circuitos. Antes de manipularlos con cualquier líquido, apagar el equipo, sacar la batería y esperar al menos 20 segundos antes de encenderlos nuevamente.

Nota: Si no consigue alcohol gel, puede preparar:

- a. Comprar alcohol y gelatina sin sabor.
- b. Mezclar. Si la mezcla queda muy espesa, puede diluir con más alcohol o bien con muy poca agua.
- c. Si consigue alcohol de 96° usted debe diluir el alcohol en agua. Para ello en un recipiente con graduación agregue 70 ml de alcohol y 30 ml de agua hervida o destilada si cuenta con ella.

CUARTEL, REFUGIO, OFICINAS REGIONALES Y VEHICULOS.

Utilización **solamente en caso estrictamente necesario**. Recordar que mientras persista la emergencia sanitaria por pandemia, está suspendida toda reunión presencial de rescatistas CSA.

- ↗ Antes de ingresar al cuartel, refugio u oficinas regionales, medir la temperatura de los rescatistas.
- ↗ Instalaciones y vehículos deben ser desinfectados.
- ↗ El lugar debe ser ventilado.

Especificaciones técnicas:

Para mantener limpieza en lugares y superficies, ajustarse a lo indicado en el por el Ministerio de Salud de Chile en su **Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes COVID-19** del Plan de Acción Coronavirus COVID-19. Disponible en internet en el siguiente enlace: <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-Y-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf>



RESCATE

- ↗ Procure (en la medida de lo posible tomando en cuenta su labor de Primera Respuesta) el distanciamiento social de 1 metro y no tocarse.
- ↗ Al estar en ambientes públicos o con aglomeraciones, rurales o urbanos, utilizar mascarilla desechable. Se recomienda mascarilla N95. Considere, que las mascarillas no eliminan el riesgo por completo, sino que, lo disminuyen al bloquear las gotitas de saliva y tener en cuenta que el virus también puede infectar por los ojos.
- ↗ Atención de accidentados.
 - Aplique procedimiento habitual de Primeros Auxilios y Soporte Vital, de acuerdo con las orientaciones de la Sociedad Internacional de Medicina de Montaña (ISMM) y la Wilderness Medical Society.
 - Uso obligatorio de mascarilla, guantes, antiparras (los ojos también son una vía de exposición) y EPP completo, en todos los casos. Al finalizar, botar guantes y mascarillas a la basura, no reutilizar.
 - Limitar el contacto con el accidentado a lo estrictamente necesario para realizar Primeros Auxilios y evacuación.
- ↗ Evacuación con camillaje: Uso de guantes de procedimiento (látex o nitrilo) y mascarilla durante todo el proceso de evacuación. Al finalizar, botarlos a la basura, no reutilizar.
- ↗ Incluya bolsas de basura en el equipo de rescate y utilícelas en forma planificada, manteniendo la profilaxis de restos de alimentos, papel higiénico usado, apósitos, guantes y otros.
- ↗ Pelo largo, tomado.
- ↗ No tocarse la cara.
- ↗ Si usted tose, cubra su boca con un pañuelo desechable.
- ↗ Si el accidentado requiere toser, facilite un pañuelo desechable para pueda cubrir su boca.
- ↗ No comparta botellas de hidratación ni con el accidentado ni entre compañeros de rescate. Incluir en su equipo de rescate un vaso plástico para utilizar, exclusivamente, para hidratación del accidentado. Después del rescate, botar el vaso en la basura (no reutilizar).



DESMOVLIZACIÓN

- ↗ Debriefing en terreno (reunión final) manteniendo distancia social de 1 metro entre rescatistas.
- ↗ Desinfección del equipo de rescate (ropa, camillas, etc.); lavar con solución jabonosa.
- ↗ Cuidado del equipo al desinfectar. Recuerde que materiales como cuerdas, coordines, arnés, mosquetones y otros, *resguardan nuestra vida en la montaña* y son delicados. Aún al desinfectar, mantenga las precauciones habituales en el manejo de los equipos. NO utilice cloro, bencina ni otras sustancias que puedan dañarlo.
- ↗ Cuerdas, coordines, cintas y/o arnés, lavar en lo posible solo con shampoo (tipo shampoo para niños). Mejor aún si los ingredientes son a base de sales de amonio.
- ↗ Higiene personal. Cuando regrese a casa:
 - Intente no tocar nada, quítese los zapatos y quítese el uniforme de rescate fuera de la casa, echándolo en una bolsa para lavar.
 - Darse un baño con jabón.
 - Recuerde que no es posible hacer una desinfección absoluta, solo estamos procurando disminuir el riesgo.
- ↗ Ante cualquier cambio de salud que usted como rescatista perciba en sí mismo, posterior a su participación en búsqueda o rescate, y que pueda asociarse a síntomas de COVID-19, tome las medidas establecidas, informe a la autoridad sanitaria y avise de inmediato a su jefatura directa. Favor revisar el siguiente link: <https://coronachile.com/>

Kit COVID-19.

Recordar que los elementos de protección personal NO eliminan el riesgo por completo, solo lo disminuyen. Utilice todo su conocimiento en el uso de EPP y descontaminación para protegerse a sí mismo, su familia y comunidad.

