

# **GUÍA DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA ANTE EL COVID 19**

*el reto a reinventarnos como profesionales*



Compendio de Recomendaciones basados en  
Organizaciones Internacionales y en el  
Ministerio de Salud de Panamá



Organización  
Panamericana  
de la Salud





**ASOCIACIÓN PANAMEÑA DE FISIOTERAPIA Y/O KINESIOLOGÍA**

MIEMBRO DE LA WORLD CONFEDERATION FOR PHYSICAL THERAPY  
MIEMBRO DE CONAGREPROTSA

# GUÍA DE ATENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA ANTE EL COVID-19



## INDICE

		Pág.
1.	INTRODUCCIÓN	3
2.	JUSTIFICACIÓN	5
3.	OBJETIVO GENERAL	6
4.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
5.	ALCANCES, FORTALEZAS, LIMITACIONES	7
6.	GUÍA DE ATENCIÓN DE PACIENTES PEDIÁTRICOS/ ADULTOS EN CONSULTA EXTERNA.	9
7.	GUÍAS DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA EN UCI, SEMIINTENSIVO, SALA EN ESTADIO AGUDO DE COVID	25
8.	GUÍAS DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA A PACIENTES EN SU DOMICILIO SIN COVID 1.	36
9.	ANEXOS	43
10.	BIBLIOGRAFÍA	69



## Introducción

Las Enfermedades infecciosas transmisibles siguen siendo un grave problema que afecta a la Salud de la ciudadanía, a pesar de los muchos avances desarrollados en su control, tratamiento y gestión de medidas preventivas. Más allá de la situación crítica que se viene sufriendo, la adopción de medidas básicas para el control de las enfermedades transmisibles debiera ser contemplada como un elemento más dentro de nuestro proceso asistencial como fisioterapeutas.

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Afecta principalmente al sistema respiratorio y sus síntomas pueden variar desde enfermedad leve completamente asintomática o con sintomatología más o menos inespecíficas (fiebre, cansancio, tos seca, dolores articulares, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta, diarrea), hasta procesos graves de neumonía y distrés respiratorio agudo (SDRA), con aparición de fenómenos inflamatorios y necrotizantes del alveolo pulmonar. Según los datos recogidos, un gran porcentaje de las personas contagiadas y que expresan una clínica leve, vienen protagonizando procesos evolutivos satisfactorios relativamente rápidos, mientras que, en casos de mayor gravedad, y en los que se desarrollan procesos con insuficiencia respiratoria, pueden derivarse hacia entidades clínicas críticas que llegan a precisar ingreso en Unidades de Cuidados Intensivos. Esta disparidad en su expresión clínica ha determinado que, en términos generales, la recomendación para orientar consulta médica inexcusable sea la aparición de fiebre, tos y dificultad para respirar de manera simultánea.

Las personas de mayor edad y con comorbilidad son las que presentan mayor riesgo si adquieren la infección, al no tener inmunidad, la infección es probable si contactan con el virus. A parte del riesgo propio para la salud, los profesionales sanitarios debemos extremar las precauciones para evitar la transmisión de la infección del virus a nuestros pacientes.

Las vías de transmisión hasta ahora conocidas son: • Vía respiratoria (microgotas o gotitas de Flügge a través de estornudos, tos...) • Contacto directo con boca, nariz, ojos. Especial señalamiento por tanto hacia manos, fómites contaminados, mucosas... • Se hipotetiza sobre una posible tercera vía: micropartículas emitidas durante el habla, que quedarían suspendidas en el aire cierto tiempo (Zou, N. Engl. J. Med., 2020). • La vía



fecal-oral puede ser otra posible vía. Aún escasa evidencia. “El virus responsable de la COVID-19 se transmite principalmente a través de gotículas respiratorias expulsadas por una persona infectada cuando tose, estornuda o habla. Esas gotitas son demasiado pesadas para flotar en el aire y caen rápidamente sobre el suelo u otra superficie. La infección puede producirse al respirar el virus expulsado por una persona con COVID-19 situada a menos de un metro de distancia, o al tocar una superficie contaminada y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca antes de lavarse las manos.” (OMS). Período de incubación. El período de incubación promedio es de 5-6 días, pero hay evidencia científica de que ese periodo, en algunos casos, se ha prolongado hasta los 24 días. Hay que tener en cuenta que muchos pacientes son asintomáticos, o presentan sintomatología muy leve, esto es especialmente importante en niños desde el año y medio hasta los 17 años.

La rápida evolución del Covid 19 a nivel mundial requiere que se proporcionen indicaciones, guías útiles para un mejor desempeño de las actividades que se realizan en el ámbito de la Fisioterapia.

Las normas generales contenidas en este documento se consideran válidas en todos los ámbitos asistenciales de la Fisioterapia los cuales incluyen: Atención de consulta externa a pacientes pediátricos y adultos sin Covid 19, atención de fisioterapia a pacientes con comorbilidades (enfermedad neuromuscular, enfermedades respiratorias, fibrosis quística, y otros con Covid 19, atención de fisioterapia a pacientes adultos con secuelas de Covid 19, atención de fisioterapia a pacientes en UCI, semi intensivo en estadio agudo de Covid 19, atención de fisioterapia a pacientes en su domicilio confirmados sin Covid 19.

Además, indicaciones y recomendaciones para la planificación y preparación del personal de fisioterapia ante la atención de pacientes en esta pandemia.

## Justificación

La actual emergencia de sanidad nos invita como personal idóneo a desarrollar la atención del paciente en esta emergencia y a plantear medidas que salvaguarden la salud y vida del binomio Paciente/Fisioterapeuta. Es por lo que a continuación se desarrolla esta Guía Nacional del Manejo para Fisioterapia de la Pandemia del Covid 19 para Panamá. Teniendo como referencia los lineamientos y/o los aportes del Ministerio de Salud, la Organización Mundial de la Salud OMS, World Confederation for Physical Therapy (WCPT), y las consideraciones relativas a la rehabilitación según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (Manual), SENADIS entre otras; pues la rápida evolución del Covid 19 requiere que se proporcionen algunas indicaciones útiles para el desempeño de las actividades profesionales de acuerdo con las directrices dadas por las autoridades sanitarias para proteger la salud de las personas.

La importancia del desarrollo de esta guía es aportar a la Nación las acciones vistas por



el Fisioterapeuta, profesional idóneo, que cumple con la atención del paciente y que es quien manejará la instancia profesionalmente, y de esta forma disminuirá el riesgo para este binomio. El Fisioterapeuta conforma parte de primera línea de atención de los Pacientes con Covid 19, los que pasarán en conjunto, por diversas etapas de atención. En a la actual situación se considera inútil distinguir entre las actividades realizada bajo regímenes públicos o privados, ya que las disposiciones relativas a la salud pública deben extenderse a la salud privada para proteger los intereses de la comunidad.

Actualmente y con las evidencias disponibles, se cree que la transmisión de la infección se produce habitualmente por gotas, por lo que los prestadores de servicio sanitario como los fisioterapeutas, deben tomar medidas a fin de establecer la prevención y control de infecciones, el acceso al Equipo de Protección Personal y además planificar acciones con el interés de seguir ofreciendo servicios tanto en el ámbito hospitalario, como en entornos comunitarios

Los requerimientos de equipo de protección personal (EPP), manejo con el paciente, distribución de la estructura de los servicios, concurrencia a éstas, su planificación y logística, las medidas de prevención y control y el acceso del EPP son aportes que estructuraremos en la presente Guía.

