

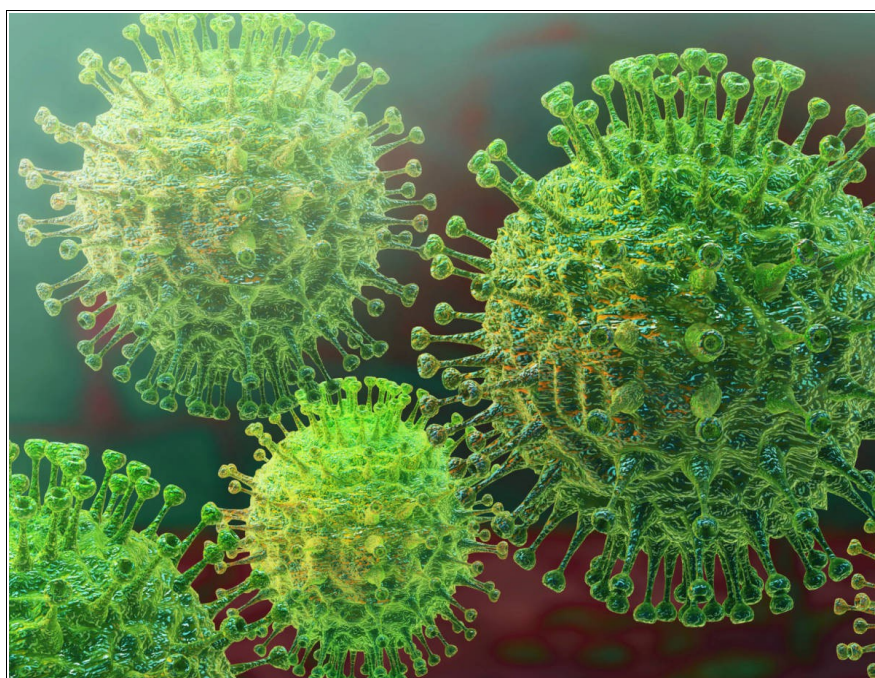
COVID-19

*Asociación de Fisioterapeutas
del Uruguay.*



FISIOTERAPEUTAS ANTE ESTA CONTINGENCIA DE PANDEMIA

Información para cuidados del profesional



Este documento se realizó con la finalidad de que los Fisioterapeutas en Uruguay, tengan información oportuna ante la situación mundial del COVID-19 y sepan cómo actuar ante esta situación como profesionales de la salud.

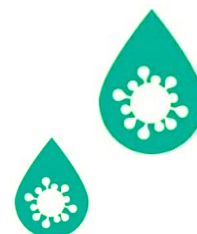
Precauciones para evitar la transmisión por gotas durante el tratamiento de pacientes con COVID-19

El COVID-19 se propaga a través de la transmisión de gotas

Las gotas de COVID-19 son relativamente pesadas, por lo que no se desplazan lejos y caen rápidamente al suelo u otras superficies, por lo que puede llevar también a transmisión por contacto

Algunos procedimientos de fisioterapia pueden aumentar el riesgo de transmisión por gotas o contacto:

- movilizaciones
- ejercicio terapéutico y otras intervenciones de rehabilitación
- Cualquier técnica o movilización que produzca tos y expectoración de secreciones



Es probable que durante el tratamiento un fisioterapeuta esté en contacto cercano con un paciente con COVID-19. Durante estas intervenciones, el paciente puede toser y /o expectorar mocos o esputos. En estos casos debe usarse una mascarilla de alta filtración (FFP2 / N95) y sobretúnica

Precauciones para evitar la transmisión por vía aérea durante el tratamiento de pacientes con COVID-19

El COVID-19 puede sobrevivir durante largos períodos en algunas superficies y en aerosoles finos que a veces se producen durante procedimientos médicos avanzados.

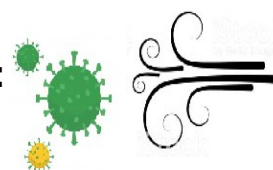
Los fisioterapeutas deben considerar los riesgos y beneficios de llevar a cabo los

procedimientos que generen aerosoles y tomar las precauciones apropiadas para ello.

Se debe usar **protección para transmisión por vía aérea**, durante las intervenciones de fisioterapia respiratoria.

