



## **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE AL COVID-19.**

### **RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA PRACTICA KINESICA DE CONSULTORIO.**

#### **1 - OBJETIVOS**

- \* Análisis de la actividad del consultorio de kinesiología y desarrollo del plan frente al coronavirus.
- \* Asegurar la atención kinésica del paciente que lo requiere, minimizando los riesgos de contagio ante la enfermedad.
- \* Evaluar cada profesional a los de grupos de riesgo (por edad, por enfermedades preexistentes, por posible contacto con lugares de riesgo o con personas que hayan viajado al exterior del país).
- \* Reforzar el programa de desinfección en todas las áreas de trabajo y en personal.

#### **2 - ALCANCES**

Para todas las personas que trabajen directa o indirectamente (profesionales, empleados, personal de limpieza) en el área de kinesiología y en todas las áreas de trabajo: consultorio, gabinete, baño y vestuario, equipos y utensilios, gimnasio, elementos del gimnasio y aéreas externas del consultorio.

Para toda persona que ingrese al área de kinesiología.

#### **3 - RESPONSABLES**

Será responsable del cumplimiento del procedimiento del presente Protocolo el Director Técnico o el profesional de turno que se encuentre trabajando.  
Aquellos profesionales responsables que se desempeñen a cargo de un director deberán firmar un compromiso AD HOC a este protocolo de atención.

#### **4 - DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO**

##### **PARA EL PROFESIONAL**

- \* La vestimenta del profesional será utilizada en el gabinete solo por un día (no será la misma que se utilice para circular en la calle), y cuando se retire deberá llevarla para el correspondiente lavado en su casa, en bolsa cerrada. No puede quedar en el ambiente de trabajo.



- \* Se establecerán turnos rotativos entre los profesionales, debiendo respetar las normas de distanciamiento entre los mismos. En lo posible se deberán alternar en días y horarios distintos a fin de evitar contraer Covid-19 y por haber estado en contacto con colegas, activar el protocolo de aislamiento.
- \* El profesional deberá llevar en todo momento puesto un barbijo, que deberá descartar y cambiar en caso de que el mismo no se encuentre en las condiciones adecuadas.
- \* Si la Ropa entra en contacto con el paciente la misma deberá cambiarse antes del próximo paciente.
- \* Se estipula que solo se encontrará trabajando un profesional por turno en un espacio físico separado del resto de los profesionales. También se disminuirá la cantidad de pacientes por turno (hasta un máximo de 2). Cada paciente deberá ser atendido en un ambiente o box de manera individual.  
Asimismo, se minimizará el tiempo de ejercitación en el establecimiento, y se suplirá con recomendaciones impresas o virtuales para completar la ejercitación en su domicilio.
- \* Se abastecerá a los profesionales con barbijos, protección ocular y guantes en los sectores de trabajo. Por la práctica profesional que nos es propia se recomienda el lavado de manos con asiduidad por sobre el uso de guantes.  
El profesional deberá lavarse las manos antes y después de atender cada paciente.  
En caso de utilización de guantes, estos serán estrictamente para el solo uso con un solo paciente y se descartarán.
- \* Se exigirá el lavado de manos o desinfección con alcohol en gel antes y después de atender a cada paciente.
- \* Se exhortará al profesional a que se controle la temperatura corporal al momento del ingreso y egreso del consultorio, quedando la misma registrada en una planilla. Previamente se higienizarán las manos con alcohol al 70%, y se higienizará también el termómetro entre tomas. De encontrar una temperatura por encima de los 37,5° o más se llamará a la autoridad sanitaria correspondiente.

#### **PARA LA INFRAESTRUCTURA**

- \* Se colocará en la puerta de entrada del área de kinesiología un cartel alertando sobre los síntomas de acuerdo a la definición de cado del momento: Ejemplo: "Pacientes con tos, fiebre, dolor de garganta, etc..., no serán atendidos"
- \* Al ingresar al consultorio habrá dos (2) trapos de piso, uno mojado con la dilución con agua lavandina (100cc en 10 litros de agua) y otro húmedo con la misma dilución de agua lavandina, debiendo pasar primero por el mojado y luego por el trapo húmedo para higiene de las suelas del calzado.  
Otra alternativa sería esparcir con un rociador con lavandina en la misma proporción, las suelas



de los calzados para su desinfección.

\* En la sala de espera sólo podrá haber un paciente a la vez, y en caso de ser absolutamente necesario, un acompañante. Cada establecimiento deberá indicar la capacidad de pacientes por turno, teniendo en cuenta el espacio disponible para que se respeten las distancias mínimas.

\* Se extremará el orden y la limpieza, sobre todo en superficies con alto riesgo de favorecer la transmisión (picaportes, utensilios, camillas, mesadas).

Se contará con difusores de alcohol 70%-30% (70 alcohol – 30 agua) para dicha función.

\* Se instará a que los equipos de trabajo que sean usados con un paciente sean higienizados automáticamente cesado dicho uso.

\* Se ventilarán los ambientes con regularidad para asegurar el recambio de aire.

\* Se fortalecerá el programa de desinfección de pisos, camillas, mesadas, elementos de rehabilitación, utensilios, elementos de gimnasio y equipos de gabinetes con lavados generalizados cada dos horas con agua lavandina en una dosis de dilución de 1/10.

\* Se desinfectarán las cortinas de los boxes con difusor que contengan alcohol al 70%, entre las sesiones. Recordar que el efecto desinfectante es luego de los dos (2) minutos de la aplicación realizada.