Las acciones y lineamientos en el manejo público privado para la consulta interna, externa, programas de salud y la Fisioterapia a Domicilio, recomendamos una reinversión y readaptación de su manejo para los cuales el ejercicio verá grandes cambios en el volumen y la forma a nivel de estadísticas, logística e infraestructura en ambos sectores para el bien de los que reciben atención en el sistema de salud nacional. Todo esto se deriva de la experiencia y labor que desarrolla el Fisioterapeuta.

La generación de una base de datos que permita al Fisioterapeuta la adquisición de material y equipo de seguridad para la protección adecuada dentro de la práctica pública y privada también son tema de la guía.

Otro punto que es de importancia para generar líneas de acción es el Teletrabajo y la Tele salud (Telerehabilitación para Fisioterapia) y la prestación de servicios a domicilio que sin duda será de práctica para el Fisioterapeuta y de bien para el paciente.

Y por último el cumplimiento de todas las medidas mediante una lista de verificación digital, permitirá alcanzar los objetivos de ésta.

## **Objetivo General:**

- Implementar los lineamientos y estrategias para la práctica pública y privada de la atención del paciente de Fisioterapia en los tiempos de Covid 19 para guiar al Fisioterapeuta a una práctica más segura en bien del binomio.



## Objetivos Específicos:

- Establecer los lineamientos y directrices claras acerca de las pautas del Manejo y/o de la Atención público-privada en Fisioterapia en los tiempos de Covid 19.
- Determinar líneas de capacitación, educación y adiestramiento que permitan una práctica acorde a los lineamientos establecidos por organismos de carácter internacional para alcanzar una práctica efectiva.
- Evaluar las acciones de cumplimiento mediante una lista de verificación digital para valorar el impacto de las acciones de seguridad planteadas y disminución del riesgo en el Fisioterapeuta y el Paciente.

## Alcances, Fortalezas, Limitaciones

### Alcances

Este documento se centra en el ámbito de atención Fisioterapéutica de consulta externa de Pediatría, Adultos, UCI, Intensivos, Semi intensivos, Sala del área estatal, privada y la atención a domicilio a nivel nacional.

El ejercicio de la Fisioterapia varía a lo largo del mundo. Al utilizar esta guía, debe ser considerado el marco competencial del profesional dentro del contexto local de cada país.

### Fortalezas

1. Responde a una necesidad urgente de orientar en la práctica clínica a los fisioterapeutas encargados de los cuidados agudos /críticos.
2. Se basa en guías de prácticas clínicas más recientes y relevantes sobre el Covid 19 procedentes de organizaciones de reconocido prestigio internacional, de las organizaciones Nacionales de Fisioterapia a nivel mundial y estudios revisados en los países afectados siendo las fuentes que han aportado las evidencias.
3. El equipo de trabajo de esta guía está compuesto por un grupo de fisioterapeutas con amplia experiencia clínica, en UCI, en hospitalización, consulta externa, programas y atención domiciliar a nivel nacional y fisioterapeutas académicos, con experiencia en liderazgo y en gestión.
4. Esta guía cuenta con el respaldo de las organizaciones internacionales de fisioterapia.

### Limitaciones

1. La rapidez en la forma de presentación del Covid 19, la guía clínica puede cambiar a medida que se sepa más sobre la historia natural de la enfermedad y en base a la evaluación de las acciones y medidas aplicadas.



2. Se extrapola nuestras recomendaciones desde la mejor evidencia disponible en el manejo actual de pacientes en estado crítico y agudo y en los resultados mostrados por personas que superaron la enfermedad.
3. No se incluyó a ningún paciente en el grupo de trabajo para el desarrollo de esta guía



# **GUÍA DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA EN CONSULTA EXTERNA ANTE EL COVID 19**

*el reto a reinventarnos como profesionales*



Compendio de Recomendaciones basados en  
Organizaciones Internacionales y en el  
Ministerio de Salud de Panamá



Organización  
Panamericana  
de la Salud





# GUÍA DE ATENCIÓN DE PACIENTES PEDIÁTRICOS/ ADULTOS EN CONSULTA EXTERNA



## ¿A QUIÉN DEBEN TRATAR LOS FISIOTERAPEUTAS?

La atención del paciente se brindará de forma paulatina, sin discriminar características, pero si respetando la gravedad y complejidad de cada situación propia del paciente.

Por lo tanto, se realizará una revisión del listado actual de pacientes pendientes de evaluación a la fecha, para su debido ingreso según complejidad, espacio y número de profesionales.

Patologías o Condiciones	Complejidad	Atención
Patologías Agudas	Alta	Inmediata
Pacientes Post Quirúrgicos	Alta	Inmediata
Patologías o Condiciones Crónicas	Baja	Puede esperar (brindar tele rehabilitación)
Reeducación de Marcha con Andadera, bastones o muletas	Media	Inmediata
Estimulación del DPM	Baja	Puede esperar (brindar tele rehabilitación)
Prematuro con Hipertonía / Hipotonía	Alta	Inmediata

**\*Patologías Agudas:** se entiende por patología aguda a pacientes que ingresen con referencia médica de parálisis facial en sus primeras 48 a 72 horas, pacientes con lesiones ortopédicas menores a 2 meses, pacientes con diagnóstico de plexo braquial en su primer trimestre de nacimiento, pacientes con cirugías previas menores a un mes de antigüedad, pacientes neonatos prematuros con factores de riesgo o que presenten hipertonía o hipotonía, pacientes con diagnóstico de oncología, hemofilia, quemados en estadios agudos, pacientes con síndrome de Guillain Barré recién diagnosticado, pacientes con enfermedad cerebro vascular, trauma cráneo encefálico o encefalopatías hipóxico isquémicas que nunca hayan recibido atención fisioterapéuticas,



mielomeningocele fase aguda.

\*\*\*Toda patología que no esté dentro de este listado deberá ser evaluada la necesidad de requerir atención inmediata por el Jefe del Servicio, tomando en cuenta una explicación cónsona con la realidad actual en la que se puede proveer indicaciones o recomendaciones al familiar para manejo en casa.

**\*Patología Crónicas:** estos pacientes **NO** se quedarán desprovistos de atención, podrán ser manejados por medio de tele rehabilitación, bajo guía y seguimiento de fisioterapeutas asignados, podrán asistir para evaluación y recomendaciones, entendiendo que sus subsecuentes consultas de terapia se iniciarán una vez termine la cuarentena.

## GESTIÓN DE CITAS

Todas las atenciones brindadas serán con previa cita. Se explicarán los términos de la atención, se le brindará por vía digital, correo, WhatsApp, o por escrito un tríptico, afiche o panfleto con las normas de atención implementadas frente al Covid- 19 y se brindará un tiempo para que realice las preguntas que considere.

Tramitar vía telefónica (llamada / WhatsApp) o por email.

- Realizar las siguientes preguntas iniciales de prevención:
  - ¿Ha tenido contacto reciente con algún paciente con COVID-19?
  - ¿Ha tenido fiebre, tos, mialgias o algún síntoma compatible con COVID-19?
  - ¿Ha tenido o tiene fiebre en los últimos 14 días?
  - ¿Pertenece a población de riesgo?
- Citar a los pacientes de manera tal que:
  - La cita debe ser confirmada vía SMS, o por correo electrónico, para el que paciente pueda usar esto en caso de necesitarlo.
  - No coincidan en la recepción y con tiempo para airear la zona al menos cinco minutos.
  - De ser posible, la espera deberá realizarse fuera del centro y manteniendo la distancia de seguridad (2 metros). En caso de que no se pueda aguardar fuera, dentro de la sala de espera respetar la distancia de seguridad.
  - Haya tiempo para desinfectar las zonas de posible contacto con el paciente.
  - Incluir las instrucciones a los pacientes de cómo deberá realizar los traslados.
  - Para pacientes y familiares que asistan a recibir la atención se le proveerá de un SALVOCONDUCTO y/o constancia de asistencia a Fisioterapia.



