

GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS



COLEXIO OFICIAL DE TERAPEUTAS
OCUPACIONAIS DE GALICIA

GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS

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 *recomenda 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.





Publicado e editado por  **COTOGA**
COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA

XUNTA DIRECTIVA COTOGA

Pilar Blázquez Ballesteros-
Presidenta

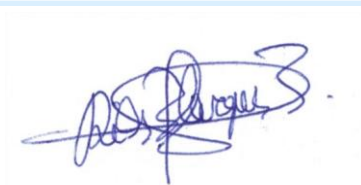
Macarena Sánchez Carnero-
Vicepresidenta e vocal de comunicación

Daniel Iglesias Pernas-
Secretario

Ángela Méndez Míguez-
Tesoureira

Deisy I. Devesa Linares-
Vocal de formación

Belén Núñez Rey-
Vocal de emprego



Pilar Blázquez Ballesteros- Presidenta do Colexio Oficial de Terapeutas Ocupacionais de Galicia

ÍNDICE

1.	Medidas de protección xeral	4
2.	Medidas de protección para o traballo	7
3.	Medidas de protección da contorna	9
4.	Outros espazos comúns	12
5.	Estratexias xerais de hixiene e prevención	13
6.	Estratexias xerais de hixiene e prevención do/a terapeuta ocupacional	13
7.	Recomendación para os/as usuarios/as antes das sesións	14
8.	Equipos de protección individual a ter en conta	15
9.	Outras recomendacións	16
10.	Bibliografía	18

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, secrecións 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 secrecións respiratorias de obxectos contaminados.



2 EVITAR TOCAR A CARA, BOCA E NARIZ CAS MANS

3 SE AS MANS ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS LAVAR MÁIS DE 60 seg.

4 AO TUSIR E ESBIRRAR CÚBRASE A CARA E NARIZ CA CARA INTERNA DO CÓBADO

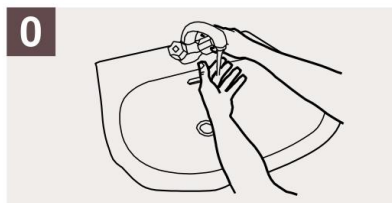
¿Cómo lavarse las manos?

¡LÁVESE LAS MANOS SI ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS!

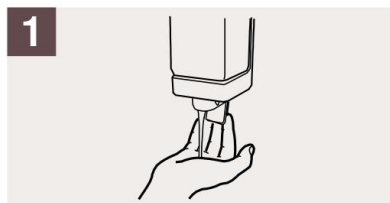
DE LO CONTRARIO, USE UN PRODUCTO DESINFECTANTE DE LAS MANOS



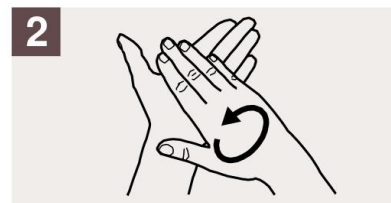
Duración del lavado: entre 40 y 60 segundos



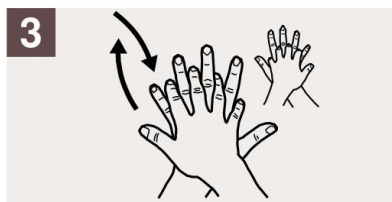
Mójese las manos.



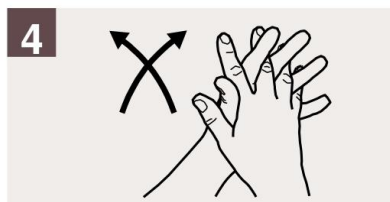
Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



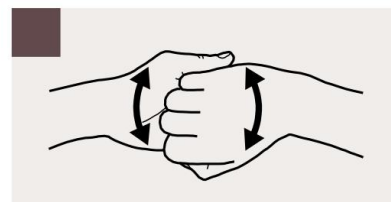
Frótese las palmas de las manos entre sí.



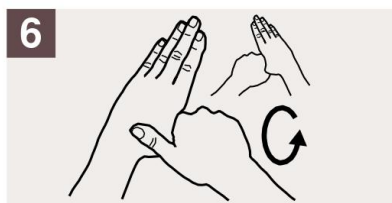
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



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, fróteselo con un movimiento de rotación, y viceversa.



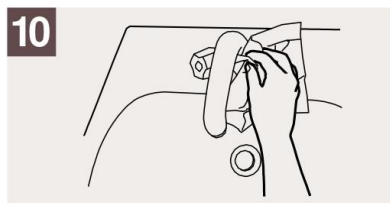
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



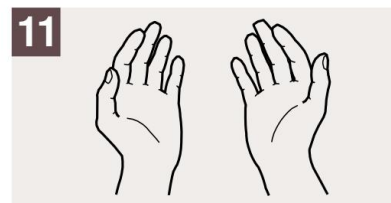
Enjuáguese las manos.



Séquese las manos 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**

Todo tipo 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.



COTOGA

COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA

¿Cómo **desinfectarse** las manos?