Algunos procedimientos que pueden generar aerosoles:

- Procedimientos de generación de la tos: por ej el “huff”
- Cambios de posición/técnicas de drenaje postural y técnicas manuales que puedan desencadenar la tos y provocar la espectoración (vibración, tos asistida)



- Uso de dispositivos de presión positiva (IPPB), insuflación-exsuflación mecánica (IEM), dispositivos de oscilación de alta frecuencia intra y extrapulmonar.
- Dispositivos PEP y PEP oscilante
- Aspiración nasofaríngea y orofaríngea
- Hiperinsuflación manual
- Sistemas de aspiración abierto
- Instilación de suero salino a través del sistema de aspiración abierto/tubo endotraqueal
- Entrenamiento de músculos inspiratorios, especialmente cuando se emplee en pacientes ventilados y se requiera la desconexión del respirador
- Inducción del esputo

Los procedimientos que generan aerosoles deben llevarse a cabo en una habitación individual con la puerta cerrada.

Si un paciente con COVID-19 está tratado fuera de una sala de aislamiento, asegúrese de que éste use una mascarilla quirúrgica

¿Qué puedo hacer para protegerme y prevenir la propagación de la enfermedad?

1) Lavarse las manos con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol disminuye los virus que puedan existir en las manos.



2) Mantenga una distancia mínima de 1 metro (3 pies) entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.

¿Por qué? Cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si está demasiado cerca, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad.



3) Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.



4) Tanto usted como las personas que les rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene de las vías respiratorias. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato.

¿Por qué? Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria está protegiendo a las personas que le rodean de virus como los del resfriado, la gripe y COVID-19.



Tipos de barbijos o mascarillas



Máscara quirúrgica

N95 o FF2

Máscara protección fascial

Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar:

1. Antes de tocar la mascarilla, lávese las manos con agua y jabón o utilice un desinfectante a base de alcohol.
2. Inspeccione la mascarilla para ver si tiene rasgaduras o agujeros.
3. Oriente hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).
4. Asegúrese de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado).
5. Colóquese la mascarilla sobre la cara. Presione la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de su nariz.
6. Tire hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que le cubra la boca y la barbilla.
7. Después de usarla, quítese la mascarilla; retire las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.
8. Deseche la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso.
9. Lávese las manos después de tocar o desechar la mascarilla. Use un desinfectante a base de alcohol o, si están visiblemente sucias, láveselas con agua y jabón.
10. El cubre boca N95 o FF2, puede ser reutilizada y debe guardarse en bolsa de papel.
11. La mascarilla facial y las gafas protectoras, pueden ser reutilizadas. Se debe lavar muy bien con agua y jabón y dejar secar antes de guardar en bolsa de papel.

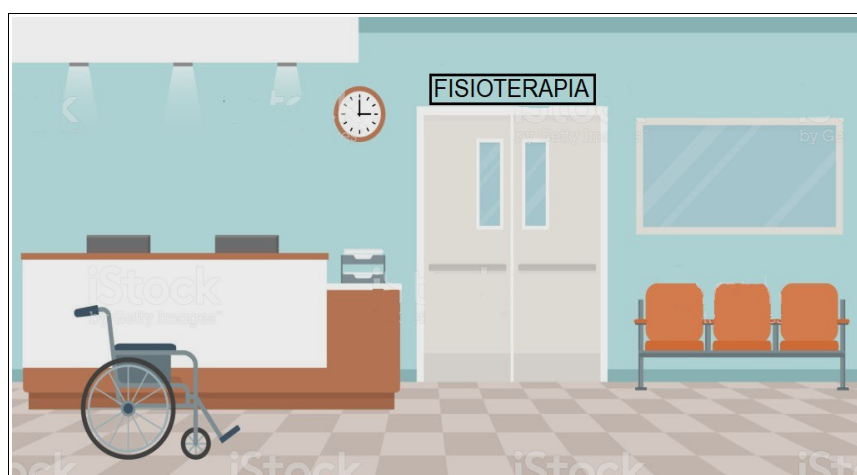
Recomendaciones para prevención y control en unidades de fisioterapia

Según disposición del Ministerio de Salud del Uruguay, todas las unidades prestadoras de salud, deben promover acciones preventivas entre todo su personal y los usuarios de los servicios para disminuir las infecciones respiratorias agudas.