## GESTIÓN DE COBRO

En atención privada se debe procurar que el pago sea por alguna plataforma de pagos en línea (yappy, páguelo fácil, banca en línea, punto de pago, ñequi). Evitar el uso de dinero en efectivo y monedas.

## GESTIÓN DE ESPACIO

Se debe respetar el mantener una distancia entre pacientes de 2 metros, según sea el espacio físico disponible para la atención.

Considerar utilizar mamparas o biombos médicos plásticos, o de otro material que pueda limpiarse, para realizar divisiones del espacio físico del local en caso de tener espacio abierto en la clínica.

## RECEPCIÓN / SALA DE ESPERA

- A la entrada encontrará un dispensador con gel alcoholado
- Un bolígrafo por trabajador y desinfectar luego de cada uso.
- Eliminar todos los objetos decorativos.
- Higienizar la terminal de tarjetas y/o prepagas luego de cada uso.
- Colocar señalética para que se acerquen lo menos posible al mostrador.
- Desinfectar teléfono después de cada uso.
- Cartel informativo indicando todas las medidas a tener en cuenta.
- Tener en el escritorio de recepción la menor cantidad de objetos posible.
- En caso de contar con dispensador de agua, anular su uso.
- Redistribuir asientos respetando la distancia de seguridad (2 m).
- Evitar, dentro de lo posible, el uso de sala de espera.

## BAÑO

- Eliminar todos los elementos decorativos.
- Contar solo con jabón y papel en el baño, papel toalla desechable.
- Cuadrante impreso y visible con las horas de limpieza y desinfección.
- Usar hipoclorito al 0,1% en difusor de spray (20ml de lejía doméstica en 1L de agua).
- Usar hipoclorito en elementos que hayan podido ser tocados y dejar 10 minutos.



- Contar con cartel indicador de cómo realizar una correcta higiene de manos.
- El basurero debe ser con tapa, que su accionar sea por palanca de pie.

## **GIMNASIO/SALA/CUBÍCULO/CONSULTORIO DE TRATAMIENTO**

- Un bolígrafo por Fisioterapeuta o Kinesiólogo.
- Eliminar todos los elementos decorativos.
- Cuadrante impreso y visible con las horas de limpieza y desinfección.
- Usar hipoclorito al 0,1% en difusor de spray (20ml de Hipoclorito doméstico en 1L de agua).
- Usar hipoclorito en elementos que hayan podido ser tocados y dejar 10 minutos.
- No realizar sesiones grupales a menos que guarden la distancia de 2 metros entre pacientes y terapeutas. Evitar sesiones simultaneas de ser posible, si estas que requieran contacto o los casos en los que se comparte un mismo material por ejemplo una corriente eléctrica con 4 canales a utilizar en 2 pacientes diferentes.
- Minimizar al máximo la cantidad de equipos/elementos/recursos físicos en la sala de tratamiento.
- Desinfectar estos equipos/elementos/recursos físicos antes y después de cada uso.
- Controlar todo el material que haya podido estar en contacto con el paciente.
- El uso de electrodos autoadhesivos no es recomendable. En caso de así requerirlo deberán ser de uso personal, incluyendo nombre y apellido en el envase contenedor.
- El basurero debe ser con tapa, que su accionar sea por palanca de pie
- Se prefiere el uso de bandas elásticas de uso único por paciente, en el caso de pesas o mancuernas deben ser con cubiertas plásticas o vinílicas, o de material de fácil desinfección.
- Las camillas o áreas en general se limpiarán con desinfectantes estipulados por el Ministerio de Salud.
- Desinfección de puertas de entrada reservadas para los pacientes con silla de rueda.
- Desinfección de pasamanos de rampas o escaleras, pomos manijas de accesibilidad para puertas que utilicen pacientes con movilidad reducida.
- Los asistentes personales, cuidadores, tutores y/o familiares que presten sus servicios durante la cuarentena o posterior a ella deben someterse a pruebas de Covid-19 en casos de presentar síntomas propios de la enfermedad. Evitando así minimizar el riesgo de propagar el virus a los pacientes pediátricos/ adultos con



discapacidad.

- Toma de registro en anecdotario donde reposaran los datos generales de los familiares y pacientes por día de atención.
- Se ventilarán las áreas del Servicio o Departamento al inicio y termino de la Jornada.
- Desinfectar todos los artículos que hayan sido utilizados a lo largo de la jornada laboral y entre cada paciente.
- Lavarse las manos antes y después de manipular un paciente o dispositivo.
- Utilizar guantes para realizar todo tipo de intervención fisioterapéutica, incluso de limpieza en caso de no contar en el momento con el personal de apoyo.
- Recuerde mantener la distancia física, que su intervención ya sea evaluación o manejo fisioterapéutico sea riguroso, sin ampliar en situaciones innecesarias.
- Solicite al personal de apoyo desinfectar las áreas que hayan podido ser contaminadas.
- Al llegar a casa, retirarse los zapatos, depositar su ropa contaminada en un cartucho y bañarse por completo.

## NORMAS DE BIOSEGURIDAD

Acerca de los pacientes:

En consulta externa, quedan excluidos todos los pacientes de riesgo, según normativas vigentes.

- Pacientes crónicos, que requieran continuar indefectiblemente tratamientos.
- Pacientes en status postoperatorios que no puedan ser atendidos por tele rehabilitación.
- Pacientes en su primera consulta que requieran ser evaluados para asignarlos a tele rehabilitación.

Pacientes que generen secreciones o requieran aerosolización:

- No deben concurrir a consultorios / centros de fisioterapia.

### **Acerca de los fisioterapeutas:**

Queda excluido de la presente flexibilización todo fisioterapeuta o kinesiólogo que se encuentre en grupo de riesgo, según normativas vigentes.

### **Acerca de los procedimientos:**

Los procedimientos que generen transmisión por aerosoles deben llevarse a cabo en habitación con presión negativa o en una habitación individual con la puerta cerrada

En el caso de pacientes hospitalizados, si un paciente Covid 19 está siendo tratado fuera de una sala de aislamiento, asegúrese de que este use mascarilla quirúrgica

Uso de mascarilla de alta filtración, por ejemplo, FFP2/n95 durante los procedimientos que generan gotas, como las movilizaciones, los ejercicios terapéuticos y otras intervenciones de rehabilitación en el caso de pacientes con Covid 19 en las que el paciente puede toser y/o expectorar mocos o esputos.

## USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPP)

(Utilizar el Equipo de Protección Personal de acuerdo al caso)

- ✓ Equipo de Protección Personal Estándar: es el utilizado normalmente y que consiste en el uso de bata manga larga o bata hidropelente manga larga, preferiblemente desechable, se pueden utilizar batas plásticas tipo capote desechables o lavables (las cuales deben ser lavadas después de uso). En el caso de la mascarilla quirúrgica y guantes (estos últimos que deben ser cambiados con cada paciente). Adicional se deben utilizar zapatos cerrados de uso único para el área de trabajo/ cubrezapatos.
- ✓ Equipo de Protección Personal D: será utilizado mientras se mantenga la cuarentena o en salas en cuarentena, por Fisioterapeutas que asistan a Salas en cuarentena o estén en contacto con casos sospechosos.
- ✓ Equipo B y C: será usados por personal en contacto directo con niños positivos en Covid – 19.