\* Se agregarán dispensers de alcohol en gel y difusores de solución de alcohol al 70%, reforzando los ya existentes.

\* Se prescindirá de utilizar cubre camillas sobre las camillas para facilitar la higienización de las mismas con soluciones de alcohol al 70 %, antes de cada sesión. La desinfección de las camillas será realizada con pulverizador en forma directa sobre la cuerina.

#### **PARA EL PACIENTE**

Es recomendable establecer un triage en forma telefónica en el día de la visita o el día previo, para:

- » Evaluar al paciente de acuerdo a la definición de caso sospechoso del Ministerio de Salud de la Nación (<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>).

- » Indagar sobre la presencia de síntomas compatibles con COVID-19.

Recordar al paciente la importancia de concurrir sin síntomas respiratorios a la consulta.

Al ingreso del paciente al consultorio se los evaluará de acuerdo a la definición de caso sospechoso:

Fiebre (37.5 o más) y uno o más de los siguientes síntomas sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica:



- Tos
- Odinofagia
- Dificultad respiratoria
- Anosmia/disgeusia de reciente aparición

En caso de ser positivo se llamará a la autoridad sanitaria correspondiente se activará el protocolo de seguridad llamando a la autoridad competente. (Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires – Línea 148)

\* En la sala de espera, Cada establecimiento deberá indicar la capacidad de pacientes por turno, teniendo en cuenta el espacio disponible para que se respeten las distancias mínimas.

\* Se solicitará al paciente el lavado de manos o aplicación de alcohol en gel tanto al ingreso como al egreso de la sesión. El mismo será provisto en el consultorio.

\* Se dispondrá que el paciente permanezca sin acompañante en su sesión, exceptuando que sea un paciente con discapacidad y así lo requiera, o si es menor de edad.

\* Se exigirá que el paciente concorra con una toalla personal para ser utilizada en su sesión sólo por él, como así también de su propio tapaboca, desalentando el uso de barbijos por parte del paciente, los cuales deberían estar a disposición del personal de salud.

Asimismo, se sugiere que asista con su propio kit de protección e higiene personal (alcohol en gel, pañuelo descartable).

\* En los boxes y el gimnasio, siempre se deberá respetar la distancia mínima de 2 metros entre pacientes, de acuerdo a las recomendaciones emanadas por el ministerio de Salud de la Nación.

\* En este marco de emergencia sanitaria por coronavirus (COVID-19) se desaconsejan las maniobras kinesiológicas respiratorias; se solicita la redirección de estos pacientes a una Institución que cuente con las instalaciones adecuadas.

Por tal motivo, para evitar mayores inconvenientes, y entendiendo que ustedes comprenderán mejor cómo dar cumplimiento con estos requisitos y qué instituciones cumplen con tales recaudos, se aconseja colocar dicha leyenda e instar a nuestros matriculados a dar cumplimiento con ello.

\* Si el paciente que concurre al consultorio presenta algún síntoma que caracterizan el coronavirus (fiebre, tos, dolor de garganta), se activará el protocolo de seguridad llamando a la autoridad competente. (Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires – Línea 148).



## Cómo utilizar un tapabocas correctamente

Son una barrera protectora para el aislamiento de las gotas que se despiden al hablar, estornudar o toser

1

Higienizar las manos previo a manipular el tapabocas.



2

Revisar que el tapabocas se encuentre en un estado óptimo para ser utilizado. Chequear que la mascarilla se encuentre del lado correcto.



3

Ponerse el tapabocas adentro de la casa. Sujetar la mascarilla alrededor de las orejas. Cubrir completamente el rostro desde el puente de la nariz hasta debajo del mentón.



4

Reemplazar el tapabocas en caso de que se humedezca.



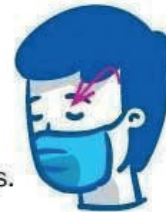
5

No tocar el tapabocas mientras está en uso. Si se hace, hay que lavarse las manos de manera inmediata.



6

Para sacarse la mascarilla hay que ir de atrás hacia adelante desatándolo con las manos limpias.



7

Luego de usarlo, lavarlo inmediatamente a mano o en el lavarropas.



8

Al finalizar, lavar las manos con agua y jabón.



**“Si tenés que salir de tu casa te recomendamos usar barbijos caseros así priorizamos los reglamentarios para el personal de salud”**

GOBIERNO NACIONAL



## HIGIENE DE MANOS CON JABÓN



**0** Mójese las manos con agua;



**1** Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



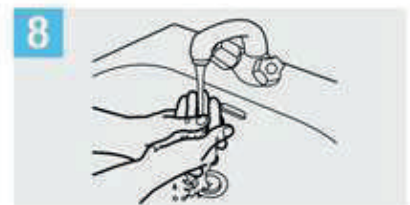
**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



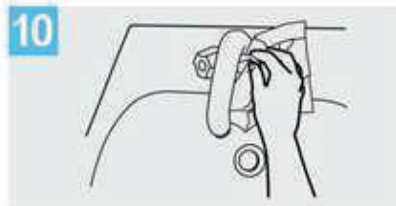
**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



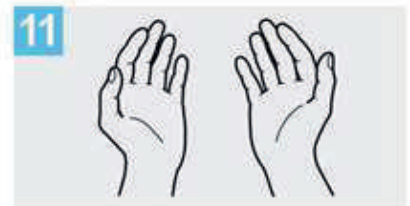
**8** Enjuáguese las manos con agua;



**9** Séquese con una toalla desechable;



**10** Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



**11** Sus manos son seguras.

Crédito: OMS