Los elementos de protección personal que recomendamos llevar en su mochila, para prevención COVID-19, son los siguientes:



- ↗ Guantes de procedimiento de látex o nitrilo.
- ↗ Mascarilla de preferencia N95.
- ↗ Antiparras (o escudo facial).
- ↗ Alcohol gel y/o solución de alcohol de concentración al 70%.
- ↗ Termómetro.
- ↗ Pañuelos desechables.
- ↗ Bolsas para basura.
- ↗ Vaso para hidratación de accidentado.

Checklist COVID-19 - SAR en Montaña

Listado organizado según etapas SAR Localizar, Llegar, Estabilizar y Evacuar. Durante las operaciones de búsqueda y rescate debemos mantener las siguientes precauciones.

Llamado de emergencia y salida a operativo SAR	
	Preguntar al accidentado si tiene síntomas de COVID-19.
	Briefing a todos sobre condición del accidentado.
	Mantener distancia social.
	Preguntar si algún rescatista tiene síntomas de COVID-19.
Localizar	
	Mantener distancia social.
	Llevar equipo de protección personal para COVID-19.
	Doble chequeo del equipo de protección personal COVID-19.
	Mapas, radios y otros elementos SOLO de uso personal (no compartir).
Llegar	
	Mantener distancia social
	No compartir elementos de hidratación y alimentación
	Mapas, radios y otros elementos SOLO de uso personal (no compartir).
Estabilizar	
	Preguntar al accidentado si tiene COVID-19.
	Tomar temperatura y chequear síntomas COVID-19.
	Uso estricto de EPP (mascarilla, guantes, etc).
	Reducir al máximo el contacto con el accidentado.
	No tocarse la cara.
	No compartir elementos de hidratación y alimentación.
Evacuar	
	Uso estricto de EPP (mascarilla, guantes, etc.).
	Reducir al máximo el contacto con el accidentado.
	No tocarse la cara.
	Precaución al tocar elementos de rescate (camillas, cuerdas, mosquetones, inmovilizadores, etc.).
Desmovilización	
	Debriefing - Mantener distancia social.
	Desinfección del equipo de rescate (camillas, etc)
	Higiene personal

Autor: Darío Arancibia Labarca.

ANEXOS

Para más información acerca de cómo prevenir COVID-19, te invitamos a revisar material audiovisual elaborado por el Ministerio de Salud de Chile, en los siguientes enlaces:



<https://www.dropbox.com/s/uhf5ygzx4z3r38c/ANI%20Coronavirus%20Prevenci%C3%B3n.mp4?dl=0>



<https://www.dropbox.com/s/w23fwucpzd5zw/ANI%20Coronavirus%20Que%20es-s%C3%ADntomas.mp4?dl=0>

Materiales Ministerio de Salud de Chile COVID-19

<https://www.minsal.cl/nuevo-coronavirus-2019-ncov/material-de-descarga/>

¿Sabe qué es el Coronavirus?

PLAN DE ACCIÓN
CORONAVIRUS
COVID-19

El COVID-19 es un virus que causa una enfermedad **similar a la gripe** y en algunos casos Infección Respiratoria Aguda Grave.

RECONOZCA SUS PRINCIPALES SÍNTOMAS



Fiebre alta
sobre 38°C



Tos



Dificultad
respiratoria

Si presenta alguno de estos síntomas, **diríjase al Servicio de Urgencia más cercano** alertando sobre ellos.



Si tiene dudas llame a Salud Responde
Disponible las 24 horas del día

LLAME A SALUD RESPONDE
600-360-7777

¿Qué hacer para prevenir el Coronavirus?

PLAN DE ACCIÓN
CORONAVIRUS
COVID-19



Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón o utilice gel de alcohol.

Al toser o estornudar cubra boca y nariz con pañuelos desechables y elimínelos.



Evite tocar o acercarse a personas con infecciones respiratorias.



Si tiene dudas llame a Salud Responde
Disponible las 24 horas del día

LLAME A SALUD RESPONDE
600-360-7777

Referencias:

- Ministerio de Salud de Chile. Plan de Acción Coronavirus COVID-19. <https://www.minsal.cl/nuevo-coronavirus-2019-ncov/material-de-descarga/>
- Ministerio de Salud de Chile. Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes COVID-19 (excluidos los establecimientos de atención de salud). Plan de Acción Coronavirus COVID-19. <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-Y-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf>
- Servicio de Salud Metropolitano Central. Hospital de Urgencia Asistencia Pública. Memorandum N° 084 del 20 de Marzo 2020. Manejo de pacientes sospechosos o confirmados de COVID-19 en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital de Urgencia Asistencia Pública (Santiago de Chile). Versión 1.0.
- Organización Mundial de la Salud. Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Organización Mundial de la Salud. “Comunicación de riesgos y participación comunitaria (RCCE) en la preparación y respuesta frente al nuevo COVID-19 de 2019 (2019-nCoV) Orientaciones provisionales” 26 de enero de 2020. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330860/9789240001039-spa.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19). <https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>
- Coronavirus COVID 19. Recomendaciones Departamento Médico de la Junta Nacional Bomberos de Chile Autor: Dr Rodrigo Rernández R - Cirujano Nacional 03/03/2020
- Parada, E. (2008). Psicología y Emergencia. Habilidades Psicológicas en las profesiones de socorro y emergencia. 2ed. Ed. Desclee De Brouwer, España.