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

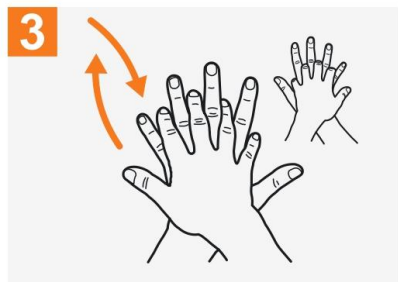
 **Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos**



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;



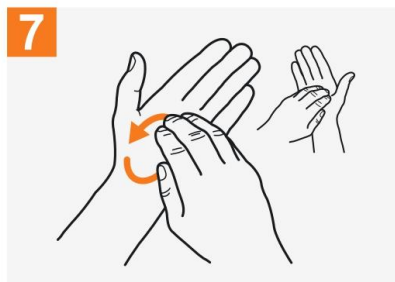
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



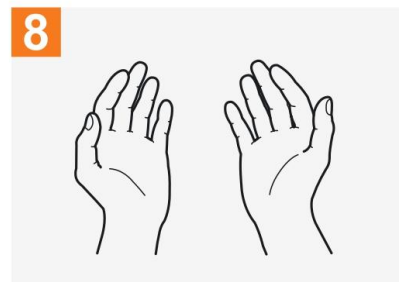
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Complete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los miembros Universitarios de Salud (UHS), su participación en la elaboración de este material.



COTOGA

COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA

MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA O TRABALLO



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

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



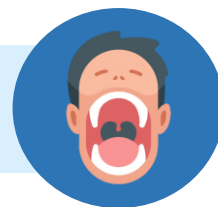
Limpeza diaria dos uniformes de traballo, se é posible a 60º en lavados individuais.

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 oro-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



* Taboa 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. Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada. Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con una persona sintomática, por ejemplo: — Acompañantes para traslado. — Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico. Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados. Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.	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: — Personal administrativo. — Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. — Conductores de transportes públicos con barrera colectiva. — Personal de seguridad.
REQUERIMIENTOS		
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): — protección respiratoria, — guantes de protección.

Exposición de risco: aquelas situacións 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 situacións 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 dispoñen 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/PrevencionRRL COVID-19.pdf>

MEDIDAS DE PROTECCIÓN DA CONTORNA

1 SALA DE ESPERA OU ESPAZOS DE TRÁNSITO COMÚN

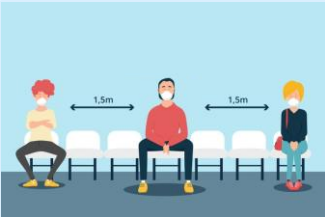


Retirar todo tipo de elementos de uso común que teñamos a disposición pública: revistas, libros, folletos informativos, mandos TV, xogos de mesa, xornais...

Recoméndase 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 produzan correntes de aire, pechar portas que intercomunique 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



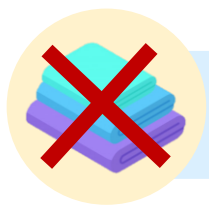
Recoméndase colocar carteis informativos en todas as salas para lembrar o uso de produtos de protección.

8 ANTISÉPTICOS

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

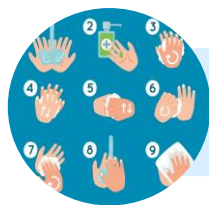


OUTROS ESPAZOS COMUNS



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 no cuarto de baño e se fose posible automático.

ESTRATEGIAS XERAIS DE HIXIENE E PREVENCIÓN

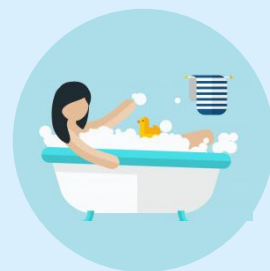
Os produtos de limpeza e desinfección habituais son eficaces fronte ao coronavirus. Recoméndase a limpeza e desinfección co produto específico no que a etiquetaxe reflicte a súa eficacia contra os virus encapsulados, como o 2019- nCoV e outros coronavirus.



Recoméndase limpar as instalacións 2 veces ao día.

ESTRATEGIAS DE HIXIENE E PREVENCIÓN DO/A TERAPEUTA

- Ducha tras cada xornada laboral.
- Evitar levar aneis, pendentes, pulseiras, cadeas, etc...
- Levar o pelo recollido.
- 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 SESIONS

- Debe acudir á clínica só/soa sen acompañante (a non ser que se trate dun/ha menor ou persoa con necesidade de axuda, nese caso aceptarase a um/ha único/a acompañante).
- Debe retirarse pulseiras, colares ou pendentes...
- Debe chegar á hora pactada.
- Lavado de mans ou solución hidroalcohólica e colocación de máscara antes de entrar a sesión. Repetir o proceso ao saír no lavado de man e o refugallo da máscara nas papeleiras sinalizadas.
- 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.
- Aconséllase que os/as usuarios/as acudan con máscara.
- Recoméndase colocar cobre-zapatos desechables antes de entrar ao espazo ou colocar unha alfombra desinfectante ou deixar os zapatos na entrada.



EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL A TER EN CONTA PARA A PRÁCTICA

BATA



MONOS



LUVAS



MÁSCARA
QUIRÚXICA



MÁSCARA FPP1



MÁSCARA FPP2



PANTALLA
PROTECTORA

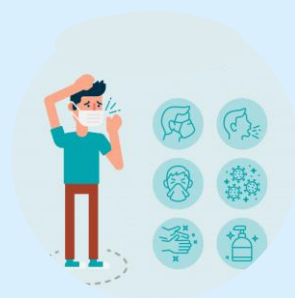


TERMÓMETRO
INFRAVERMELLO



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 de 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 RECOMENDACIONES

- 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.



BIBLIOGRAFÍA

OMS

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

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

Ministerio de sanidad: <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=IwAR1eENJ0Qc9I2s8kMrxj8-72WCPX3nek-kZDpJBwC--NI5E-FBUQtRS6IS4

Guía COTOGA: Actuación de los terapeutas ocupacionales en centros de personas mayores.

<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>



COTOGA

COLEGIO OFICIAL
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES
DE GALICIA

GUÍA INCORPORACIÓN LABORAL PARA TERAPEUTAS OCUPACIONAIS

