

**MANUAL DE BIOSEGURIDAD  
PARA CONSULTORIOS DE  
OPTOMETRÍA.  
IMPACTO COVID 19**

**SU SANA VISIÓN**



**OJO CON EL CORONAVIRUS**

**Mayo 2020**

**ASOCIACIÓN MEXICANA DE FACULTADES, ESCUELAS, COLEGIOS Y  
CONSEJOS DE OPTOMETRÍA A.C.**

**AMFECCO**

## **Licenciado(a) en Optometría:**

Con el gusto de saludarte y deseando te encuentres bien de salud, al igual que tus seres queridos.

En mi deber como presidente de la Asociación Mexicana de Facultades, Escuelas, Colegios y Consejos de Optometría A.C, es importante informarte que se ha trabajado con un grupo de colegas para crear y poner a tu disposición el siguiente manual de bioseguridad sugerido para los consultorios de Optometría. Cambios obligados derivados de la pandemia por el COVID-19, enfermedad que nos pone en alto riesgo directamente en la atención que brindamos a nuestros pacientes.

Haciendo énfasis en la distancia a la cual debemos trabajar como profesionales de la salud visual, esto nos coloca en una situación elevada de contagio por el COVID-19.

La falta de conocimiento, normatividad, reglamentación y regulación sanitaria en nuestra profesión y en nuestro país, nos da la oportunidad de mostrar enfáticamente que somos una actividad esencial para la población en nuestro país, por tanto, tomar acciones pertinentes en el área de consulta optométrica es indispensable y sumamente necesaria.

Sabemos que, como profesionista de la salud, estas enterado de las múltiples recomendaciones por parte de la Organización Mundial de la Salud, así como de diferentes organismos nacionales e internacionales.

Es nuestra obligación como profesionales de la salud visual, estar al pendiente de los reglamentos, boletines y comunicados gubernamentales en materia de apertura de los diferentes establecimientos comerciales y sanitarios.

De este modo, somos profesionales responsables al practicar las normas de seguridad e higiene, para protegemos a nosotros mismos, así como a nuestros pacientes. Con ello, podemos evitar la suspensión de nuestros consultorios por no reunir los requisitos para establecimientos comerciales y sanitarios.

Lo que a continuación te presentamos, es un trabajo realizado por AMFECCO para la actividad de los Licenciados en Optometría con sugerencias y recomendaciones para la

nueva normalidad a la que estaremos sujetos en la reapertura o continuidad en la consulta diaria de Optometría.

Seguimos trabajando y teniendo acercamiento con diferentes organismos de regulación sanitaria, para fomentar la práctica profesional responsable y evitar la mala praxis; hoy más que nunca la diferencia en la práctica profesional realizada por nosotros los Licenciados en Optometría debe hacerse notar; de todos depende llevarla a cabo con ética, responsabilidad y sobre todo humanidad.

Como profesional informado y conciente que en nuestras manos está la salud de las personas que acuden a nosotros confiando y poniendo en nuestras manos su salud visual, y ahora también su salud en general.

Sabemos que el reto es grande, mas no imposible, hemos avanzado en el posicionamiento como asociación ante diferentes organismos nacionales e internacionales, buscando hacer notar la necesidad y urgencia en legislación, normatividad y regulación sanitaria para el adecuado ejercicio de la Optometría.

Quienes hemos estado al frente de AMFECCO, trabajamos en que la mejora continua para estudiantes, pasantes y egresados, sea de la mejor calidad, agradecemos infinitamente su participación en los diferentes eventos organizados por la Asociación en beneficio de todos y de la Optometría Mexicana, sin embargo, depende de cada uno de nosotros contribuir con nuestra labor para realizar los cambios.

Esperamos tengas una exitosa reapertura de tu consultorio en la nueva normalidad, tomando las consideraciones necesarias para cuidarte, cuidar a tu familia y a tus pacientes.

