



# GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS NO ÁMBITO DA INFANCIA



COLEXIO OFICIAL DE TERAPEUTAS  
OCUPACIONAIS DE GALICIA



# GUÍA INCOPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS NO ÁMBITO INFANTIL

A información proporcionada neste documento está recompilada de fontes contrastadas, tanto a nivel nacional como internacional, dos organismos competentes en materia da crise do COVID 19.

Recoméndase consultar a páxina do Ministerio de Sanidade

[<https://www.mscbs.gob.es/>] para actualizacións sobre calquera cambio que as autoridades proporcionen en cuestións de protección e prevención de riscos laborais antes o COVID 19.

O Colexio Oficial de Terapeutas Ocupacionais de Galicia (COTOGA) recompilou a información actual para a protección individual e colectiva dos terapeutas ocupacionais como dos seus usuarios e das súas usuarias e nunca substituirá os futuros protocolos creados polas autoridades competentes.

***COTOGA recomienda consultar coa empresa de prevención de riscos laborais a creación de plans de continxencia propios para cada lugar de traballo.***



COLEXIO OFICIAL DE TERAPEUTAS OCUPACIONAIS DE GALICIA  
**Xunta de Goberno do COTOGA, 7 de maio de 2020.**



Realizado en base a “GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS” creada pola Xunta directiva de COTOGA

Pilar Blázquez Ballesteros, Macarena Sánchez Carnero, Daniel Iglesias Pernas, Ángela Méndez Míguez, Deisy I. Devesa Linares y Belén Núñez Rey.

### GRUPO DE TRABALLO COVID 19- COTOGA

**Mª Pilar Taboada Pernas**  
Coordinadora grupo / G- 165

**Cecilia Touceda Rey**  
G- 20

**Paula Cobas García**  
G- 44

**Alba Souto Moreira**  
G- 236



**Pilar Blázquez Ballesteros**- Presidenta del Colexio Oficial de Terapeutas Ocupacionais de Galicia



# ÍNDICE

1. Medidas de protección xeral	5
2. Medidas de protección para o traballo	8
3. Medidas de protección da contorna	13
4. Outros espacios comuns	16
5. Estratexias xerais de hixiene e prevención	17
6. Estratexias xerais de hixiene e prevención do/a terapeuta ocupacional	17
7. Recomendación para os/as usuarios/as antes das sesions	18
8. Equipos de protección individual a ter en conta	19
9. Outras recomendacions	20
10. Anexo 1	22
11. Anexo 2	23
12. Anexo 3	24
13. Anexo 4	25
14. Bibliografía	26

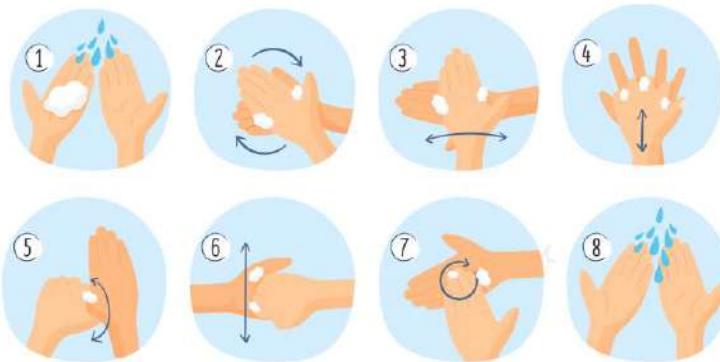
# MEDIDAS DE PROTECCIÓN XERAL

1

## HIXIENE DE MANS

Realice a hixiene de mans con xabón durante 40-60 segundos ou alcol antiséptico polo menos durante 20 segundos antes de:

- ❖ Tocar a calquera usuario/a.
- ❖ Antes da desinfección de calquera zona.
- ❖ Despois da exposición a fluídos corporais (saliva, secreciones nasais...).
- ❖ Despois do contacto co mobiliario do/a usuario/a.
- ❖ Antes e despois da manipulación dun Equipo de protección individual.
- ❖ Despois de ter contacto con secrecions respiratorias de obxectos contaminados.



