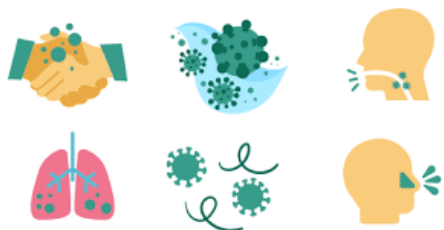


PROTOCOLO FISIOTERAPIA

APOIÁNDONOS NO DOCUMENTO EDITADO POLO CONSELLO XERAL DE COLEXIOS DE FISIOTERAPEUTAS DE ESPAÑA PARA AFRONTAR A CRISE CREADA POLO CORONAVIRUS, E TENTANDO ADAPTALO Á REALIDADE DO NOSO CENTRO, E SEGUINDO O PROTOCOLO DA CONSELLERÍA DE SANIDADE E EDUCACIÓN

TRANSMISIÓN CORONAVIRUS



- O CORONAVIRUS TRANSMÍTENSE, PRINCIPALMENTE, POLAS PINGAS RESPIRATORIAS E POLO CONTACTO DIRECTO COAS SECRECIONES DE PACIENTES INFECTADOS.
- TAMÉN PODERÍAN TRANSMITIRSE POR AEROSOIS EN PROCEDEMENTOS TERAPÉUTICOS QUE OS PRODUZAN.
- POR TANTO, COMO NORMA XERAL, AS PRECAUCIÓNS PARA O MANEXO DOS PACIENTES DEBEN INCLUIR AS PRECAUCIÓNS ESTÁNDAR, PRECAUCIÓNS DE CONTACTO E PRECAUCIÓNS DE TRANSMISIÓN POR PINGAS.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL SANITARIA (EPIS)

MEDIDAS HIXIÉNICAS XERAIS.

MEDIDAS ESPECÍFICAS NAS UNIDADES DE FISIOTERAPIA

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL SANITARIA (EPIS)

MÁSCARAS, LUVAS, PROTECCIÓN OCULAR E ROUPA DESECHABLE.

MÁSCARAS - PROTECCIÓN RESPIRATORIA

- A PROTECCIÓN RESPIRATORIA XERALMENTE RECOMENDADA PARA OS PROFESIONAIS DA SAÚDE, COMO SON OS FISIOTERAPEUTAS QUE ESTÁN EN CONTACTO DIRECTO COS PACIENTES E QUE PODEN SER CASOS POSIBLES OU PROBABLES É UNHA MÁSCARA AUTOFILTRANTE TIPO FFP2.
- CANDO SE REALICEN TRATAMENTOS DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA USARANSE MÁSCARAS TIPO FFP3.
- CO FIN DE EVITAR CONTAXIOS, OS CASOS POSIBLES OU PROBABLES QUE ACUDAN AO CENTRO SANITARIO DE FISIOTERAPIA DEBEN LEVAR MÁSCARAS CIRÚRXICAS. NO CASO DE QUE LEVASEN EN LUGAR DUNHA MÁSCARA CIRÚRXICA UNHA MÁSCARA AUTOFILTRANTE, EN NINGÚN CASO ESTA INCLUIRÁ VÁLVULA DE EXHALACIÓNXA QUE NESTE CASO O AIRE É EXHALADO DIRECTAMENTE AO AMBIENTE SEN NINGÚN TIPO DE RETENCIÓN E FAVORECERÍASE, NO SEU CASO, A DIFUSIÓN DO VIRUS.
- A COLOCACIÓN DA MÁSCARA CIRÚRXICA A UN PACIENTE CON SINTOMATOLOXÍA RESPIRATORIA SUPÓN A PRIMEIRA MEDIDA DE PROTECCIÓN PARA O FISIOTERAPEUTA. CON TODO, DADAS AS PATOLOXÍAS QUE ADOITAN PRESENTAR OS ALUMNOS/ AS DO CENTRO, MOITOS DELES ESTARÁN EXENTOS DO USO OBRIGATORIO DE MÁSCARA, O QUE IMPLICA UN MAIOR RISCO PARA O PROFESIONAL QUE TEN CONTACTO CON ELAS/ AS.