**“Por una optometría de excelencia en México” AMFECCO.**

**Lic. Opt. Marcelo Hernández Ramos.  
Presidente de la Asociación Mexicana de Facultades,  
Escuelas, Colegios y Consejos de Optometría.**

---

---

## ÍNDICE

---

<b>Introducción .....</b>	<b>5</b>
<b>Síntomas .....</b>	<b>6</b>
<b>Transmisión .....</b>	<b>7</b>
<b>Manifestaciones oculares .....</b>	<b>7</b>
<b>Recomendaciones de Bioseguridad para el licenciado en Optometría ...</b>	<b>8</b>
<b>Medidas personales .....</b>	<b>10</b>
<b>Medidas individuales .....</b>	<b>10</b>
<b>Medidas generales de prevención .....</b>	<b>11</b>
<b>Medidas para el personal laboral .....</b>	<b>11</b>
<b>Bioseguridad del consultorio .....</b>	<b>12</b>
<b>Productos para desinfección .....</b>	<b>12</b>
<b>Atención y seguridad del paciente .....</b>	<b>13</b>
<b>Triage respiratorio .....</b>	<b>15</b>
<b>Medidas de control de la atención .....</b>	<b>16</b>
<b>Orientación del paciente</b>	
<b>Usuario de lentes de contacto .....</b>	<b>17</b>
<b>Paciente con glaucoma .....</b>	<b>17</b>
<b>Telemedicina .....</b>	<b>18</b>
<b>Clasificación de equipo para desinfección .....</b>	<b>18</b>
<b>Eliminación de residuos .....</b>	<b>19</b>
<b>Agradecimientos .....</b>	<b>22</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>22</b>

# MANUAL DE BIOSEGURIDAD PARA CONSULTORIOS DE OPTOMETRÍA (COVID- 19)

---

## INTRODUCCIÓN

---

### ANTECEDENTES

Como es bien conocido el SARS-CoV2, apareció en China en la ciudad de Wuhan en diciembre 2019, provoca la enfermedad llamada COVID-19, se extendió por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.

### IMPACTO COVID 19

La pandemia del SARS-CoV-2 debido a su alta transmisibilidad ha tenido impacto en diferentes áreas de la vida de la humanidad, pues no solo tiene una tasa de mortalidad significativa, especialmente en los ancianos y aquellos con comorbilidades como inmunodepresión, enfermedades respiratorias, diabetes mellitus e hipertensión arterial. Se ha producido un número significativo de víctimas mortales mundiales; ha representado un cambio cultural, así como económico, ecológico. Principalmente el impacto en la salud de todo el mundo. En nuestro país, atravesamos el momento de mayor saturación de casos en prácticamente todos los hospitales de todos los estados.

Los síntomas de COVID-19 generalmente aparecen dentro de 2 a 14 días después de la exposición al virus. En un estudio del 10 de marzo en *Annals of Internal Medicine*, encontraron que el período de incubación promedio para el SARS-CoV-2 fue de 5 a 7 días, y los pacientes fueron típicamente infecciosos durante varios días antes del inicio de los síntomas. Según lo informado recientemente por la [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov), estos pueden incluir tos y dificultad para respirar, o al menos 2 de los siguientes:

Fatiga, fiebre mayor a 38°C, escalofríos, dolor muscular y de cuerpo, dolor de cabeza, dolor de garganta y pérdida del sabor u olor. Los pacientes de edad avanzada pueden mostrar solo letargo y confusión. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son dolor y malestar general, congestión nasal, dolor de cabeza, conjuntivitis, dolor de garganta, diarrea, pérdida del gusto o el olfato y erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies.

Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas sólo presentan pocos síntomas o son asintomáticas. Las complicaciones en casos graves incluyen neumonía, insuficiencia renal, cardiopatía, accidente cerebrovascular y encefalopatía.

Más del 97% de los que desarrollaron síntomas lo hicieron dentro de los 11.5 días de exposición, hallazgos que respaldan aún más las recomendaciones actuales de cuarentena de 14 días. Recientemente, la infección por SARS-CoV-2 en niños se asoció con un síndrome inflamatorio multisistémico grave con características que se superponen con la enfermedad de Kawasaki y el síndrome de shock tóxico.