2

## EVITAR TOCARSE A CARA, BOCA E NARIZ CAS MANS

3

## SE AS MANS ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS LAVAR MAIS DE 60 seg

4

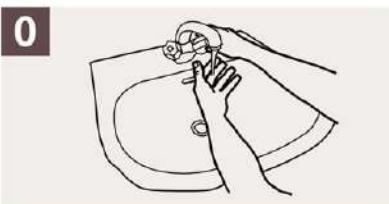
## AO TOSER E ESBIRRAR CÚBRASE A CARA E NARIZ CA CARA INTERNA DO CÓBADO

# ¿Cómo lavarse las manos?

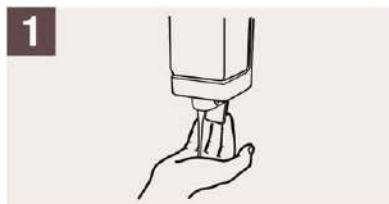
¡LÁVESE LAS MANOS SI ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS!

DE LO CONTRARIO, USE UN PRODUCTO DESINFECTANTE DE LAS MANOS

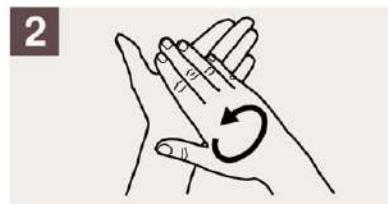
0 Duración del lavado: entre 40 y 60 segundos



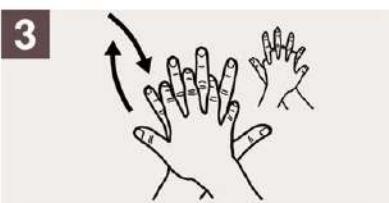
Mójese las manos.



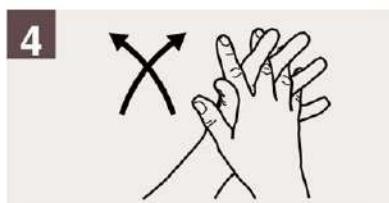
Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



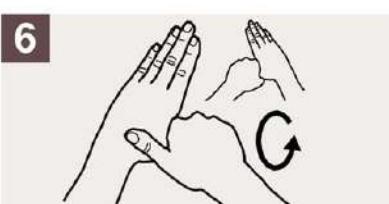
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.



Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frótelo con un movimiento de rotación, y viceversa.



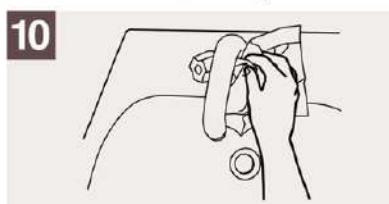
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



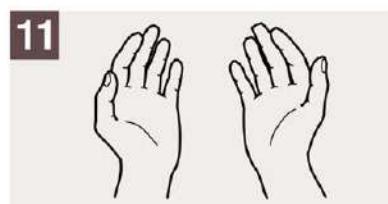
Enjuáguese las manos.



Séquelas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



Sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del paciente  
Alianza mundial en pro de  
una atención de salud más  
segura

SALVE VIDAS  
Límpiese las manos

Todos los tipos de precauciones posibles han sido tomadas por la Organización Mundial de la Salud para verificar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado es distribuido sin ninguna responsabilidad ya sea literal o implícita. La responsabilidad por la interpretación y el uso de este material es del lector. En ningún caso, la Organización Mundial de la Salud es responsable por daños relacionados a su uso.

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra, en especial a los miembros del Programa de Control de Infecciones, por su activa participación en el desarrollo de este material.



# ¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinféctese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

**1** Duración de todo el procedimiento: **20-30 segundos**



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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



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



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

Una vez secas, sus manos son seguras.



# ANTES DE COMENZAR...



Anticipar e informar aos nosos/ as usuarios/ as do que vai suceder utilizando a canle comunicativa máis adecuado en cada caso, pictogramas, fotografías ....(Anexos 1, 2, 3,4)

Elaboración de historias sociais para facilitar a comprensión de determinadas situacóns por parte dos nosos/ as usuarios/ as: cambio de horarios, de compañeiros/ as de xogo, uso de máscara, novos hábitos de hixiene...



As sesións serán planificadas con antelación, de maneira que se organicen o espazo e os materiais que se vaian a utilizar durante as mesmas, evitando así contaminar outros espazos e materiais.