LUVAS DE PROTECCIÓN

AS LUVAS DE PROTECCIÓN DEBEN CUMPRIR COA NORMA UNE-EN ISO374.5:2016. EN ACTIVIDADES DE ATENCIÓN AOS PACIENTES, AS LUVAS QUE SE UTILIZAN SON DESECHABLES DE NITRILO, XA QUE OS TRATAMENTOS MANUAIS REQUIREN DESTREZA E NON ADMITEN OUTRO TIPO DE LUVA MÁIS GROSA.



ROUPA DESECHABLE

NO RELATIVO Á ROUPA, É NECESARIA A PROTECCIÓN DO UNIFORME DO TRABALLADOR DA POSIBLE SALPICADURA DE FLUÍDOS BIOLÓXICOS OU SECRECIÓNS PROCEDENTES DOS PACIENTES AOS QUE ESTÁ A TRATAR. ESTE TIPO DE ROUPA, COMO EPI, **DEBE CUMPRIR COA NORMA UNE-EN 14126:2004** QUE CONTEMPLA ENSAIOS ESPECÍFICOS DE RESISTENCIA Á PENETRACIÓN DE MICROORGANISMOS. NA DESIGNACIÓN, INCLÚESE **EN TIPO E A LETRA B** (DE BIOLÓXICO).



PROTECCIÓN OCULAR E FACIAL.

DÉBESE USAR PROTECCIÓN OCULAR CANDO HAXA RISCO DE CONTAMINACIÓN DOS OLLOS A PARTIR DE SALPICADURAS OU PINGAS (POR EXEMPLO: SANGUE, FLUÍDOS DO CORPO, SECRECIONES E EXCRECIONES).

- OS PROTECTORES OCULARES CERTIFICADOS EN BASE Á NORMA UNE-EN 166:2002 PARA A PROTECCIÓN FRONTE A LÍQUIDOS PODEN SER LENTES INTEGRAIS FRONTE A PINGAS OU PANTALLAS FACIAIS FRONTE ASALPICADURAS (AMBOS, CAMPO DE USO 3), ONDE O QUE SE AVALÍA É A HERMETICIDADE DO PROTECTOR (NO CASO DALENTE INTEGRAL) OU A ZONA DE COBERTURA DESTENO CASO DA PANTALLA FACIAL).É POSIBLE O USO DOUTRO TIPO DE PROTECTOR OCULAR, COMO SERÍA O CASO DE LENTES DE MONTURA UNIVERSAL CON PROTECCIÓN LATERAL, PARA EVITAR O CONTACTO DA CONXUNTIVA CON SUPERFICIES CONTAMINADAS, POR EXEMPLO: CONTACTO CON MANS OU LUVAS. CON TODO, SE POLO TIPO DE EXPOSICIÓN PRECÍSASE GARANTIR CERTA HERMETICIDADE DAS CONCAS ORBITAIS DEBEREMOS RECORRER A LENTES INTEGRAIS (CAMPOS DE USO 3, 4 OU 5 SEGUNDO UNE -EN 166:2002, EN FUNCIÓN DA HERMETICIDAD REQUIRIDA) E, PARA A PROTECCIÓN CONXUNTA DE OLLOS E CARA, A PANTALLAS FACIAIS.
- CANDO SEXA NECESARIO O USO CONXUNTO DE MÁIS DUN EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL, DEBE ASEGURARSE A COMPATIBILIDADE ENTRE ELES, O CAL É PARTICULARMENTE IMPORTANTE NO CASO DA PROTECCIÓN RESPIRATORIA E OCULAR SIMULTÁNEA, PARA QUE A HERMETICIDADE ESTES E POLO TANTO DA SÚA CAPACIDADE DE PROTEXER NON SE VEXA MERMADA. NO NOSO CENTRO, SERÁ NECESARIO A UTILIZACIÓN SIMULTÁNEA DE MÁSCARA E PROTECCIÓN OCULAR OU FACIAL CUN AMPLO GRUPO DE ALUMNOS/ ASQUE ACODEN A FISIOTERAPIA, XA QUE POLAS SÚAS PATOLOXÍAS, NON PODEN CUMPRIR AS NORMAS DE HIXIENE RESPIRATORIA ACTUAIS.