La propagación del COVID-19 se basa en gran medida en lo que se sabe sobre otros coronavirus similares. Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona a través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda. O a través del contacto de las manos con objetos o superficies contaminadas que luego se llevan a la cara, boca, nariz u ojos. También se ha encontrado ARN viral en muestras de heces de pacientes infectados, lo que aumenta la posibilidad de transmisión a través de la ruta fecal/oral.

La contaminación ambiental por SARS-CoV-2 es otro motivo de preocupación. En un estudio publicado en el New England Journal of Medicine, los científicos pudieron detectar SAR-CoV-2 viable en aerosoles hasta 3 horas después de la aerosolización, aunque en una configuración experimental sin ventilación, y no necesariamente reflejando cómo se comporta el virus en condiciones de la vida real. El estudio también encontró que los virus infecciosos podrían sobrevivir hasta 24 horas en cartón, hasta 4 horas en cobre y hasta dos a tres días en plástico y acero inoxidable.

---

## MANIFESTACIONES OCULARES

---

Como profesionales de la salud visual, es de gran importancia conocer que, además de presentar síntomas respiratorios, los pacientes con COVID-19 pueden presentar disnea y conjuntivitis también se ha notificado.

Aunque el porcentaje de contagio es muy bajo, un estudio de Journal of Medical Virology de 30 pacientes hospitalizados por COVID-19 en China, 1 tuvo conjuntivitis. Sólo éste presentó SARS-CoV-2 en secreciones oculares.

En un estudio más amplio publicado en el New England Journal of Medicine, los investigadores documentaron «congestión conjuntival» en el (0,8%) de los pacientes con COVID-19 confirmado en laboratorio de 30 hospitales de toda China.

Por tanto, la enfermedad COVID-19 podría ser transmisible por secreción lagrimal en pacientes con conjuntivitis, y aunque infrecuente, esta manifestación puede presentarse en casi el 1% de los pacientes con la enfermedad.

---

## BIOSEGURIDAD PARA EL LICENCIADO EN OPTOMETRÍA

---

Somos profesionales del área de la salud que podemos estar en contacto con fluidos corporales, medio de contagio del COVID-19, por ello, es nuestra responsabilidad atender con las más altas medidas de higiene y seguridad para la prevención. Parte de nuestro deber ético y moral es actuar de la manera más segura para todos con quienes estaremos en contacto.

A continuación, te presentamos las medidas consensadas por el equipo, sugeridas para la atención dentro de nuestro consultorio, y del área de exhibición. El equipo de protección es considerado como obligatorio para todo el personal que labore en el establecimiento y el profesional antes, durante y después de la consulta clínica de Optometría.

Para la atención dentro de los consultorios de Optometría, el profesional deberá tener previo conocimiento de:

Capacitación permanente (Mantenerse actualizado de las normas más recientes de bio cuidados para el adecuado ejercicio profesional)

<https://worldcouncilofoptometry.info/covid-19-news/>

<https://coronavirus.gob.mx/>

<http://www.imss.gob.mx/covid-19/cursos>

<https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>

<https://aldoo.info/covid-19-actualidad>



## Medidas generales básicas de Bioseguridad:

- Personales
- Individuales
- Del personal
- Del establecimiento
- De los pacientes
- Del equipo médico.



---

## 1. MEDIDAS PERSONALES

---

- Uñas cortas
- Cabello recogido (mujeres)
- Evitar el uso de accesorios (anillos, pulseras, collares, relojes, corbatas)
- Evitar el uso de barba y/o bigote.
- Usar zapato cerrado
- Usar ropa adecuada (uniforme quirúrgico preferentemente)

---

## 2. MEDIDAS DE SEGURIDAD INDIVIDUAL

---

- Cubrebocas n95 [https://es.wikipedia.org/wiki/Mascarilla\\_N95](https://es.wikipedia.org/wiki/Mascarilla_N95)
- Gafas protectoras o Careta <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
- Batas desechables.
- Guantes médicos.
- Gorro desechable.