## Triaje telefónico para descartar:

- Temperatura por encima de 37,5
- Diarrea
- Tose seca
- Dor de garganta
- Conxestión nasal
- Uso de analxésicos ou antipiréticos



Valorar conxuntamente coas familias a posibilidade de manter ou iniciar adestramento en AVD (actividades da vida diaria) en contextos naturais, a condición de que non exista sospeita de contaxio por Covid19 nin no profesional, nin nas familias, e tomando as medidas de hixiene e seguridade oportunas.

# MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA O TRABALLO



SEMPRE usar máscara quirúrxica e luvas.  
As luvas refugánse con cada paciente.

Pantalla/lentes e FFP2 se estás exposto a tratamento con aerosois e pacientes con traqueotomías, laringectomías.



Limpeza diaria dos uniformes de traballo, se é posible a 60º en lavados individuais.



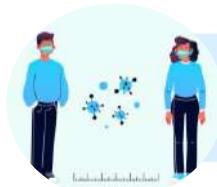
Usar un calzado só para o traballo, nunca saír co calzado á rúa.  
Se fose posible ao final da xornada, desinfectalos.



Avaliar o nivel de risco para adaptar a protección individual en cada caso (*ver táboa 1*) \*.



Recoméndase aprazar os tratamentos que impliquen a invasión das áreas respiratorias e ouro-faciais.



Manter a distancia de seguridade de 1-2 metros, sempre que o tratamento o permita.



Substituír os tratamentos presenciais por tratamentos telemáticos, se fose posible.

# MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA O TRABALLO



\* Táboa 1: Evaluación do nivel de risco para adaptar a protección individual en cada caso.

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a una persona sintomática.	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con una persona sintomática, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"><li>— Acompañantes para traslado.</li><li>— Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza.</li></ul>	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"><li>— Personal administrativo.</li><li>— Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente.</li><li>— Conductores de transportes públicos con barrera colectiva.</li><li>— Personal de seguridad.</li></ul>
Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada.	Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.	
Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.	Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados.	
<b>REQUERIMIENTOS</b>		
En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.	En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.	No necesario uso de EPI.  En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática): <ul style="list-style-type: none"><li>— protección respiratoria,</li><li>— guantes de protección.</li></ul>

**Exposición de risco:** aquelas situacíons laborais nas que se pode producir un contacto estreito cun caso posible, probable ou confirmado de infección polo SARS- CoV-2, sintomático.

**Exposición de baixo risco:** aquelas situacíons laborais nas que a relación que se poida ter cun caso posible, probable ou confirmado, non inclúe contacto estreito.

**Baixa probabilidade de exposición:** traballadores/as que non teñen atención directa ao público ou, se a teñen, prodúcese a máis de dous metros de distancia, ou disponen de medidas de protección colectiva que evitan o contacto (biombo de cristal, separación de cabina de ambulancia, etc.).

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRLL\\_COVID-19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRLL_COVID-19.pdf)



# MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA O TRABALLO

## Pasos para ponerse el equipo de protección personal (EPP), incluida la bata

1 Quitese todos los efectos personales (joyas, reloj, teléfono móvil, bolígrafos, etc.).



2 Póngase el **traje aséptico** y las **botas de goma**<sup>1</sup> en el vestuario.

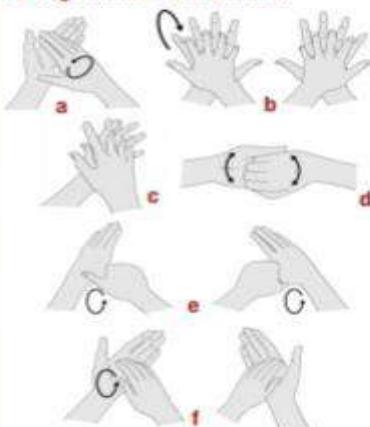


3 Pase al área limpia que está en la entrada de la unidad de aislamiento.

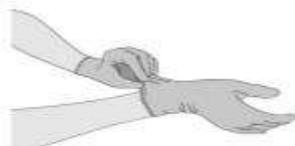
4 Haga una inspección visual para cerciorarse de que todos los componentes del EPP sean del tamaño correcto y de una calidad apropiada.