### PRECAUCIONES ESTANDARD

con todos los pacientes



### EPP PARA FISIOTERAPEUTAS EN ÁREAS DE INFECCIONES RESPIRATORIAS O DE HOSPITALIZACIÓN



### Equipo de Protección Personal para Fisioterapeutas que atiendan Casos Covid-19 Positivos



### TIPO DE EPP SEGÚN TAREA O SITUACIÓN

Entorno	Tipo de Personal / Paciente	Actividad	Descripción de EPP





SERVICIOS DE FISIOTERAPIA	Fisioterapeutas Y Personal de Apoyo	Atención de pacientes con síntomas respiratorios, para orientación.	Mascarilla quirúrgica. Bata Guantes Protección Ocular Zapatos de uso único para el área de trabajo/ protectores de zapatos
	Fisioterapeutas y Personal de Apoyo	Atención de Pacientes sin síntomas respiratorios	Mascarilla quirúrgica. Bata Guantes Protección Ocular Zapatos de uso único para el área de trabajo/ protectores de zapatos
	Pacientes sin síntomas respiratorios	Acudir para recibir la atención de Fisioterapia.	Mascarilla quirúrgica.
	Personal de Aseo	Limpieza y desinfección de superficies en toda el área donde se atendió pacientes.	Mascarilla quirúrgica Bata Guantes gruesos de caucho que cubran hasta antebrazo Protección facial.

Para todos los casos sospechosos y confirmados, como mínimo se implementarán medidas de precaución por gotas, en este caso los Fisioterapeutas y Personal de Apoyo que tengan contacto con el paciente deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla quirúrgica /Mascarilla N95 (si es caso confirmado)
- Bata de manga larga impermeable
- Gafas / máscara de protección facial
- Guantes



Para todos los casos en los que se realicen procedimientos de generación de aerosoles como fisioterapia pulmonar o en general, con abordaje fisioterapéutico en pacientes con traqueotomía, sialorrea o aquellos que tengan secreciones, deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla N95/FFP2/FFP3
- Bata de manga larga impermeable
- Protección ocular ajustada de montura integral o facial completa
- Guantes

## DEBERES DEL PACIENTE

Cómo deben concurrir los pacientes y cómo debe ser su recepción

El paciente deberá:

- Concurrir con mascarilla.
- Concurrir con su bolígrafo.
- No presentar síntomas compatibles con COVID-19.
- No haber estado en contacto con un positivo.
- Si fue COVID-19 positivo, presentar alta con prueba negativa PCR.
- No concurrir acompañado, en caso de ser necesario se permitirá un familiar o cuidador por paciente, en los casos de pacientes pediátricos, personas con discapacidad que presenten movilidad reducida y personas con falta de autonomía
- Se le facilitará al paciente el consentimiento informado, el cual deberá firmar.
- El paciente debe ser responsable e informar si presenta síntomas respiratorios o en su defecto la persona que lo acompaña.
- En caso de presentar el Familiar o el paciente temperatura alta o síntomas de resfriado se solicitará llamar al 169, quién le comunicará los pasos a seguir en caso de ser sospechoso de Covid-19 y posteriormente llamar para reagendar la cita de Fisioterapia.

Al llegar a la sesión deberá:

- Acceder a un control de temperatura en la puerta. No podrá ser atendido si supera los 37,5 °C.
- Esperar afuera a ser atendido y a 2 metros de distancia de otras personas.
- Lo ideal es tener a la entrada un pediluvio o una alfombra desinfectante, puede ser opcional facilitar cubre zapatos descartables o en su defecto descalzo, en medias a la entrada del consultorio, o zapatos plásticos que puedan ser desinfectados.



- El personal supervisará que el paciente lave sus manos antes de la consulta.
- Se intentará no coincidir con nadie en pasillos y que no toque nada.

## PROCEDIMIENTO A SEGUIR EN LA ATENCIÓN DE CONSULTA EXTERNA

### Antes de iniciar la Jornada Laboral:

- Abrir la puerta con su brazo o de espalda
- Entrar con mascarilla
- Lavarse las manos con agua y jabón
- Cambiarse de ropa (utilizar el Equipo de Protección Personal de acuerdo al caso)
- Equipo de Protección Personal
- Estándar: es el utilizado normalmente y que consiste en el uso de bata blanca, mascarilla y guantes (estos últimos que deben ser cambiados con cada paciente).

### Manejo del paciente durante la consulta

- Evitar que el paciente toque elementos de la consulta.
- El paciente deberá llevar la mascarilla siempre colocado.
- No se utilizarán toallas y la sesión se realizará con guantes.
- Desinfectar la camilla antes y después de uso con material desechable (papel).
- Prestar atención a los orificios de las camillas.
- Evitar, en la medida de lo posible, técnicas intraorales.

### Después de cada consulta

- Desechar los guantes delante del paciente y lavarnos las manos.
- Evitar uso de efectivo para el pago, dentro de lo posible.
- Desinfectar picaportes e interruptores de luz que se hayan tocado, así como las camillas.
- Volver a desinfectar las manos tras los pasos anteriores.
- Retirar correctamente los EPP.
- Descartar los EPP en bolsas de residuos patológicos.

### Al final de la jornada



- Cambiar se la ropa y colocar la bata en bolsa independiente, cerrada durante 8 horas.
- Lavar la ropa de trabajo como mínimo a 60°C independientemente al resto de ropa del domicilio.
- Almacenar los residuos cerrados hasta que se realice el retiro por parte de la empresa de recolección.
- Limpiar el suelo de la consulta con hipoclorito al 0,1%, sustancia desinfectante o producto viricida.

## **MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y FAMILIARES**

- a) Todas las atenciones brindadas serán con previa cita. se explicarán los términos de la atención, se le brindara por escrito un trifoliar con las normas de atención implementadas frente al Covid- 19 y se brindará un tiempo para que realice las preguntas que considere.
- b) Se establecerá la mayor separación entre las sillas de la sala de espera por lo que solo pueden estar en esta área 5 pacientes con sus familiares al mismo tiempo.
- c) A la entrada encontrará un dispensador con gel alcoholado.
- d) Las camillas o áreas en general se limpiarán con desinfectantes estipulados por el Ministerio de Salud.
- e) Desinfección de puertas de entrada reservadas para los niños con silla de rueda.
- f) Desinfección de pasamanos de rampas o escaleras, pomos de accesibilidad para puertas que utilicen niños con movilidad reducida.
- g) Los asistentes personales, cuidadores, tutores y/o familiares que presten sus servicios durante la cuarentena o posterior a ella deben someterse a pruebas de Covid-19 en casos de presentar síntomas propios de la enfermedad. Evitando así minimizar el riesgo de propagar el virus a los niños con discapacidad.
- h) Toma de registro en anecdotario donde reposaran los datos generales de los familiares y pacientes por día de atención.
- i) Se ventilarán las áreas del Servicio o Departamento al inicio y termino de la Jornada.

