

PROTOCOLO frente al COVID19

Hemos instalado medidas de preventivas frente al COVID19, adaptadas al sistema trabajo en LABAROSALUD®.

Antes de salir de casa, si cree que presenta o puede presentar síntomas de COVID19, será conveniente tomarse la temperatura con un termómetro para comprobar si existe fiebre (38 grados) o febrícula (37,2 grados). En caso afirmativo, se poder poner en contacto con la clínica para posponer la cita y procederá a llamar al teléfono del COVID para seguir las instrucciones necesarias.

CONSIDERACIONES GENERALES

A) SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES DEL COVID19:

- Tos seca
- Fiebre (más de 38 grados C)
- Febrícula (a partir de 37,2 grados C)
- Disnea: sensación de falta de aire
- Malestar general
- Vómitos
- Diarrea
- Pérdida del gusto (ageusia)
- Pérdida del olfato (anosmia)
- Dolor de garganta (odinofagia)

B) PREPARACION DE LEJÍA

Desinfectante para superficies, objetos, pasando un paño humedecido o con papel desechable.

Desinfección de pantallas, gafas y otro tipo de material (sumergir durante 5 minutos) y dejar secar. Guardar en su taquilla con llave.

Importante: la solución solo es activa durante 24 horas (por lo que el preparado se realizará al principio de empezar la jornada laboral y al terminar, se tirará por el último profesional en salir de la clínica)

Los objetos no se desinfectan con la solución hidroalcohólica, será necesario utilizar el preparado de agua con lejía al 0,1% o 0,2% con pulverizador.

C) SOLUCION HIDROALCOHÓLICA

No está diseñada para la desinfección de superficies, sino para desinfectar la piel. Su uso sobre las superficies puede crear residuos con riesgo de contaminación.

Importante: la higiene con el agua ya jabón, antes y después de la jornada laboral, antes de comer, y después del baño.

Se recomiendan jabones antisépticos o neutros (apto para pieles atópicas).

D) GUANTES

Fisioterapeutas: utilizar guantes de NITRILO, teniendo en cuenta que hay que cambiarlos con cada paciente, o bien no poner guantes y realizar buena higiene de manos empleando el tiempo necesario (ver hoja de lavado de manos).

Resto de profesionales: utilizar guantes de LÁTEX o no utilizar guantes, y realizar el lavado de manos, antes y después del trabajo con jabón antiséptico (apto para pieles atópicas). Si se realizan tratamientos intrabucales o similar, se utilizarán guantes de NITRILO.

Importante: antes de colocarse guantes, realizar siempre lavado de manos. Al retirarse los guantes, realizar lavado de manos.

E) MASCARILLA QUIRÚRGICA

Para pacientes, y resto de profesionales (no fisioterapeutas). Optativo aplicar sobre mascarilla FFP2, solo en caso de profesionales de fisioterapia por tener mayor exposición con el paciente.

Retirar la mascarilla según el procedimiento.

Recordar el tiempo de duración de duración de cada mascarilla (quirúrgica o FFP2) y reponer en cada caso.

F) MASCARILLA AUTOFILTRANTE O FFP2

Tiempo de duración de protección aproximada 8 horas. Si no se utiliza todo ese tiempo, se puede dejar "al aire" en la taquilla y utilizarla el tiempo restante en otra ocasión. Retirar según el procedimiento indicado (coger por ambas gomas de los laterales con la cabeza hacia delante y sin tocar la parte anterior de la mascarilla). Se puede colocar una mascarilla quirúrgica sobre la mascarilla FFP2, y retirar según el procedimiento.

Antes de retirar la mascarilla realizar lavado de manos. Después de utilizar la mascarilla, realizar lavado de manos.

No tocar la mascarilla después de ser aplicada. Nunca tocarse la cara.

Nunca usar los profesionales, ni permitir utilizar a los pacientes, una mascarilla con válvula de exhalación. En ese caso, el aire exhalado no tiene ninguna retención en la mascarilla y se favorecería la difusión del virus

G) TEMPERATURA DE LA CLINICA

Se mantendrá a 22-24oC.

El aire se apagará al terminar la jornada laboral por parte del último profesional en terminar su jornada laboral. El aire quedará programado dos horas antes de la hora de inicio de la siguiente jornada laboral que comenzará a las 9:00 am. (Programar para las 7:00 am).

PROCEDIMIENTO EN LA CLÍNICA

A) SISTEMA DE CITAS

Se atenderán citas programadas y a demanda, manteniendo entre ellas unos 15 minutos para favorecer el distanciamiento entre pacientes.

Las sillas de la sala de espera están colocadas para mantener la distancia entre pacientes.

El paciente debe ser puntual en su cita.

El profesional debe ser puntual en la hora de inicio y finalización de la sesión.