5 Inicie el procedimiento para ponerse el equipo de protección personal bajo la orientación y supervisión de un observador capacitado (colega).

6 Higienícese las manos.



7 Póngase **guantes** (guantes de nitrilo para examen).



8 Póngase una **bata** desechable hecha de una tela resistente a la penetración de sangre u otros humores corporales <sup>2</sup> de agentes patógenos transmitidos por la sangre.



9 Póngase la **mascarilla facial**.



10 Póngase una **careta protectora** <sup>3</sup> o **gafas protectoras**.



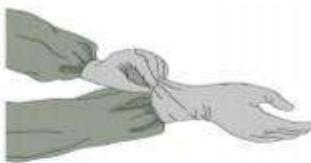
11 Póngase equipo para cubrir la **cabeza y el cuello**: gorra quirúrgica que cubra el cuello y los lados de la cabeza (preferiblemente con careta protectora) <sup>4</sup> o capucha.



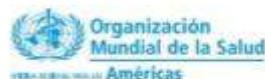
12 Póngase un **delantal** impermeable desechable (si no hay delantales desechables, use un delantal impermeable reutilizable para trabajo pesado).



13 Póngase otro par de **guantes** (preferentemente de puño largo) sobre el **puño** de la bata.



<sup>1</sup> Si no hay botas, use zapatos cerrados (tipo mocasin, sin cordones, que cubran por completo el empeine y el tobillo) y cubiertas para zapatos (antideslizantes y preferentemente impermeables).



La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante la cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

WHO/ES/2020/10/1

# MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA EL TRABAJO

## Pasos para quitarse el equipo de protección personal, incluida la bata

1 Quitese el EPP siempre bajo la orientación y supervisión de un observador capacitado (colega). Asegúrese de que haya recipientes para desechos infecciosos en el área para quitarse el equipo a fin de que el EPP pueda desecharse de manera segura. Debe haber recipientes separados para los componentes reutilizables.

2 Higienícese las manos con los guantes puestos<sup>1</sup>.

3 Quitese el delantal inclinándose hacia adelante, con cuidado para no contaminarse las manos. Al sacarse el delantal desechable, arráñquelo del cuello y enrólelo hacia abajo sin tocar la parte delantera. Después desate el cinturón de la espalda y enróllelo el delantal hacia adelante.



4 Higienícese las manos con los guantes puestos.

5 Quitese los guantes externos y deséchelos de una manera segura. Use la técnica del paso 17.

6 Higienícese las manos con los guantes puestos.

7 Quitese el equipo que cubra la cabeza y el cuello, con cuidado para no contaminarse la cara, comenzando por la parte trasera inferior de la capucha y enrollándola de atrás hacia adelante y de adentro hacia afuera, y deseche la de manera segura.



0



9 Para sacarse la bata, primero desate el nudo y después tire de atrás hacia adelante, enrollándola de adentro hacia afuera, y deseche la de una manera segura.



10 Higienícese las manos con los guantes puestos.

8 Higienícese las manos con los guantes puestos.

11 Sáquese el equipo de protección ocular tirando de la cuerda detrás de la cabeza y deseche la de una manera segura.



12 Higienícese las manos con los guantes puestos.



13 Para quitarse la mascarilla, en la parte de atrás de la cabeza primero desate la cuerda de abajo y déjela colgando delante. Después desate la cuerda de arriba, también en la parte de atrás de la cabeza, y deseche la mascarilla de una manera segura.

14 Higienícese las manos con los guantes puestos.

15 Sáquese las botas de goma sin tocarlas (o las cubiertas para zapatos si las tiene puestas). Si va a usar las mismas botas fuera del área de alto riesgo, déjelas puestas pero limpias y descontaminelas apropiadamente antes de salir del área para quitarse el EPP<sup>2</sup>.

16 Higienícese las manos con los guantes puestos.

17 Quite los guantes cuidadosamente con la técnica apropiada y deseche la de una manera segura.



18 Higienícese las manos.



<sup>1</sup> Al trabajar en el área de atención de pacientes, hay que cambiarse los guantes externos antes de pasar de un paciente a otro y antes de salir (lávandose las manos después de ver al último paciente).