## **CUIDADOS DE BIOSEGURIDAD**

Fisioterapeutas	Familiar y Paciente
-----------------	---------------------



Mascarilla Quirúrgica o N95/ FFP2	Mascarilla propia (Pctes > 2 a)
Protector Facial o lentes	Visor (opcional)
Guantes	
Bata	

## **MEDIDAS POR PARTE DEL PERSONAL DE APOYO, TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO**

1. Asegúrese de que todas las personas que ingresen al área respeten los protocolos y procesos de control contra el contagio de Covid-19.
2. Procurar que toda persona que ingrese al área lo haga con mascarilla quirúrgica bien colocada, y que se lave las manos con gel alcoholado o agua y jabón.
3. Es necesario enfatizar la importancia entre colegas y compañeros de no asistir a laborar si presentan síntomas como fiebre, tos, falta de aliento, diarrea, estornudos, dolor musculo esquelético.
4. La Secretaria deberá procurar confirmar las citas programadas o al agendar las mismas mencionar la importancia de la puntualidad y la asistencia. No es necesario asistir mucho antes del horario que le corresponde, asistir en el horario establecido en su tarjeta.
5. Todo el personal sin excepción debe frecuentemente lavarse las manos y utilizar el desinfectante para manos.
6. Evitar en la medida de las posibilidades estrechar la mano, dar abrazos, o tocar innecesariamente de forma afectuosa a los pacientes, familiares y compañeros de trabajo.
7. Asistir a laborar priorizando la atención, evitando largas conversaciones entre compañeros que afloren la necesidad de permanecer prolongado tiempo en contacto.
8. Velar por el distanciamiento físico durante su estadía en el servicio o departamento.
9. Evitar utilizar bolígrafos, goniómetros, cintas métricas, instrumentos o dispositivos de medición de otro colega, así como evitar el contacto con sabanillas, pañales, de los pacientes. Evitar el uso del celular en la medida de las posibilidades durante la atención al paciente pediátrico.



10. Tomar en cuenta que estas medidas son para pacientes de bajo riesgo, los pacientes con Covid-19 positivos requerirán de precauciones adicionales. Asegurarse de repetir estas medidas todos los días.

### **Recordar:**

- a) Desinfectar todos los artículos que hayan sido utilizados a lo largo de la jornada laboral y entre cada paciente.
- b) Lavarse las manos antes y después de manipular un paciente o dispositivo.
- c) Utilizar guantes para realizar todo tipo de intervención fisioterapéutica, incluso de limpieza en caso de no contar en el momento con el personal de apoyo.
- d) Recuerde mantener la distancia física, que su intervención ya sea evaluación o manejo fisioterapéutico sea riguroso, sin ampliar en situaciones innecesarias.
- e) Solicite al personal de apoyo desinfectar las áreas que hayan podido ser contaminadas.
- f) Al llegar a casa, retirarse los zapatos, depositar su ropa contaminada en un cartucho y bañarse por completo.

### **SUGERENCIAS PRÁCTICAS PARA LOS FISIOTERAPEUTAS FRENTE A LA PANDEMIA COVID- 19**

- ✓ Se solicita que el personal femenino evite utilizar prendas innecesarias como aretes largos o grandes, collares, pulseras, anillos y/o reloj.
- ✓ En el caso de las damas se debe asegurar mantener el cabello completamente recogido.
- ✓ En el caso de los varones se debe asegurar de no tener largo el vello facial para beneficio de la completa adherencia de la mascarilla a la cara.
- ✓ Se recomienda el uso de uniforme tipo scrub

### **Observaciones:**

En el caso de menores de edad el familiar debe ser responsable de informar si su hijo, hija o acudiente presenta síntomas respiratorios.

En caso de presentar el Familiar o el paciente temperatura alta o síntomas de resfriado se solicitará llamar al 169, quién le comunicará los pasos a seguir en caso de ser sospechoso de Covid-19 y posteriormente llamar para reagendar la cita de Fisioterapia.

Para pacientes y familiares que asistan a recibir la atención se le proveerá de un



SALVOCONDUCTO para que pueda acudir a la terapia y constancia de asistencia a Fisioterapia para que pueda retornar a su hogar.

## SERVICIOS O DEPARTAMENTOS DE FISIOTERAPIA

Preparación de Estaciones de Trabajo o áreas de uso público como precaución basada en la transmisión para reducir el riesgo frente a la Pandemia Covid-19

Sala de Espera	<ul style="list-style-type: none"><li>- Antes del ingreso de pacientes: limpiar y desinfectar todas las superficies, puertas de metal, vidrios, manijas, sillas plegables, taburetes.</li><li>- Solo se permitirá un familiar por paciente.</li><li>- El Servicio se reserva el derecho a entrada para personas que presenten temperatura, o síntomas de cuadros respiratorios.</li><li>- En la Sala de Espera no podrán haber más de tantos pacientes respetando el distanciamiento físico de 2 m con sus familiares al mismo tiempo.</li><li>- LA ATENCIÓN BRINDADA SERÁ EL TIEMPO ESTIPULADO POR EL SERVICIO DE FISIOTERAPIA ESTE TIEMPO DEBE INCLUIR EL TIEMPO DE LIMPIEZA ENTRE PACIENTES.</li></ul>
Gimnasio Hidroterapia	<ul style="list-style-type: none"><li>- El dispositivo o producto de apoyo (silla de rueda, andadera, bastón, muletas), deberán ser desinfectadas al ingreso al servicio.</li><li>- Antes de colocar al paciente en la colchoneta o sobre algún equipo deberá ser desinfectado, previo a que el paciente tenga contacto con los mismos.</li><li>- En caso de utilizar mancuernas, pesas de arena, bandas elásticas, electrodos, entre otros, cada uno de deberá ser desinfectado al inicio y al final de la atención en cada paciente.</li><li>- En caso de utilizar bicicletas, banda sin fin, barras paralelas, cuñas, rolos, balones terapéuticos, deberán ser igualmente desinfectados antes y después de la atención a cada paciente.</li><li>- Por el momento que dure la cuarentena y la alerta sanitaria serán restringidos materiales e insumos que puedan ser medios de contagio de Covid-19 como por ejemplo elementos de texturas sensoriales. En caso de que el paciente pueda llevar sus insumos personales se velará por la limpieza y desinfección de los mismos.</li></ul>



Baños	- El baño contará con jabón líquido, papel toalla, papel higiénico, desodorante ambiental y basurero con bolsa transparente para desechos comunes y basurero con bolsa roja para desechos de material bio infeccioso.
-------	---

*Fuente: Cuadro confeccionado con el apoyo de Recomendaciones de la WCPT, Sugerencias de ISPO en el uso de Dispositivos Técnicos, Asistencia de apoyo y Guía de Covid-19 de la OEA.*

## **RECOMENDACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN Y PREPARACIÓN DE LOS PROFESIONALES DE FISIOTERAPIA**

1. Dividir al equipo que brindará atención en Hospitalización y a pacientes ambulatorios, en caso de ser una institución hospitalaria.
2. Ampliar la cobertura de pacientes por grado de complejidad. Y ser enfático en la cancelación de citas en caso de que el familiar no asista sin justificar las mismas.
3. Activar la rehabilitación basada en la comunidad por medio de abordaje fisioterapéutico basado en programas caseros guiados por medio de tele rehabilitación.
4. Laborar en dos turnos en caso de que administrativamente se requiera.
5. Realizar docencias por medio de la plataforma Zoom para mantenernos actualizados en diferentes estrategias o guías de atención relacionadas al Covid-19 o a patologías propias de nuestra profesión.
7. Proponer a personal de riesgo menor contacto con pacientes que pudieran estar sospechosos, siempre y cuando se brinde con equidad su participación en la jornada laboral (hospitalización y consulta externa).
8. Formular estrategias de manejo por parte de Fisioterapeutas asignados de forma exclusiva al manejo de pacientes con afecciones respiratorias (agudos o ambulatorios).
9. Se sugiere la revisión periódica de material relacionado al Covid 19, así como de temas e intervenciones fisioterapéuticas actuales que pudieran brindarnos mayor experticia en el manejo de nuestros pacientes.
10. Constantemente se requerirá del entrenamiento de Equipo de Protección Personal Tipo D para establecer la práctica y el adecuado uso de la colocación y retirada de la vestimenta para la atención de los pacientes.