---

## 2.1 MEDIDAS DE PREVENCIÓN GENERAL

---

- ✓ Realizarse pruebas de COVID frecuentemente.
- ✓ Se recomienda estar vacunado contra la influenza.
- ✓ Monitorear la temperatura al ingresar y al salir de la jornada de trabajo.
- ✓ Repasar el adecuado lavado de manos. Antes y después de cada consulta.
- ✓ El profesional deberá conocer la adecuada colocación y retiro del equipo de protección.
- ✓ Protocolo de salida de casa-trabajo, trabajo-casa.
- ✓ Se recomienda que el profesional realice cambio de ropa de trabajo y de casa.
- ✓ Higiene de manos antes, durante y al finalizar de evaluar a cada paciente. (Lavar las manos incluso con guantes). Y desechar los guantes después de cada paciente.

---

## 3. MEDIDAS DE SEGURIDAD DEL PERSONAL LABORAL

---

Deberá colaborar para la toma de temperatura al llegar y al salir del establecimiento, así como mantener las normas de higiene.

Deberá portar el equipo básico de prevención al ofrecer atención al paciente.

- Cubrebocas
- Gafas o careta protectora
- Guantes

Deberá usar cubrebocas todo el tiempo dentro del trabajo al tener contacto con otros compañeros de trabajo.

## 4. RECOMENDACIONES DE BIOSEGURIDAD EN LOS CONSULTORIOS

---

### 4.1 RECEPCIÓN Y SALA DE ESPERA

---

El ambiente debe estar iluminado y ventilado.

Se deberá colocar un tapete sanitizador a la entrada del establecimiento.

Marcar el distanciamiento visible de sillas y área de la sala de espera.

Disponer de botes de basura de pedal con bolsa negra, roja y amarilla para desechos.

Disponer de dispensadores de desinfección de manos en alcohol al 70% en gel, libres de manipulación con las manos.

Eliminar elementos potenciales de contaminación (libros, revistas, objetos decorativos etc.).

Colocar anuncios visibles y específicos de información e indicaciones.

Mantener óptimas condiciones de higiene entre cada consulta.

### 4.2 PRODUCTOS PARA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

---

El profesional deberá capacitarse con referencia al lavado profundo, sanitización y desinfección del establecimiento por áreas y equipo.

La limpieza y desinfección se debe efectuar en todo el establecimiento al principio y final de la jornada y entre cada consulta.

Tipos de productos desinfectantes recomendables para el establecimiento.

- **Hipoclorito de Sodio al 0.5%.** (Cloro) **Se usará para pisos y superficies de sala de espera y examinación.** No se puede aplicar sobre muchas superficies.
- **Amonio cuaternario de quinta generación.** **Para desinfectar equipo biomédico.** (Producto químico biodegradable derivado del amonio para desinfección de amplio espectro) en dosis de 30 a 40 ml por litro de agua. No causa irritación, deterioro de telas o materiales, no corrosivo, no oxidativo, económico.
- **Agua con jabón o compuesto cuaternario de quinta generación.** **Para la desinfección de armazones.**
- **Alcohol al 70%.** **Para equipo de contacto con el paciente,** para la desinfección de manos.

## 5. RECOMENDACIONES PARA LA ATENCIÓN DEL PACIENTE

---

### 5.1 AGENDA DE CITA

---

- El profesional antes de recibir al paciente deberá realizar la adecuada higienización del establecimiento y el equipo de trabajo.
- Agendar citas vía telefónica con separación de espacio para la desinfección y para así evitar aglomeración.
- Preguntar cuál es motivo de consulta:
  - Puede ser una emergencia.
  - Lentes graduados.
  - Lentes para lectura
  - Infección ocular.
  - Lentes de contacto.
- Pacientes de bajo riesgo, revisar primero expediente si es necesario que asista en ese momento o puede esperar.
- Algunas sociedades internacionales recomiendan solo atender casos urgentes, se propone considerar esta recomendación para limitar los contactos potencialmente contagiosos. La decisión final dependerá del sentido común y evaluación clínica, así como la fase epidemiológica en que nos encontremos.