<sup>2</sup> Para descontaminar las botas correctamente, píse dentro de una palangana para la desinfección del calzado con solución de cloro al 0,5% (y quite la suciedad con un cepillo para inodoro si están muy sucias de barro o materia orgánica) y después límpie todos los lados de las botas con solución de cloro al 0,5%. Desinfecte las botas remojándolas en una solución de cloro al 0,5% durante 30 minutos, por lo menos una vez al día, y después enjuague y séquelas.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explicita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de todo algún daño causado por su utilización.

© 2020 Organización Mundial de la Salud/OMS

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD/OMS

# MEDIDAS DE PROTECCIÓN DA CONTORNA

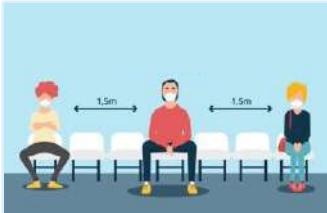
1

## SALA DE ESPERA OU ESPAZOS DE TRÁNSITO COMÚN



Retirar todo tipo de elementos de uso común que teñamos a disposición pública: revistas, libros, folletos informativos, mandos TV, xogos de mesa, xornais...

Recomendase evitar que os/as pacientes coincidan na sala de espera.



Limitar ao máximo o número de asentos, respectando os espazo de seguridade de 2 metros entre un e outro.

Reorganización de axendas e sesións. Orientala a evitar que se comparta o espazo de maneira simultánea entre os/as nosos/as usuarios/as.



2

## PROCURAR MANTER UNHA TEMPERATURA CONSTANTE



# MEDIDAS DE PROTECCIÓN DA CONTORNA

3

## VENTILACIÓN



É moi recomendable ventilar o espazo clínico tras as sesións. O tempo debe oscilar como mínimo entre os 5-10 minutos.

Durante este proceso debe evitarse que se produzcan correntes de aire, pechar portas que intercomuniquen con outros espazos.



Recoméndase apagar os intercambiadores de calor e utilizar só aire exterior para ventilar os espazos, sempre que as instalacións o permitan.

4

## REFUGALLOS DE RESIDUOS

Recoméndase usar papeleiras con tapa e pedal ou unha papeleira normal só para refugar luvas e máscaras.



# MEDIDAS DE PROTECCIÓN DA CONTORNA

5

## MATERIAIS



Usar materiais que se poidan hixienizar no momento do uso.

6

## DESINFECCIÓN

Desinfección de materiais que utilizase o/a usuario/a (padiolas, mesa, cadeira.... e contorna sempre que entre e salga un/ha paciente).



7

## INFORMACIÓN



Recoméndase colocar carteis informativos en todas as salas para lembrar o uso de produtos de protección.

8

## ANTISÉPTICOS

Colocar solución hidroalcohólica sempre que se poida nas salas de uso para as sesións e sala de espera.



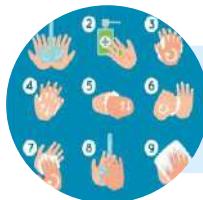
# OUTROS ESPAZOS COMUNS



Retirar toallas do cuarto de baño e substituír por papel.



Retirar ou desenchufar os secadores de man con aire.



Colocar cartel no baño con instrucións sobre o adecuado lavado de mans e outras instrucións que sexan oportunas.



Marcar ou delimitar espazos de forma visible, sempre que sexa posible.



Colocar xabón líquido con dispensador en cuarto de baño e se fose posible automático.

# ESTRATEGIAS XERAIS DE HIXIENE Y PREVENCIÓN

Os produtos de limpeza e desinfección habituais son eficaces fronte ao coronavirus. Recoméndase a limpeza e desinfección co produto específico no que a etiquetaxe reflicte a súa eficacia contra os virus encapsulados, como o 2019-nCoV e outros coronavirus:

[https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos>Listado\\_virucidas.pdf](https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos>Listado_virucidas.pdf)

- Recoméndase limpar as instalación 2 veces ao día.
- Procederase a limpeza e desinfección dos aseos, mínimo 6 veces o día.
- Prestarase especial atención a limpeza e desinfección das zonas de uso común e as superficies de contacto más frecuentes (pomos, mesas, mobles, pasamans, teléfono...)