## **MEDIDAS DE PRECAUCIÓN DE TRANSMISIÓN POR GOTAS QUE HAN DE SER CONSIDERADAS PARA REALIZAR LOS ABORDAJES DE LOS PACIENTES.**

- a) Si va a realizar estimulación del desarrollo psicomotor, ejercicios terapéuticos,





Transferencias, Traslados, Técnicas de neuro facilitación, colocación de compresas, ultrasonido, corriente eléctrica o realizará entrenamiento con mecanoterapia, o requerirá del uso de tinas de remolino será necesario el uso inmediato de equipo de protección personal estándar (mascarilla, guantes y bata).

b) En caso de tener que subir a sala deberá cambiarse la ropa utilizada en el manejo de pacientes ambulatorios. Toda vez que la población hospitalizada puede estar vulnerable al contagio con patologías de fondo que en el momento desconocemos.

c) Para el traslado de pacientes de la silla de rueda a la colchoneta se pedirá al familiar lo realice por sí solo, en caso de requerir ayuda se solicitará al personal de apoyo (auxiliar o asistente) que brinden el apoyo. Solo en caso de que exista una limitación funcional significativa por ejemplo riesgo de fragilidad, comorbilidades múltiples, entonces se deberá considerar la intervención directa del Fisioterapeuta.

d) Para pacientes que requieran planes de tratamiento o programas caseros recomendamos asegurar el material que se necesita y de que el mismo se adapta a las necesidades propias del familiar y paciente.

e) Por el momento se omitirá la atención de pacientes mediante terapia grupal o los casos en los que se comparte un mismo material por ejemplo una corriente eléctrica con 4 canales a utilizar en 2 pacientes diferentes.

f) Para todos los casos sospechosos y confirmados, como mínimo se implementarán medidas de precaución por gotas, en este caso los Fisioterapeutas y Personal de Apoyo que tengan contacto con el paciente deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla quirúrgica /Mascarilla N95 (si es caso confirmado)
- Bata de manga larga impermeable
- Gafas / máscara de protección facial
- Guantes

g) Para todos los casos en los que puedan estar presentes procedimientos de generación de aerosoles como fisioterapia pulmonar o en general, con abordaje fisioterapéutico en pacientes con traqueotomía, sialorrea o aquellos que tengan secreciones, deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla N95/FFP2/FFP3
- Bata de manga larga impermeable
- Protección ocular ajustada de montura integral o facial completa
- Guantes

# GUÍA DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA EN UCI, SEMIINTENSIVO Y SALA ANTE EL COVID 19

*el reto a reinventarnos como profesionales*



Compendio de Recomendaciones basados en  
Organizaciones Internacionales y en el  
Ministerio de Salud de Panamá



# GUÍA DE ATENCIÓN DE PACIENTES EN UCI, SEMIINTENSIVO, SALA EN ESTADIO AGUDO DE COVID



## Objetivos

- El fisioterapeuta realiza evaluaciones y diagnóstico fisioterapéutico basados en la disfunción y según las normas del APTA Y CIF.
- Colabora disminuyendo el tiempo de estancia en UCI, a través de la rehabilitación física y del reentrenamiento y acondicionamiento de la musculatura en general.
- Disminuye las secuelas potenciales en los diferentes sistemas del cuerpo humano producidas por el encamamiento prolongado y sus grandes complicaciones.
- Planifica su intervención basada en las recomendaciones internacionales y nacionales basados en la experiencia y evidencia científica.
- Trabaja en el desarrollo de la funcionalidad de la persona y permite su retorno al hogar y a la sociedad activamente.
- Colabora en conjunto del gran equipo interdisciplinario en la recuperación y rehabilitación de pacientes.

## Aspectos Bioéticos importantes a considerar dentro de la intervención del Fisioterapeuta en la UCI y Semi-intensivos en fase aguda Covid 19.

- El profesional sanitario fisioterapeuta, es un profesional altamente entrenado por lo tanto es de gran importancia garantizar el cuidado del cuidador y el cumplimiento de las normas de bioseguridad como primer criterio de inclusión dentro de nuestra intervención.
- El fisioterapeuta puede rehusarse a realizar la atención si no se cumple con el EPP reglamentario, que ponga en riesgo la seguridad del fisioterapeuta.
- El reto bioético de cumplir los deberes y valores tanto del paciente como del personal sanitario fisioterapeuta.
- Garantizar los derechos humanos en tiempo de Covid 19. Es importante garantizar la privacidad del paciente aspectos del expediente clínico y disminuir el riesgo del mal manejo de la información del paciente que podría finalizar en estigmatización y discriminación.
- Recordar que la toma de fotografías debe estar validadas con el consentimiento informado del paciente o familiar, lo cual en cuidados intensivos se dificulta por la condición del paciente. De ser utilizado con fines de investigación validar el consentimiento y apoyarse de los comités de bioética de cada institución.
- El fisioterapeuta debe ser miembro activo del comité de Triage y del equipo transdisciplinario para la toma de decisiones que benefician al paciente.
- El fisioterapeuta en base a evidencia científica y a la valoración diaria de pacientes en fase aguda Covid 19 puede decidir si el paciente cumple o no con las condiciones básicas para realizar cualquier tipo de intervención. El



fisioterapeuta puede rehusarse a no realizar terapia física en un paciente que se encuentre con inestabilidad hemodinámica importante y tiene la obligación de rotular en el expediente clínico las razones por las que ese día no se le realiza terapia física. Recordando que nuestra función va dirigida a mejorar la condición de nuestros pacientes y en comunicación con el equipo.

- Se recomienda dejar por escrito en el expediente clínico toda la intervención del fisioterapeuta con aspectos importantes como fecha, hora, intervención realizada, firma y sello del fisioterapeuta, recordando que el expediente clínico es de uso médico legal.

## **Consideraciones generales de importancia en la planificación de la intervención de Fisioterapia en fase aguda en UCI, Semi intensivo con Covid 19.**

- El personal sanitario, fisioterapeuta asignado a realizar intervenciones en el manejo de pacientes en UCI y semi-intensivo en fase aguda con Covid 19, debe estar entrenado en atención a pacientes en área crítica o cuidados intensivos.
- Dentro de la institución se deben escoger a los fisioterapeutas especialistas en cuidados intensivos o con formaciones afines; deben asignarse a los fisioterapeutas de mayor experiencia y estancia en la unidad de cuidados intensivos. Los fisioterapeutas escogidos deben estar con buen estado de salud física, no deben ser mayores de 60 años, ni embarazadas, ni con enfermedades crónicas, ni con ninguna otra afectación que pueda colocar al terapeuta vulnerable a contagiarse. Por eso la importancia de “cuidar al cuidador”
- Luego de escoger al recurso humano designado, se debe preparar al personal en conjunto con el equipo de infecciones nosocomiales de cada institución sobre el correcto uso del Equipo de Protección Personal en Covid 19, desde los pasos para la colocación hasta el retiro del equipo. De igual manera el lavado de manos y desinfección.
- La institución debe garantizar los insumos básicos y el equipo de protección personal completo para realizar nuestro trabajo de forma segura y responsable.
- Planificar los criterios de inclusión y exclusión que oriente la toma de decisiones de los pacientes que ingresan al programa de fisioterapia en la Unidad de Cuidados Intensivos, posterior a que el médico intensivista envíe la interconsulta al departamento de fisioterapia, deben ser evaluados por el médico fisiatra y por el fisioterapeuta en el cual se evalúa estabilidad hemodinámica dentro de los parámetros ya establecidos, signos vitales, tipo de ventilación y sus parámetros, gases arteriales, exámenes de laboratorio entre otros. Adicional a todas las pruebas y escalas de valoración realizadas en la anamnesis para el paciente en UCI. Es muy importante comunicarse con el equipo interdisciplinario que se encuentra permanentemente en la UCI y revisar los cambios diarios de las



órdenes médicas descritas en el expediente clínico.

