



Ante la situación actual en nuestro país, en relación con la epidemia de coronavirus (Covid-19), es mucha la información que se está dando y numerosas las consultas que nos estáis haciendo llegar al Colegio en relación con vuestra actividad clínica diaria y cómo debéis actuar en vuestros Centros de Fisioterapia. Debido a todo esto desde el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha queremos haceros llegar las siguientes recomendaciones siguiendo las pautas marcadas por las autoridades sanitarias.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Lávate las manos con agua y jabón antes y después del contacto con los/as usuarios/as. Uso de soluciones hidroalcohólicas como medida adicional.
- Tápate la nariz y la boca al toser o estornudar, con el brazo flexionado o con un pañuelo desechable para un único uso y posteriormente lávate las manos.
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
- El uso de Equipos de Protección Individual (EPIs) respetará los criterios establecidos para este tipo de infecciones víricas. **NO** tiene sentido trabajar permanentemente con guantes. **NO** tiene sentido trabajar con mascarilla en ausencia de sintomatología respiratoria -propia o del usuario/a- o situación que así lo requiera -inmunodepresión,...-. Recordad también que el uso de una solución hidroalcohólica sobre los guantes no sólo **NO** refuerza el efecto barrera de este, sino que además puede deteriorarlo, haciéndole perder eficacia.
- La infección por Coronavirus cursa habitualmente con **FIEBRE** (38°C o más). **SI TIENES FIEBRE y tos seca, QUÉDATE EN CASA.** Puedes tener cualquier resfriado o gripe estacional. Bebe agua abundante. No tomes antibióticos por tu cuenta. **NO VAYAS A URGENCIAS DEL HOSPITAL salvo caso grave...** puede infectarse más gente. y llama al teléfono recomendado por las autoridades (**Para C-LM 900.122.112 gratuito las 24 horas**).

MEDIDAS EN CENTROS DE FISOTERAPIA

A día de hoy, las recomendaciones no contemplan la medida de cerrar los centros de fisioterapia, el servicio puede ser prestado con normalidad, eso sí, tomando las precauciones especiales de vigilancia, higiene y desinfección.

- Contactar diariamente con los pacientes y/o familiares para informarles que no deben acudir al centro si presentan algún síntoma tal y como, tos, dolor de garganta, fiebre etc., así como si han estado en zonas de riesgo (China, Italia, Comunidad de Madrid, Vitoria y Labastida) en los últimos 14 días.
- Colocar dispensadores de gel hidroalcohólico con una concentración de 60-85% de alcohol a la entrada de la consulta y carteles pidiendo a los pacientes que los usen a la entrada y salida del centro.
- Disponer de información a la vista de los pacientes sobre higiene y medidas de generales de prevención.
- Retirar los periódicos, revistas y libros de la sala de espera o cualquier otro elemento de uso compartido que pueda aumentar el riesgo de contagio.
- Intentar programar las visitas de modo que no coincidan varios pacientes en la sala de espera. Si es imposible evitarlo, mantener la debida distancia de uno a otro (la mayor posible). Evitar que acudan acompañantes innecesariamente, así como ventilar bien las salas con mayor paso de personas.

- Informar a pacientes de edad avanzada que padezcan patologías crónicas, así como inmunodepresión congénita o adquirida, de la conveniencia de suspender o aplazar las sesiones de fisioterapia.
- Con relación a la limpieza del Centro y sus salas:
 - Se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del centro. Se ha demostrado que los Coronavirus, pueden persistir en superficies inorgánicas en condiciones óptimas de humedad y temperatura hasta 9 días, pero que se inactivan eficazmente mediante procedimientos de desinfección adecuados que incluyen el uso de desinfectantes comunes de uso hospitalario, como el hipoclorito de sodio (0,1% -0,5%), el etanol (62-71%) o el peróxido de hidrógeno (0,5%), durante un tiempo de contacto adecuado.
 - Se emplearán los detergentes y desinfectantes habituales autorizados para tal fin.
 - Se llevará a cabo una limpieza a fondo de los objetos y superficies ambientales con productos adecuados, con una frecuencia regular y constante entre un acceso y el siguiente.
 - Ventilar las salas entre un paciente y otro.
 - Uso de sábanas desechables, desinfección de la cama y de las superficies después de cada paciente) es aconsejable reducir el riesgo de contacto indirecto entre un paciente y otro utilizando cremas/aceites desechables o poniendo cremas/aceite en contenedores desechables.
 - En las sesiones grupales, en aquellas situaciones en las que no se pueda garantizar la adecuada higienización de todos los materiales (pesas, elásticos, colchonetas...) se aconseja la suspensión actual de las mismas.

Los guantes no reemplazan la necesidad de la higiene de las manos con un producto a base de alcohol o agua y jabón. Los guantes protegen al personal de la sangre y los fluidos corporales, la piel y las membranas mucosas sin manchas. Quitarte los guantes después de prestar servicio a un paciente. No reutilizar los guantes

- La mascarilla quirúrgica es un dispositivo médico que sirve para reducir la propagación de las gotitas (gotas) en el medio ambiente, son útiles particularmente en el tratamiento de las personas que tienen síntomas (tos, resfriados) que podrían ser portadores de la posible presencia del virus.

Ya que en fisioterapia es poco probable que la distancia de tratamiento sea superior a dos metros, la distancia a la que según los expertos disminuye la probabilidad de contagio, aconsejamos a los profesionales que lleven una mascarilla cuando estén en estrecho contacto con los pacientes y que la usen, especialmente en presencia de resfriados y toses, incluso sin fiebre, para protegerse a sí mismos y a los pacientes de la propagación de las gotas.

Las máscaras de mayor protección (FFP2, FFP3) están indicadas solo en casos sospechosos o confirmados, por lo que sugerimos no abusar de esos dispositivos para no reducir su disponibilidad para las instalaciones y los casos de necesidad real.

Reiteramos la importancia de evitar y prevenir el uso indebido de mascarillas u otros EPIs que, si se utilizan de manera innecesaria, quitan protección a quienes las necesitan, especialmente en casos de verdadera urgencia.

Enlaces de interés:

Ministerio de Sanidad: <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm?fbclid=IwAR3VKxhwdGjCvKaFPUodv3-Aohn-HK48hG4zHkAOcgGs7FRXbZoPMAa1QHE>

Dirección General de Salud Pública C-LM: https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/enfermedades-infeciosas/coronavirus?fbclid=IwAR2UhAm_eiZl3ycY_x_RH2bDonelPQwmViyZ4M_hlmflvh6FhdERNmbzR0