---

### 5.2 SEGURIDAD DEL PACIENTE.

---

- ❖ Consulta previa cita de acuerdo a nivel de urgencia.
- ❖ No haber padecido enfermedades respiratorias en los últimos 30 días.
- ❖ Uso obligatorio de cubrebocas en todo momento.
- ❖ Permitir el monitoreo de temperatura corporal.
- ❖ Limpieza y desinfección de zapatos.
- ❖ Desinfección de manos (proporcionar gel antibacterial y de ser posible lavarse las manos al llegar a la consulta).

- ❖ Si va a estornudar o toser, retirarse de aparatos o del especialista y hacerlo en la parte interna de su brazo o con pañuelo, invitarlo a lavarse las manos.
- ❖ Solo puede entrar el paciente a la consulta. En caso de niños, adulto mayor o discapacitado, puede entrar solo con un acompañante, realizando los puntos anteriores.

---

## 5.3 RECEPCIÓN DEL PACIENTE

---

### SE DEBEN REALIZAR ESTOS PASOS ELEMENTALES:

1. El personal deberá portar el equipo de seguridad antes de recibir al paciente.
2. El personal deberá instruir al paciente sobre las normas de seguridad del establecimiento.
3. El personal deberá asegurarse de que el paciente porte cubrebocas, desinfecte sus zapatos y manos.
4. Se deberá tomar temperatura del paciente y acompañante.
5. Realizar interrogatorio básico para descartar posible contagio y proceder con la consulta o posponerla.
6. Si se decide atender al paciente, cubrir todas las recomendaciones y normas mencionadas en el punto

Realizar TRIAGE respiratorio previo a la consulta:

<http://www.calidad.salud.gob.mx/site/calidad/triage.html>



## TRIAGE RESPIRATORIO EN ATENCIÓN PRIMARIA

Fecha de Elaboración

\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

### OBJETIVO

Identificar a pacientes con signos y síntomas de enfermedad respiratoria con sospecha de COVID-19 en la atención de primer contacto en Primer y Segundo Nivel, con la finalidad de disminuir el riesgo de contagio y tiempo de espera en la atención

### DATOS GENERALES

Nombre (s) y Apellidos

Fecha de Nacimiento

\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Masculino

Femenino

Edad

### TRIAGE

Dificultad para respirar	NO <input type="checkbox"/>	SÍ <input type="checkbox"/>	<b>ATENCIÓN INMEDIATA POR ÁREA DE URGENCIAS</b>	
Dolor torácico	NO <input type="checkbox"/>	SÍ <input type="checkbox"/>		
Fiebre	NO <input type="checkbox"/>	Moderada <input type="checkbox"/>	Alta <input type="checkbox"/>	<b>ATENCIÓN POR ÁREA COVID-19</b>
Dolor de cabeza	NO <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Grave <input type="checkbox"/>	
Tos	Leve <input type="checkbox"/>	Moderado <input type="checkbox"/>	Grave <input type="checkbox"/>	
				NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/>

### Otros

Dolor o ardor de garganta

Dolor muscular

Escalofríos

Conjuntivitis

Dolor de articulaciones

Sudoración

Congestión nasal

Fatiga y debilidad

Diarrea, náusea o vómito

¿Desde cuándo se ha sentido enfermo (a)? \_\_\_\_\_

¿Padece alguna enfermedad?

Cáncer

Hematológica

Pulmonar

Cardiovascular

Hepática

Renal

Diabetes 1 y 2

Inmunológica

Tratamiento inmunosupresor

Diabetes gestacional

Neurológica

VIH

Embarazo

Obesidad

Otra (s): \_\_\_\_\_

### Notas

Cabe señalar que el interrogatorio por sí solo no determina la gravedad del paciente, pero sí la urgencia de atención. Si el paciente cumple con criterios de **caso sospechoso de COVID-19** debe iniciar el protocolo de atención de inmediato

Material elaborado por

Dirección General de Calidad y Educación en Salud - Subsecretaría de Integración y Desarrollo del Sector Salud

---

## 5.4 MEDIDAS DE CONTROL PARA LA ATENCIÓN

---

Limitar o reducir consultas con horario mínimo de atención.