- Planificar que dentro del área de cuidados intensivos debe existir un espacio físico en donde el fisioterapeuta pueda realizar el cambio de ropa, cambio de zapatos, artículos de higiene para que al finalizar su jornada pueda realizar el proceso de desinfección y baño antes de volver a su hogar. Tomar en cuenta que esto puede variar en cada institución, considerar los protocolos elaborados por el departamento de nosocomiales frente al Covid 19, sin embargo, no se recomienda que nada de lo que se use en el área infectada debe salir del área infectada.
- El tiempo de exposición del fisioterapeuta en el área y el volumen de pacientes atendidos por terapeuta debe ser evaluado según el censo de cada unidad. Se recomienda por ser área crítica que las labores sean en turnos de 6 horas máximo, sin embargo, eso depende de la normativa de cada institución
- El fisioterapeuta realiza un trabajo en contacto directo con el paciente con Covid 19, por las características de su trabajo la exposición es mayor se recomienda a un máximo de 7 pacientes por turno por terapeuta.  
Nota: Varía según el censo, recurso humano y capacidad de la institución, recordar la importancia de Cuidar al Cuidador.

## **Consideraciones importantes para la realización de fisioterapia en pacientes en fase aguda con Covid 19**

### **Equipo de Protección personal necesario y normas de Bioseguridad.**

Es de uso obligatorio que el fisioterapeuta que va a dar atención en cuidados intensivos a pacientes con Covid 19, por las características de nuestro trabajo en la que hay contacto directo con el paciente utilice el EPP como:

- Mascarilla N95.
- Mascarilla quirúrgica.
- Lentes de protección ocular.
- Bata desechable.
- Zapatitos
- Gorro de cabeza desechables.
- Guantes.
- Scrub o ropa de utilización dentro de uci, camisa y pantalón.
- Careta o protector facial. (varía su utilización según los recursos de cada institución.)
- Vestido llamado Mono: (varía su utilización según los recursos de cada institución).



Nota: Cada institución debe garantizar el EPP completo para realizar la intervención de forma segura.

**Lavado de manos:** debe realizarse constantemente, antes de cualquier actividad en UCI, se debe realizar antes de colocarse el EPP, en el momento de ingreso a UCI, antes de la atención del paciente y posterior a su atención, posterior al retiro de EPP y al salir de la unidad.

El baño del personal de fisioterapia debe realizarse antes de su salida de la unidad.

Nota: Tomar en cuenta los protocolos de cada institución.

Se le recomienda a las fisioterapeutas sexo femenino: Tener el cabello bien recogido, utilizar uñas cortas y sin esmalte, no utilizar aretes, ni reloj, celulares, ni ninguna prenda adicional que pueda ser foco de infección. De igual forma a los terapeutas sexo masculino: recortar la barba, utilizar uñas cortas, no se debe utilizar ni reloj ni anillos, celulares, ni ninguna prenda adicional. Todo lo que se utiliza en el área debe desinfectarse antes de salir del área de cuidados intensivos.

**La intervención fisioterapéutica:** va orientada a disminuir las secuelas del encamamiento prolongado y la funcionabilidad depende de la valoración, el estado de consciencia y la evolución del paciente, la misma puede progresar desde movilizaciones pasivas, movilizaciones activas asistidas, ejercicios activos asistidos, ejercicio activo sedestación y marcha. Depende de los objetivos y del criterio planteados por el Fisioterapeuta y de la visión integral y evolución del paciente.

**Los Aspectos clínicos a valorar diariamente:** Estabilidad Hemodinámica, signos vitales, frecuencia cardíaca, presión arterial, temperatura, saturación de oxígeno, frecuencia respiratoria, nivel de conciencia, laboratorios entre otras.

Modo de ventilación mecánica: relación de los diversos tipos de respiración y de las variables que constituyen la fase inspiratoria de cada respiración

parámetros importantes en el ventilador como:

- EL PEEP: presión positiva al final de la espiración. Se utiliza para reclutar o abrir los alveolos que de otra manera permanecen cerrados.
- FiO<sub>2</sub>: es la fracción respiratoria de oxígeno que damos al enfermo.
- Volumen: es el modo de ventilación controlada por volumen para obtener intercambio gaseoso adecuado.
- Nota: Se recomienda repasar los parámetros normales y valorar de forma integral la condición del paciente.

## GESTIÓN DE CITAS

El Paciente de la Unidad de Cuidado Intensivo, Semi intensivo o Sala de Hospitalización, será referido mediante interconsulta al servicio de Fisioterapia por el médico intensivista o cualquier especialista médico que tenga conocimiento directo de



la condición del paciente.

## GESTIÓN DE ESPACIO EN UCI

Se recomienda salas Individuales con ventilación adecuada preferiblemente con presión negativa que permita 12 cambios/horas a 160 L/ seg.

## NORMAS DE BIOSEGURIDAD

*Acerca de los pacientes:*

- Siempre que sea posible, los pacientes deben usar una mascarilla quirúrgica durante cualquier intervención de fisioterapia.

*Acerca de los fisioterapeutas*

- Queda excluido de la presente flexibilización todo fisioterapeuta y/o kinesiólogo que se encuentre en grupo de riesgo, según normativas vigentes.
- Todo el personal recibirá formación para ponerse y retirarse los EPP correctamente, incluida la “verificación de ajuste” N95/FFP2 en los casos que se requieran este tipo de mascarillas.
- Se debe disponer de un registro del personal que haya completado la educación sobre EPP y la verificación de ajuste.
- El personal con barba debe eliminar el vello facial para garantizar un buen ajuste de la máscara.
- Para todo el personal que no esté en contacto directo con pacientes de COVID 19, como mínimo se implementarán medidas de precaución por gotas. El personal usará los siguientes componentes:
  - Mascarilla quirúrgica
  - Bata de manga larga impermeable
  - Gafas/máscara de protección facial
  - Guantes
- Los EPP recomendados para el personal que atiende a pacientes infectados con COVID19 incluyen precauciones adicionales para pacientes con enfermedad respiratoria significativa en los que puedan estar presentes procedimientos de generación de aerosoles y/o un contacto prolongado o muy cercano con el paciente. En estos casos, se siguen las precauciones de transmisión por vía aérea, que incluyen:
  - Mascarilla N95/FFP2/FFP3
  - Bata de manga larga impermeable
  - Protección ocular ajustada de montura integral o facial completa
  - Guantes.
  - Gorros desechables





- o Zapatos impermeables que puedan ser lavados. No se recomienda el uso recurrente de calzas de zapatos desechables, ya que es probable que la extracción repetida aumente el riesgo de contaminación del personal.
- Los EPP deben permanecer adecuadamente almacenados y usarse correctamente durante la exposición a áreas potencialmente contaminadas.
- Los EPP, en particular las mascarillas, no deben ser ajustadas durante el tratamiento del paciente.
- Emplear una secuencia paso a paso para ponerse / retirarse los EPP según las recomendaciones de su institución.
- Consultar las guías vigentes para obtener información sobre el lavado de uniformes y/o el uso de uniformes fuera del trabajo si está expuesto a COVID19.
- Minimizar el uso de artículos personales, los cuales deben ser retirados antes de ingresar a las áreas clínicas y ponerse los EPP. Esto incluye pendientes, relojes, cordones, teléfonos móviles, buscapersonas, bolígrafos, etc. El uso de estetoscopio debe minimizarse. Si es necesario, deben usarse los estetoscopios dedicados a las áreas de aislamiento. El cabello debe ser recogido hacia atrás, fuera de la cara y los ojos.
- Se recomienda mantener las uñas cortas y en caso de las damas, evitar el uso de esmaltes.
- El personal que atiende a pacientes infecciosos debe emplear los EPP correctos independientemente del aislamiento físico. Por ejemplo, si los pacientes se agrupan en un área con puertas abiertas, el personal que trabaja dentro de los límites de la UCI, pero no directamente involucrado en la atención del paciente de esa área, también debe usar EPP. Del mismo modo, se emplearán los EPP siempre que los pacientes infecciosos sean atendidos en una sala abierta.
- Cuando una unidad atiende a un paciente con COVID19 confirmado o sospechoso, se recomienda que un miembro del personal debidamente capacitado supervise todas las tareas de colocación y retirada, de forma adicional.
- Evitar compartir equipo. Utilice preferentemente equipos de un solo uso.
- Emplear un delantal adicional si se espera una exposición a grandes volúmenes de líquidos
- Si se emplean EPP reutilizables, gafas, por ejemplo, éstas deben ser limpiadas y desinfectadas previamente a su reutilización.