El personal del Servicio de Fisioterapia ambulatorio, debe en tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- 1) Evitar aglomeración en sala de espera, agendando en horas distantes o separando las sillas a una distancia 1 mt – 1,15 mt
- 2) Debe existir dispensadores de alcohol diluido o en gel, visibles y accesibles
- 3) Colocar en lugar visible de sala de espera-, cartillas de protocolos de prevención, higiene de manos y la tos
- 4) Orientación al paciente sobre minimizar riesgos de contagio o propagación del virus, para antes, durante el tto y en la comunidad.
- 5) Al ingresar al consultorio, debe existir sistema de desinfección de suelas de calzado.
- 6) El paciente debe realizar lavado de manos y colocar gel antes de ingresar al consultorio
- 7) El paciente debe concurrir con su propio barbijo.
- 8) En lo posible, se debe concurrir sin acompañantes o niños pequeños
- 9) Agendar separados, tomando en cuenta tiempo para desinfección post tratamiento. (camilla, dispensador de gel o vaselina, equipos de electro)
- 10) Considerar seriamente la posibilidad de suspender o reprogramar las sesiones a adultos mayores, pacientes inmunodeprimidos o cuando el paciente presente signos y síntomas de infección respiratoria (tos, resfriado etc), invítelo a quedarse en casa y llamar a su médico de cabecera.
- 11) Promover en lo posible programa en casa y buscar un medio para resolución de dudas del paciente (vía telefónica, videollamada etc)
- 12) Si se considera que la sesión no puede suspenderse o aplazarse deberá asegurarse que el paciente no presente signos y síntomas de COVID-19 (verifique estos, realizando breve cuestionario de signos y síntomas) En caso de resultado sospechoso del cuestionario, invítelo a quedarse en casa y llamar a su médico de cabecera.
- 13) Si se considera que la sesión presencial no puede suspenderse o aplazarse , se deberá evaluar la frecuencia del tratamiento de acuerdo al paciente.
- 14) Evitar sesiones grupales que favorezcan la aglomeración
- 15) Lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarse las manos con soluciones alcoholadas desinfectantes, antes y después de atender a un paciente. Se recomienda lavado y desinfección hasta el codo.

- 16) Secarse las manos con toallas descartables (sanitas)
- 17) Evitar en lo posible tocarse ojos, nariz y boca. (lavarse las manos después, en caso de haberlo realizado).
- 18) El fisioterapeuta siempre debe utilizar barbijo. En el caso que deba estar en estrecho contacto con el paciente, debido a la técnica a utilizar, debe usar mascarilla facial y máscara quirúrgica.
- 19) En caso de usar equipamiento reutilizable, se deberá descontaminar y desinfectar según instrucciones del fabricante y protocolo del MSP
- 20) Desinfectar todo el equipo utilizado en Fisioterapia, después de su uso (cabezales de ultrasonido, pelotas, equipos de electroterapia, mesas de trabajo, etc).
- 21) Realizar higiene con agua, jabón y cloro todas las superficies lavables de todo el consultorio al final de la jornada: camilla, dispensador de gel o vaselina, equipos de electro, incluyendo pisos, interruptores, paredes, pisos, puertas, picaportes, llaves de lavabos, sanitarios, teléfonos, cortinas corredizas y mobiliario en general.
- 22) Permitir la ventilación y entrada de rayos del sol a consultorios, salas de espera, sanitarios, aulas de usos múltiples y otros entornos físicos de la unidad.
- 23) Hacer un manejo adecuado de los RPBI (Residuos peligrosos biológico infecciosos)
- 24) Estar vacunados contra influenza.
- 25) Cualquier funcionario del servicio de fisioterapia, deberá contactar inmediatamente al área de control de infecciones de su institución, en caso de presentar cualquiera de los síntomas de caso sospechoso de COVID19.



Recomendaciones para los usuarios / pacientes

1. Es conveniente programar las sesiones en forma conjunta (fisioterapeuta y paciente), evaluando posibilidad de suspender, aplazar o realizar teleasistencia ,valorando riesgos de propagación y contagio del COVID19, según las edad y/o patologías asociadas.
2. Informe al paciente, sobre protocolo del lavado de manos con agua y jabón antes y después de la sesión y desinfectar con alcohol en gel. Sobre todo después de utilizar materiales como pesas, bandas elásticas, u otro elemento del gimnasio.
3. Solicite al usuario/paciente, asistir con la menor cantidad de objetos posibles, sin acompañantes, ni con menores de edad