B) ENTRADA A LA CLINICA. RECEPCION Y SALA DE ESPERA

1. Los pacientes podrán acudir acompañados, y a ser posible esperarán fuera de la clínica,
2. Se abrirá la puerta de la entrada a través del pulsador accionado por personal autorizado de la clínica.
3. Se pulverizarán las suelas de los zapatos a los pacientes con el preparado de lejía 0,1% y agua. Mientras se secan las suelas sobre un papel/empapador, se le tomará la temperatura que quedará registrada en la historia clínica.
4. Se ofrecerá al paciente, realizar un lavado de manos con gel hidroalcohólico. Es importante recordar que, el pulsador del bote de gel hidroalcohólico debe ser accionado con un papel desechable, o ser el profesional el que accione el mecanismo al paciente y echar una pequeña cantidad en las manos.
5. Dar al paciente mascarilla quirúrgica, y le ayudamos a colocarla sin tocarle la cara, ajustando de forma correcta a la nariz y el resto de la superficie facial. Es el paciente quien se ajusta la mascarilla para buscar su propia comodidad.
6. Opcional que el paciente utilice guantes. Siempre ha debido de utilizar previamente el gel hidroalcohólico o haberse realizado el lavado de manos. Si necesita guantes, se ofrecerán de tipo látex.
7. Recuerde que se puede utilizar el baño público para realizar el lavado de manos, y para el secado de manos deberán utilizarse las toallas de papel desechable que tras uso uso, se deben depositarse en la papelera accionando el sistema de pedal para su apertura.
8. En el mostrador de la recepción, se realizarán acciones de toma de datos personales, firma electrónica (Ley RGPD), y el abono/pago de la sesión realizada.
9. El paciente debe procurar no tocar las superficies de las zonas comunes de forma innecesaria, las cuales se desinfectarán entre las citas de pacientes (sillas, mostrador, o baño público en caso de ser utilizado).

C) BOX-CONSULTA CON CAMILLAS:

Paciente: todo el tiempo que dura la sesión debe de llevar puesta la mascarilla quirúrgica, ajustada correctamente a la cara y nariz. Tener especial atención, en pacientes con patología

respiratoria o de ATM, o cualquier tratamiento intrabucal. En ese caso, vigilar la retirada de mascarilla, y su posterior aplicación, según el procedimiento.

Fisioterapeuta u otro profesional: lavado de manos con el hidroalcohólico o jabón antiséptico. En ambos casos, dedicar todo el tiempo que sea necesario para una correcta higiene de manos.

Colocar mascarilla FFP2. Opcional el uso de una segunda mascarilla quirúrgica.

Tratamiento del paciente.

Al finalizar, realizar el lavado de manos con jabón antiséptico, secar con papel desechable y después aplicar solución hidroalcohólica. Muy importante en esta situación.

Despedir al paciente.

Desinfección con lejía al 0,1% que se tendrá preparado en un recipiente con pulverizador, y se extenderá con un trozo de papel desechable para la limpieza de aquellas zonas que se hayan tocado: pomos de puertas, silla, camilla, y el suelo la fregona con cubo de preparado de agua con lejía al 0,1%.

D) DESPACHO-CONSULTA

Paciente: desinfección de manos con gel hidroalcohólico que se encuentra en el mostrador de la entrada, y ofrecer guantes y mascarilla quirúrgica.

Profesional: guantes de nitrilo en caso de tratamiento intrabucal o de látex si no se mantiene contacto con el paciente, mascarilla quirúrgica y pantalla protectora disponible en la taquilla del profesional.

Despedir al paciente.

Desinfección con lejía al 0,1% que se tendrá preparado en un recipiente con pulverizador, y se extenderá con un trozo de papel desechable para la limpieza de aquellas zonas que se hayan tocado: pomos de puertas, silla, camilla, y el suelo la fregona con cubo de preparado de agua con lejía al 0,1%.

CONSIDERACIONES GENERALES FINALES

DESTINADO A LOS PROFESIONALES AL FINALIZAR LA JORNADA DE TRABAJO:

1. Higiene de manos con solución hidroalcohólica si no se han utilizado guantes.
2. Si se han usado guantes: retirarlos según el protocolo y hacer limpieza de manos con solución hidroalcohólica o jabón antiséptico.
3. Retirado de las mascarillas: inclinar a cabeza y el cuerpo hacia delante, con objeto de que la parte anterior de la mascarilla no tenga contacto con el cuerpo, para ello coger la tira inferior, que se en la parte posterior de la cabeza., y arrastrar juntas a la tira superior para sacarlas totalmente sin tocar la parte anterior. Si se tratarse de una

mascarilla FFP2, agarrar ambas gomas por detrás de las orejas con la posición de la cabeza señala anteriormente.

ESQUEMA AL FINALIZAR EL TRABAJO

- Higiene de manos y brazos.
- Retirar gafas y pantalla
- Higiene de manos
- Retirar mascarilla
- Higiene de manos LIMPIEZA DE LA CLINICA

CADA PROFESIONAL debe limpiar y dejar recogido el BOX-Consulta o BOX-despacho, así como la zona de recepción (tpv, teclado, mostrador), zona privada y baño que haya utilizado.

La desinfección debe hacerse con lejía al 0,1% y agua (solución activa 24 horas), o Sanytol disponibles, pulverizando superficies utilizadas:

En el BOX-Consulta: camilla, mesa, sillas, pomos de puerta y el suelo.

En el BOX-Despacho: mesa, sillas, suelo, báscula o cualquier material utilizado por los profesionales o pacientes.

En el BAÑOS: pomos, WC, lavabo, suelo.

En la RECEPCION, SALA DE ESPERA Y ZONAS COMUNES: pomos de las puertas, sillas o bancos, mostrador y suelos.

Disculpen las molestias

Gracias por su colaboración