## ESTRATEGIAS DE HIXIENE E PREVENCIÓN DO/A TERAPEUTA OCUPACIONAL

- Ducha tras cada xornada laboral.
- Evitar levar aneis, pendentes, pulseiras, cadeas, etc...
- Levar o pelo recolleito.
- Uñas curtas e sen esmalte de uñas.
- Non usar maquillaxe, na medida do posible.
- Uso de lentes de ver, desinfectalas de maneira frecuente con auga e xabón.
- Minimizar o uso de efectos persoais no lugar de traballo.



# RECOMENDACIONES PARA OS/AS USUARIOS/AS ANTES DAS SESIÓNS



- Debe retirarse pulseiras, colares ou pendentes...
- Debe chegar á hora pactada.
- Lavado de mans ou solución hidroalcohólica antes de entrar na sala de terapia.
- Ao cruzarse con outro/a paciente ou usuario/a no mesmo espazo deben de manterse as distancias de seguridade entre eles/as de 2m
- Procurar que non haxa espera entre pacientes e, no caso de que se ocasione, que sexa mínima.
- É obligatorio o uso de máscara hixiénica ou quirúrxica por parte dos nosos/ as usuarios/ as de 6 anos en diante e recomendable para a poboación infantil de entre 3 e 5 anos (en ambos os casos quedan exceptuados os que presenten algún tipo de dificultade respiratoria, contraindicación por motivos de saúde ou que pola súa situación de discapacidade ou dependencia presenten alteracións de conduta que fagan inviable a súa utilización).
- Quitaranse os zapatos que serán substituídos por calcetíns antiescorregadizos antes de entrar na sala de terapia.
- Acudir ás sesións cun único acompañante. É obligatorio o uso de máscara por parte do/a acompañante, quen poderá entrar en sesión a condición de que o espazo da sala permita manter a distancia social. Neste caso, deixará o calzado fose ou colocará sobre zapatos desechables
- Fomentarase o pago con tarxeta ou outros medios que non supoñan contacto físico
- Dada a importancia de manter un feedback terapeutas-usuarios/ as-familias, garantirse unha comunicación fluída a través de medios non presenciais: vía telemática.



# EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL A TER EN CONTA PARA A PRÁCTICA

BATA



MONOS



LUVAS



MÁSCARA  
QUIRÚXICA



MÁSCARA FPP1



MÁSCARA FPP2



PANTALLA  
PROTECTORA



TERMÓMETRO  
INFRATERMELLO



# OUTRAS RECOMENDACIONES

- **Observación directa** de posibles casos de Covid-19 e empregar o protocolo a seguir polas autoridades.

- **Síntomas:**

- Febre
- Tose
- Dificultade para respirar (sensación de falta do aire)
- Cansazo
- Dor de cabeza
- Diarrea
- Dor de garganta
- Perda recente do olfacto ou o gusto



- Ante calquera dos **anteriores supostos**, en caso de desenvolver síntomas **notificarase ao servizo de saúde laboral**, servizo de prevención de riscos laborais ou servizo de medicina preventiva do hospital ou ao 112, segundo se teña establecido en cada comunidade autónoma e se iniciará o procedemento de manexo dos casos.

# OUTRAS RECOMENDACIONS

- No caso de atoparnos ante un/ha paciente que superou o COVID-19 recomendámosvos poñervos en contacto coa vosa asesoría de riscos laborais para que vos informe das medidas que hai que tomar para a intervención co/a paciente.
- Terapia a domicilio, haberá que valorar o nivel de risco de cada paciente e contorna para determinar o nivel de protección e exposición para poder realizar a intervención. No caso de que se realicen, tomar todas as medidas de protección anteriormente citadas.
- É necesario facer xustificante para os/as clientes que acoden doutros municipios dentro da fase 0. Na fase 1, necesítase se cambia de provincia.
- Recoméndase elaborar un protocolo de continxencia e prevención que estea dispoñible para os/as traballadores/as e os/as clientes.
- Recoméndase elaborar un consentimento informado no que se reflicta que o/a cliente foi informado/a dos novos procedementos de traballo.