Recomendaciones para prevención y control en el tratamiento a domicilio



En domicilios podemos llegar a atender diferentes tipos de pacientes:

- adultos y niños
 - no covid 19 (respiratorios y/o motores)
 - covid 19 (respiratorios y/o motores)
- Se recomienda utilizar en todos los pacientes equipo básico (tapabocas quirúrgico, guantes, sobretúnica).
- En caso de tener que asistir un paciente con sospecha, confirmación o alta de COVID19 Se debe utilizar equipo nivel 2 (tapaboca N95, sobre túnica impermeable, doble guante y gafas)

Elementos básicos que debe proporcionar la institución. en caso de trabajador independiente, debe adquirirlo por sus medios:

- ✓ EPP de acuerdo a los tipos y número de pacientes a atender
- ✓ Alcohol en gel y toallas de papel o toalla personal
- ✓ Líquido para higiene del calzado, vehículo, y botiquín

Antes de agendar un domicilio se recomienda evaluar lo siguiente:

- Es realmente necesario?Cuál es el objetivo del tratamiento?.
- Se puede resolver con teleasistencia?
- En el caso de asistencia presencial, se puede disminuir la frecuencia de las sesiones?
- Con respecto al número de pacientes por turno: se sugieren 4 por turno. (debido a que los cuidados de ingreso y egreso del domicilio y la puesta y extracción del EPP insume más tiempo. Además, si nosotros estamos menos expuestos, minimizamos las posibilidades de ser portadores del virus).

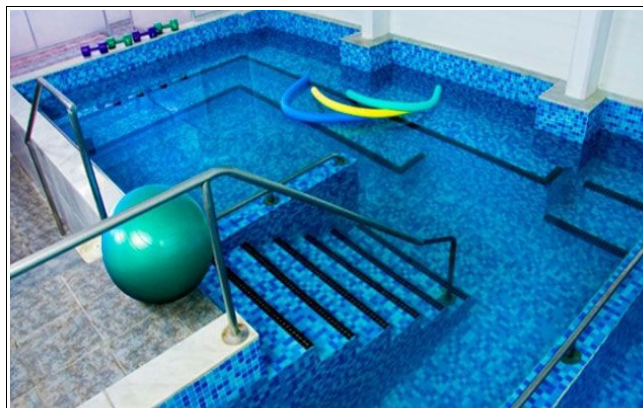
Pasos a tener en cuenta antes de concurrir a un domicilio:

- 1) Comunicación previa con el domicilio para preparación a nuestro ingreso al domicilio
- 2) Orientación a paciente y familiar sobre EPP y autorizar un solo acompañante en el caso de ser necesario.
- 3) El paciente siempre debe usar tapaboca
- 4) Evitar saludo con contacto al familiar y al paciente
- 5) Evitar abrir las puertas (entrada de la casa y dormitorio)
- 6) Evitar tocar con los dedos timbre y botones de ascensor (usar mano no hábil)
- 7) Al ingresar al domicilio realizar limpieza de suela con agua clorada, alcohol blanco, amonio cuaternario, o cualquier desinfectante de uso hospitalario
- 8) Lavado de manos al ingresar al domicilio y secar con toalla propia o toalla de papel
- 9) Aplicarse alcohol en gel.
- 10) Colocarse EPP
- 11) Realizar el tratamiento
- 12) Extracción EPP
- 13) Colocar desechos en doble bolsa bien cerrada
- 14) Aplicarse alcohol en gel
- 15) Lavarse las manos y aplicarse alcohol en gel

Protocolo de trabajo en hidroterapia

Con respecto a esta área, aún no hay ningún protocolo por parte del MSP.

Se deberá estar atento a comunicados en cuanto al inicio en clubes.



Referencias:

Organización Mundial de la Salud (2020). Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19). <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

Organización Mundial de la Salud (2020) Una atención limpia es una atención más segura. <https://www.who.int/gpsc/5may/tools/es/>

Organización Mundial de la Salud (2020). Materiales de comunicación. <https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion>

World Confederation for Physical Therapy.(2020). Información y recursos sobre COVID-19. Infografías. <https://www.wcpt.org/covid19>

Ministero de Salud Pública del Uruguay. Medidas generales de prevención del COVID-19. <https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/>

Documento elaborado por:

**Asociación de Fisioterapeutas del Uruguay.
Consejo Directivo 2019-2021.**

Abril 2020