SEGUNDO A INTENCIÓN DO TRATAMENTO DE FISIOTERAPIA, SERÁN NECESARIOS DISTINTOS TIPOS DE PROTECCIÓN:

- PARA FISIOTERAPIA RESPIRATORIA OU TRATAMENTOS QUE INDUCEN TOSE EN CALQUERA MOMENTO (INCLUÍDA NO TRATAMENTO DE BASTANTES DOS NOSOS ALUMNOS/ AS):

MÁSCARA FFP3. •BATA RESISTENTE A FLUÍDOS.PROTECCIÓN OCULAR.LUVAS.

- CALQUERA OUTRO TIPO DE TRATAMENTO OU REHABILITACIÓN CON ATENCIÓN BRINDADA A MENOS DE 2 METROS (A TOTALIDADE DO RESTO DE TRATAMENTOS REALIZADOS NA UNIDADE DE FISIOTERAPIA DO CENTRO):

MÁSCARA FFP2. MANDIL DE PLÁSTICO.LUVAS.

MATERIAL PARA DESENVOLVER A NOSA ACTIVIDADE ASISTENCIAL:

- TERMÓMETRO DE MEDICIÓN SEN CONTACTO. 2 PULSIOXÍMETROS.
- LUVAS DE NITRILO QUE CUMPRAN COA NORMA UNE-EN ISO 374.5:2016.
- MÁSCARAS FFP2 PARA USO HABITUAL E FFP3 PARA REALIZAR TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA.
- LENTES DE PROTECCIÓN OCULAR E/OU PANTALLAS.
- BATAS RESISTENTES A FLUÍDOS QUE CUMPRAN A NORMA UNE-EN 14126:2004. DEBEN DE INCLUIR A LETRA B (DE BIOLÓXICO).
- MANDÍIS DE PLÁSTICO.XEL HIDROALCOHÓLICO.PRODUTOS E MATERIAIS PARA A DESINFECCIÓN DAS SUPERFICIES DE TRATAMENTO.2 PAPELEIRAS CON TAPA E PEDAL ACCIONADO CO PÉ PARA REFUGAR LUVAS, MÁSCARAS,1 CONTEADOR CON TAPA PARA DEPOSITAR A ROUPA DE TRABALLO USADA AO LONGO DA XORNADA LABORAL.
- DÉBESE DE REALIZAR O LAVADO DIARIO DO UNIFORME,E QUE SE REALIZARÁ NO CENTRO.

MEDIDAS HIXIÉNICAS XERAIS.

LAVADO DE MANS E DESINFECCIÓN.

- LAVADO FRECUENTE DAS MANS, PREFERIBLEMENTE CON AUGA E XABÓN (DURANTE 40-60 SEGUNDOS). SE NON HAI AUGA E XABÓN, DESINFECTE AS MANS USANDO UN LIMPADOR DE MANS A BASE DE ALCOL (20-30 SEGUNDOS), COMO MÍNIMO:
 - DESPOIS DE TOSER OU ESBIRRAR OU SOARSE O NARIZ. DESPOIS DUN CONTACTO CON ALGUÉN QUE ESBIRRA OU TOSE (SE A COMPARECE ATOPA A MENOS DE 2 M DE DISTANCIA).
 - DESPOIS DE TOCAR DOCUMENTOS OU OUTRO TIPO DE MATERIAIS OU SUPERFICIES QUE POIDAN SER TOCADAS POR OUTRAS PERSOAS.
 - DESPOIS DE USAR O BAÑO.
 - ANTES DE COMER.
 - AO FINALIZAR A SÚA XORNADA DE TRABAJO.

HIXIENE RESPIRATORIA.