# ANEXO 1

## USO DE MASCARILLA QUIRÚRGICA O FACIAL

1

LÁVATE LAS MANOS CON JABÓN Y AGUA.

2

PONTE LA MASCARILLA PARA TAPAR LA NARIZ, BOCA Y BARBILLA.

3



ATA LAS CINTAS DETRÁS DE LA CABEZA.

3



COLOCA LAS GOMAS SOBRE LAS OREJAS

4

NO TE TOQUES LA CARA.  
NO TOQUES LA MASCARILLA.  
NO BAJES LA MASCARILLA.

5

CUANDO TOSAS O ESTORNUDES,  
NO TE QUITES LA MASCARILLA.

6

COMPRUEBA QUE RESPIRAS BIEN.  
AVISA SI ES DIFÍCIL RESPIRAR.

7

AVISA SI LA MASCARILLA ESTÁ  
MOJADA, SUCIA O ROTA.

8

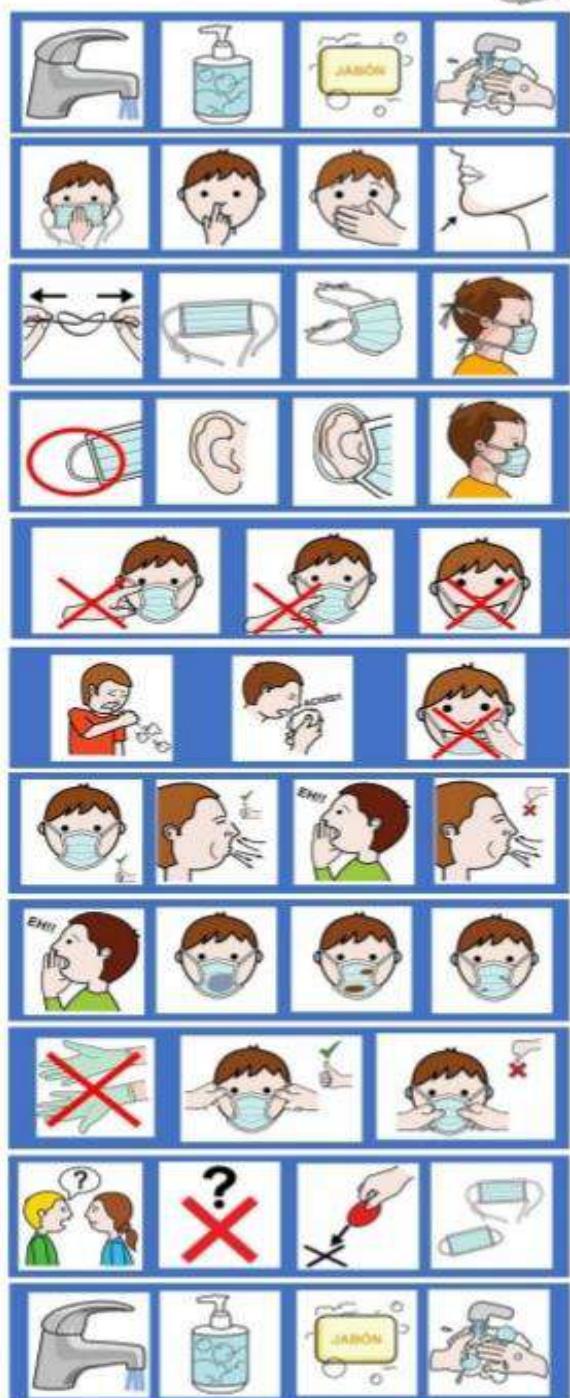
SIN GUANTES. TOCA SÓLO LAS  
CINTAS O GOMAS PARA QUITAR LA  
MASCARILLA

9

PREGUNTA DÓNDE SE DEJA LA  
MASCARILLA.

10

LÁVATE LAS MANOS CON JABÓN Y AGUA.



# ANEXO 2

## USO DE GUANTES



1

LÁVATE LAS MANOS CON JABÓN Y AGUA.



2

MANOS SECAS, SIN ANILLOS O RELOJES. UÑAS CORTAS Y SIN ESMALTE.



3

DOBLA Y PONTE EL PRIMER GUANTE.



4

DOBLA Y PONTE EL SEGUNDO GUANTE.