Para pasar a sala de espera se debe reducir el aglomeramiento.

Dar indicaciones precisas de la evaluación.

Recordarle la higiene al estornudar, cubrirse con el antebrazo e indicar al paciente que gire cuando lo vaya a realizar.

Usar preferentemente la mano del paciente como ocluser.

Realizar prueba de AV simplificada.

Uso de láminas plásticas de protección en Lámpara de Hendidura, queratómetro, topógrafo y foroptero.

Refracción bajo condiciones naturales.

Realizar procedimientos de contacto directo con el ojo en casos de urgencias o estrictamente necesarios, si es posible usar cotonete para evitar el contacto directo.

Oftalmoscopia, se recomienda tener las precauciones adecuadas por la distancia con el paciente como la desinfección del equipo después de su uso, se sugiere oftalmoscopio indirecto o lente de Volt.

Evitar uso de Foroptero en caso de no tener la mica protectora.

Evitar uso de prismas.

Disponer de equipo minimalista de atención. Solo tener lo mínimo indispensable para la atención.

Evitar el uso de tonómetro de aire.





## **6. DATOS IMPORTANTES A CONSIDERAR EN LA ORIENTACIÓN AL PACIENTE**

---

### **6.1 USUARIO DE LENTES DE CONTACTO**

---

Al ser necesario el uso de lentes de contacto se recomienda el lavado y desinfección de manos antes y después de la manipulación, así como extremar las medidas de higiene de los lentes de contacto, usando peróxido de hidrógeno al 3% para su lavado y limpieza profunda, al retirárselos.

Considerar los lentes de reemplazo frecuente o de ser posible reemplazo diario para disminuir el riesgo de contaminación asociada a los lentes reutilizables.

Actualmente no hay evidencia científica de que los usuarios de lentes de contacto tengan un mayor riesgo de contraer COVID-19 en comparación con los usuarios de anteojos.

Es esencial lavarse y secarse bien las manos, así como usar y cuidar adecuadamente las lentes de contacto, garantizar una buena higiene del estuche. Estos hábitos pueden ayudarlo a mantenerse saludable y fuera del consultorio de su médico u hospital.

Ninguna evidencia científica respalda los rumores de que las gafas de todos los días ofrecen protección contra COVID-19.

Si se adquiere COVID-19, deje de usar sus lentes de contacto temporalmente y use sus anteojos. Una vez que recupere la salud plena, puede comenzar de nuevo. Asegúrese de usar lentes de contacto nuevas y un nuevo estuche para lentes.

---

### **6.2 PACIENTES CON GLAUCOMA**

---

Solo en caso de que requieran revisión urgente por presentar molestias no habituales, para la medición de presión intraocular (PIO), en su caso continúe con el tratamiento sin suspender y realice nueva cita después que la pandemia ceda su potencial.

---

### 6.3 TELEMEDICINA o TELESALUD:

---

Si lo considera necesario, puede emplear la práctica para información del paciente. La **telesalud** se puede usar en dos formas: llamada telefónica o chat de video siempre con el paciente en casa y texto con una imagen con la mayor definición posible, preferentemente con flash.

**NOTA:**

Se debe considerar que, la CONJUNTIVITIS puede ser signo de COVID-19, incluso asintomático, revisar historia clínica sobre todo si está comprometido el gusto y el olfato.

Ya sea que use lentes de contacto, anteojos o no requiera corrección visual, evite tocarse la nariz, la boca y los ojos con las manos sin lavar, de acuerdo con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU.

## 7.0 CLASIFICACIÓN DE EQUIPOS BIOMÉDICOS PARA LA DESINFECCIÓN.

### 1. Equipo de contacto directo con superficies oculares.

- Lentes de Contacto: peróxido de hidrógeno.
- Tonómetros de contacto: Alcohol al 70%, peróxido o compuesto cuaternario. Se realiza al terminar su uso.