CUBRIR A BOCA E NARIZ AO TOSER OU ESBIRRAR CUN PANO DESECHABLE E TIRALO NUN CONTEDOR DE LIXO. SE NON SE TEN PANO DE PAPEL DEBE TOSER OU ESBIRRAR SOBRE O SEU BRAZO NO ÁNGULO INTERNO DO CÓBADO, CO PROPÓSITO DE NON CONTAMINAR AS MANS. LAVADO DE MANS INMEDIATAMENTE DESPOIS. EVITAR TOCARSE OLLOS, BOCA OU NARIZ, XA QUE AS MANS FACILITAN A TRANSMISIÓN POR CONTACTO DIRECTO. SE SE TOCA OS OLLOS, BOCA OU NARIZ OU SE COBRE AO TOSER COA MAN, LÁVESE AS MANS INMEDIATAMENTE DESPOIS. SE SOFRE UN ACCESO DE TOSE INESPERADO E CÓBRESE ACCIDENTALMENTE COA MAN, EVITAR TOCARSE OS OLLOS, BOCA OU NARIZ.

MEDIDAS DE HIXIENE PERSOAL

- EVITAR LEVAR ANEIS, PULSEIRAS, CADEAS, ETC.
- UÑAS CURTAS E SEN ESMALTE DE UÑAS.
- NON USAR MAQUILLAXE.
- AQUELES PROFESIONAIS QUE UTILICEN LENTES DE CORRECCIÓN DESINFECTARLAS DE MANEIRA FRECUENTE CON AUGA E XABÓN.
- USAR A MAN NON DOMINANTE PARA ABRIR PORTAS, ETC., XA QUE É MÁIS DIFÍCIL QUE CON ESTA MAN TOQUÉMOS A CARA. REALIZAR INMEDIATAMENTE LAVADO DE MANS.
- PROCURAR EVITAR OS CONTACTOS INNECESARIOS COAS SUPERFICIES QUE SE ATOPAN PRÓXIMAS A USUARIOS OU TRABALLADORES PARA PREVI R A CONTAMINACIÓN DAS MANS LIMPAS.
- REALIZAR LIMPEZA E DESINFECCIÓN FRECUENTE DA SUPERFICIE DE TRABAJO E EQUIPOS.
- VENTILAR FRECUENTEMENTE AS DEPENDENCIAS.
- MINIMIZAR O USO DE EFECTOS PERSOAIS NO LUGAR DE TRABAJO.

MEDIDAS ESPECÍFICAS NAS UNIDADES DE FISIOTERAPIA

ANTES DA SESIÓN DE FISIOTERAPIA. DEBE INVESTIGARSE A PRESENZA DALGÚN OU ALGÚNS DOS SEGUINTES SÍNTOMAS:

- ➔ TEMPERATURA POR RIBA DE 37,5° C, TOSE SECA, DOR FARÍNCEO, CONXESTIÓN NASAL, FATIGA, DOR DE CABEZA, MIALXIA, ANOSMIA, DIARREA E MOLESTIAS DIXESTIVAS OU MALESTAR XERAL.
- ➔ A PRESENZA DESTES SIGNOS OU SÍNTOMAS CON TEMPERATURA ELEVADA DEBE LEVAR A ADVERTIR DUN POSIBLE CONTAXIO PARA QUE SE COMUNIQUE DE INMEDIATO AO SEU MÉDICO.
- ➔ ANTE A PRESENZA DE SIGNOS, AÍNDA CON TEMPERATURA NORMAL, INDICAR QUE É PREFERIBLE DEMORAR OS TRATAMENTOS ATA TRANSCORRIDOS 14 DÍAS POLO MENOS DESDE A DESAPARICIÓN DESTES (SALVO URXENCIAS QUE DEBEN SER ATENDIDAS) E RECOMENDAR QUE ACUDA AO SEU MÉDICO PARA QUE VALORE O SEU DIAGNÓSTICO DEFINITIVO. DEBIDO Á FALTA DE COLABORACIÓN DUNHA GRAN PARTE DOS NÓSOS ALUMNOS/AS PARA RESPONDER A ESTAS CUESTIÓNS, CONSIDERAMOS RECOMENDABLE REALIZAR UNHA MEDICIÓN DE TEMPERATURA PREVIA Á ENTRADA NA SALA DE FISIOTERAPIA, SE DITA MEDICIÓN NON É REALIZADA CON ANTERIORIDADE NOUTRO LUGAR DO CENTRO, PARA O QUE NECESITAMOS QUE SE NOS FACILITE UN TERMÓMETRO DE MEDICIÓN SEN CONTACTO.