5

NO TE TOQUES LA CARA.  
NO TOQUES LA MASCARILLA.  
EVITA TOCAR PERSONAS.



6

AVISA SI LOS GUANTES PICAN, HAY HERIDAS O DUELEN LAS MANOS.



7

AVISA SI EL GUANTE ESTÁ ROTO O SUCIO.



8

CON DOS DEDOS, AGARRA Y QUÍTATE EL PRIMER GUANTE, DÁNDOLE LA VUELTA.



9

AGARRA EL GUANTE CON LA OTRA MANO. METE LA MANO LIBRE POR EL INTERIOR DEL OTRO GUANTE.



10

PREGUNTA DÓNDE SE TIRAN LOS GUANTES. NO SE REUTILIZAN LOS GUANTES USADOS.



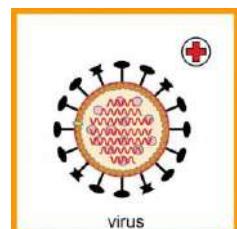
11

LÁVATE LAS MANOS CON JABÓN Y AGUA.



## ANEXO 3

### MEDIDAS FRENTE O COVID-19



PREVIO A SESIÓN, CONTACTO TELEFÓNICO



QUEDA NA CASA SE TIVECHES:



TOSE



FEBRE



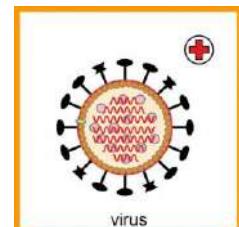
CANSAZO



DIARREA

## ANEXO 4

### MEDIDAS FRENTE O COVID-19



ANTES DE ENTRAR A SALA DE TERAPIA



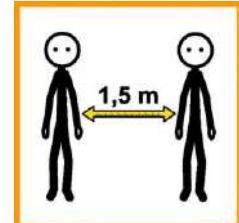
QUITAMOS OS ZAPATOS



DESINFECTAMOS AS MANS



MANTEMOS A DISTANCIA DE SEGURIDADE



# BIBLIOGRAFÍA

OMS

[https://www.who.int/csr/resources/publications/swineflu/gpsc\\_5may\\_How\\_To\\_HandWash\\_Poster\\_es.pdf](https://www.who.int/csr/resources/publications/swineflu/gpsc_5may_How_To_HandWash_Poster_es.pdf)

[https://www.who.int/gpsc/information\\_centre/gpsc\\_desinfectmanos\\_poster\\_es.pdf](https://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_desinfectmanos_poster_es.pdf)

Guía COTOGA- Información COVID 19 pola OMS: <http://cotoga.es/wp-content/uploads/2020/04/castellano.-informacion-covid-19-por-la-oms-1.pdf>

Ministerio de sanidad, consumo y bienestar:

<https://www.boe.es/boe/dias/2020/05/20/pdfs/BOE-A-2020-5142.pdf>

<https://www.mscbs.gob.es/>

Guía profesionales sanitarios

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Protocolo Personal sanitario COVID-19.pdf>

Guía de recomendación Colegio de Fisioterapeutas de Extremadura

<http://cofext.org/wp-content/uploads/2020/05/GUIA RECOMENDACIONES FISIOTERAPEUTAS COFEXT-1.pdf?fbclid=IwAR1eENJ0Qc9l2s8kMrxj8-72WCPX3nek-kZDpJBwC--NI5E-FBUQtRS6IS4>

Guía COTOGA: Actuación dos/as terapeutas ocupacionais nos centros de persoas maiores.

<http://cotoga.es/wp-content/uploads/2020/05/03-05-20-actualizacin.-gallego.-actuacin-de-los-terapeutas-ocupacionales-en-centros-de-personas-mayores-y-discapacidad-respecto-al-covid-19.-copia.pdf>

<https://www.fundacionconectea.org/wp-content/uploads/2020/04/Mascarilla-y-guantes-COVID19-Tablet.pdf>

[Plena Inclusión España. Propuestas para la desescalada ante la crisis del COVID-19. \(2020\), Madrid. Plena Inclusión España.](#)





**COTOGA**

COLEGIO OFICIAL  
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES  
DE GALICIA

**GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL  
PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS  
NO ÁMBITO DA INFANCIA**