### 2. Equipo de contacto no ocular con el paciente:

- Regla milimétrica.
- Lámpara de Hendidura.
- Armazón de prueba.
- Lentes de prueba (caja).
- Rejilla.
- Cartilla de cerca.
- Lámpara de mano.
- Ocluser/ estenopeico
- Pruebas de estereopsis/visión al color
- Termómetro
- Queratómetro
- Topógrafo.

Se recomienda el uso de alcohol etílico al 70%, al terminar cada consulta y al finalizar la jornada con una franela bañada en alcohol.

### 3. No contacto con el paciente.

- Tonómetros digitales.
- Optotipos/ Proyector.
- Retinoscopio.
- Termómetro

Usar alcohol etílico al 70% , amonio cuaternario de quinta generación o hipoclorito de sodio al 1%.

## 8. ELIMINACIÓN DE RESIDUOS

El material de apoyo al diagnóstico que pueda ocupar termina siendo residuos al final de su uso y este se clasificará en tres tipos de desechos:

### a) Desechos biocontaminados.

Se depositarán en **bolsa roja**. Son todos aquellos que han tenido contacto directo con el paciente o de uso del profesional.

Gasas.

Hisopos.

Guantes.

Lentes de contacto de uso descartable.

Cubre bocas.

Gorros.

Mascarillas.

Tiras de fluoresceína.

Agujas o jeringas en frasco especial rojo en la bolsa roja.

Caretas atrofiadas.

Botas protectoras de zapatos.

### b) Desechos comunes:

Se depositarán en **bolsa negra**. Todo tipo de desechos de papel, cartón, y en general todos los que se generen del establecimiento.

### c) Desechos especiales:

Se depositarán en **bolsa amarilla**. Son aquellos desechos que se pueden reciclar como papel de aluminio, latas, tetra briks, aerosoles, botellas de plástico, tapones y tapas, etc.

Recomendación: usar botes de basura de pedal para evitar contacto

Apreciable compañero Licenciado en Optometría, como profesional de la salud, cada uno sabemos qué nos toca hacer, es nuestra responsabilidad y es nuestro deber ético, ejercer con nuestros valores, por el bien nuestro, de nuestra familia y de nuestros pacientes y sus familias.

Por ello, considera las recomendaciones pertinentes para tu establecimiento.

*La mejor recomendación de este manual es decirte:*

***¡Cuídate!***

*Evita riesgos innecesarios, cuida tu alimentación, duerme lo suficiente y sobre todo fortalece tu sistema inmunológico, que es la mejor arma contra toda enfermedad.*

---

## AGRADECIMIENTOS

---

Estaremos realizando actualizaciones según la evolución de la pandemia y su relación con la práctica Optométrica, esta información llegará través de las redes sociales de AMFECCO.

Agradecemos la participación de nuestros colegas que con entusiasmo y dedicación aportaron su tiempo para la elaboración de este Manual.

M.C.B. Lorena Gil Gil

M.C.O. Rebeca Carrillo Calderón.

Lic. Opt. Jesica Galicia Meneses.

Lic. Opt. Rocio del Carmen Galindo García.

Lic. Opt. Marcelo Hernández Ramos.

Lic. Opt. Juan Carlos López Méndez.

Lic. Opt. Daniel Paniagua Herrera.

---

## BIBLIOGRAFÍA

---

World Council of Optometry.

<https://worldcouncilofoptometry.info/covid-19-news/>

Asociación Latinoamericana de Optometría y Óptica.

<https://aldoo.info/covid-19-actualidad>

American Academy of Optometry.

<https://www.aaopt.org/my-covid-hub>

American Academy of Ophthalmology.

<https://www.aao.org/headline/covid-19-background-primer-ophthalmologists>

Organización Mundial de la Salud.

<https://www.who.int/es>

Sociedad Española de Oftalmología.

<https://www.ofthalmoseo.com/recomendaciones-para-ofthalmologos-en-relacion-a-covid-19/>

Sociedad Mexicana de Oftalmología.

<https://www.smo.org.mx/>

Centre for Ocular Research and Education

<https://core.uwaterloo.ca/covid-19/>