RECOMENDACIÓNS AOS ALUMNOS/AS ANTES DO TRATAMENTO DE FISIOTERAPIA.

DEBE SABER QUE, AO CHEGAR Á SALA DE FISIOTERAPIA DARÁSELLE UNHA SERIE DE INSTRUCIÓNS E PEDIRÁSELLE QUE SE FREGUE AS MANS CUN XEL HIDROALCOHÓLICO DURANTE 20 SEGUNDOS, SEMPRE QUE SEXA POSIBLE.

MEDIDAS NA SALA DE FISIOTERAPIA

UN SÓ PACIENTE ALUMNO/A POR FISIOTERAPEUTA. PROCURAR QUE OS PACIENTES NON COINCIDAN. SOLICITAR QUE SE COLOQUEN UNHA MÁSCARA SEMPRE QUE SEXA POSIBLE. MANTER ENTRE PACIENTES O TEMPO NECESARIO PARA DESINFECTAR TODAS AS ZONAS QUE FOSEN UTILIZADAS, E PARA A VENTILACIÓN DA SALA POLO MENOS 5 MIN TRAS FINALIZAR A SESIÓN. PREPARAR CON ANTELACIÓN O MATERIAL QUE SE UTILIZARÁ DURANTE A SESIÓN PARA EVITAR TOCAR OUTRAS COUSAS UNHA VEZ INICIADO O TRATAMENTO. A LIMPEZA DAS SUPERFICIES DE TRATAMENTO DEBE SER INMEDIATA ENTRE PACIENTE E PACIENTE, PROCEDENDO Á SÚA DESINFECCIÓN COS PRODUTOS RECOMENDADOS.

LIMPEZA XERAL: DÉBESE REALIZAR A LIMPEZA E DESINFECCIÓN DAS SUPERFICIES COAS QUE ESTIVO EN CONTACTO O PACIENTE E/OU OS SEUS SECRECIONES. A LIMPEZA E DESINFECCIÓN REALIZARASE CUN DESINFECTANTE INCLUÍDO NA POLÍTICA DE LIMPEZA E DESINFECCIÓN DO CENTRO SANITARIO. O USO DE ALCOL ETÍLICO 70% TAMÉN EVIDENCIÓ UNHA MOI ELEVADA EFICACIA DE DESINFECCIÓN NESTES CASOS E SERÍA PREFERIBLE EN CASO DE MATERIAIS METÁLICOS. PROCEDERASE A PULVERIZAR E REPARTIR BEN O PRODUTO, FREGANDO AS SUPERFICIES E OS DISTINTOS ELEMENTOS A TRATAR, DESDE AS ZONAS MÁIS LIMPAS ÁS MÁIS SUCIAS. EVITAR PASAR DÚAS VECES POLA MESMA ZONA COA MESMA CARA DA COMPRESA OU BAYETA. DEBE EVITARSE O USO DE ELEMENTOS REUTILIZABLES, PRIORIZANDO O USO DE BAYETAS DESECHABLES, DE PAPEL OU COMPRESAS NON ESTÉRILES.

VENTILACIÓN.

A AIREACIÓN / VENTILACIÓN DA SALA DE FISIOTERAPIA TRAS AS DISTINTAS SESIÓNS É MOI RECOMENDABLE. O TEMPO DEBE OSCILAR COMO MÍNIMO ENTRE OS 5-10 MINUTOS. DURANTE ESTE PROCESO DEBE EVITARSE QUE SE PRODUCAN CORRENTES DE AIRE, PECHANDO AQUELAS PORTAS QUE INTERCOMUNIQUEN CON OUTROS ESPAZOS DO CENTRO "NON ASISTENCIAIS".