## **ANTES DE INICIAR LA JORNADA LABORAL:**

- a) Abrir la puerta con su brazo o de espalda
- b) Entrar con mascarilla
- c) Lavarse las manos con agua y jabón (Clorhexidina al 4%)
- d) Cambiarse de ropa y colocarse el equipo de protección según sea el caso.

## **AL FINAL DE LA JORNADA**



- a) Cambiarse la ropa y colocarla en una bolsa independiente cerrada
- b) Lavar la ropa de trabajo como mínimo a 60 °C independientemente al resto de ropa del domicilio.

## RECOMENDACIONES PARA FISIOTERAPIA (MOVILIZACIONES, EJERCICIO TERAPÉUTICO Y PROGRAMAS DE REHABILITACIÓN)

- Las medidas de precaución de transmisión por gotas (utilización de EPI) han de ser consideradas para realizar las movilizaciones de los pacientes, ejercicio terapéutico y los programas de rehabilitación en gran parte de las circunstancias. Sin embargo, es probable que los fisioterapeutas estén en contacto próximo con los pacientes; p.ej., cuando los procedimientos descritos requieren asistencia. En estos casos, es necesario el empleo de máscaras de alta filtración (p.ej. FFP2/N95). La movilización y el ejercicio también pueden provocar la tos y expectoración de las secreciones.
- Consulte las normativas de aplicación en su lugar de trabajo para la movilización de pacientes fuera de la habitación de aislamiento. Si se realiza la movilización de pacientes fuera de la habitación de aislamiento, asegurar que el paciente lleve una mascarilla quirúrgica.
- Solamente en caso de que exista una limitación funcional significativa (p.ej. riesgo de, fragilidad, comorbilidades múltiples, edad avanzada) se debe considerar la intervención directa del fisioterapeuta.
- La movilización precoz está altamente recomendada. Realice la movilización precoz del paciente durante el curso de la enfermedad siempre que sea posible hacerlo de forma segura
- Los pacientes serán animados a mantener una actividad funcional en su habitación: Sentarse fuera de la cama, realizar ejercicios sencillos y actividades de la vida diaria. La prescripción de movilización y ejercicio terapéutico debe de ser considerada cuidadosamente en función del estado del paciente (p.ej.: estables clínicamente con función respiratoria y hemodinámica estables)
- Material para las movilizaciones y ejercicio terapéutico: el uso de este material en pacientes con COVID19 debe considerarse cuidadosamente y ser consensuado con el personal del servicio de monitorización de la infección y de prevención de riesgos, asegurando que éste puede ser desinfectado correctamente.
- Emplear material de uso individual para cada paciente. Por ejemplo, bandas elásticas, en lugar de mancuernas.
- Equipos de mayor envergadura (p.ej. ayudas para la movilidad, ergómetros, sillas, tablas de verticalización) deben ser fácilmente desinfectados.
- Evite el uso de equipos especializados a menos que sean necesarios para tareas funcionales básicas.
- Cuando las movilizaciones, ejercicio terapéutico o programas de rehabilitación están indicados, planear bien la identificación/uso del personal mínimo necesario



para realizar la actividad de manera segura o asegurarse de que tiene todo el material que necesita y de que éste funciona correctamente antes de entrar en la habitación.

- Asegurarse de que todo el material está perfectamente limpio y desinfectado. Si el material/equipo tiene que ser compartido con otros pacientes, límpielo y desinfectelo después de cada uso, entre paciente y paciente. Se requiere personal entrenado específicamente para la limpieza y desinfección de los equipos, en una habitación aislada, o siempre que sea posible, evite el traslado del material entre las áreas infectadas y no infectadas del hospital. Siempre que sea posible, mantenga el equipamiento en las zonas aisladas, pero evite almacenar material no necesario o ajeno al tratamiento dentro de la habitación del paciente.
- Cuando se realicen actividades con pacientes ventilados o traqueostomizados, asegúrese de mantener la seguridad de la vía aérea, p.ej., con una persona dedicada a prevenir la desconexión involuntaria de las conexiones con el ventilador/ vía aérea artificial.

# GUÍA DE ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA A DOMICILIO ANTE EL COVID 19

*el reto a reinventarnos como profesionales*



Compendio de Recomendaciones basados en  
Organizaciones Internacionales y en el  
Ministerio de Salud de Panamá



Organización  
Panamericana  
de la Salud





**ASOCIACIÓN PANAMEÑA DE FISIOTERAPIA Y/O KINESIOLOGÍA**

MIEMBRO DE LA WORLD CONFEDERATION FOR PHYSICAL THERAPY  
MIEMBRO DE CONAGREPROTSA

# GUIA DE ATENCION DE FISIOTERAPIA A DOMICILIO ANTE EL COVID - 19



## GESTIÓN DE CITAS

Todas las atenciones brindadas serán con previa cita. Tramitar vía telefónica (llamadas / WhatsApp) o por email. Se explicarán los términos de la atención, se le brindará por vía digital, correo, WhatsApp, (por escrito un tríptico, afiche o panfleto) la norma de atención implementadas frente al Covid- 19 y se brindará un tiempo para que realice las preguntas que considere.

Debe realizarse vía telefónica el cuestionario de Triage del paciente/ cliente o familiar o cuidador a cargo. En caso de síntomas se debe suspender la visita y solicitarle se ponga en contacto lo antes posible con la entidad de salud correspondiente. En el caso de los fisioterapeutas que realizan tratamientos respiratorios deben utilizar todos los equipos de protección personal establecidos para la atención de pacientes con Covid.

*Realizar las siguientes preguntas iniciales de prevención:*

- ¿Ha tenido contacto reciente con algún paciente con COVID-19?
  - ¿Ha tenido fiebre, tos, mialgias o algún síntoma compatible con COVID-19?
  - ¿Ha tenido o tiene fiebre en los últimos 14 días?
  - ¿Pertenece a población de riesgo?
- Haya tiempo para desinfectar las zonas de posible contacto con el paciente.  
Incluir las instrucciones a los pacientes de cómo deberá realizar los traslados.

Verificar a través de medios tecnológicos que el paciente/familiar están preparados de antemano con las indicaciones de bioseguridad previamente brindadas.

## GESTIÓN DE COBRO

En atención privada se debe procurar que el pago sea por alguna plataforma de pagos en línea (yappy, páguelo facil, banca en línea, punto de pago, ñequi). Evitar el uso de dinero en efectivo y monedas.

## NORMAS DE BIOSEGURIDAD

*Acerca de los pacientes:*

En consulta a domicilio, se debe evitar la atención de los pacientes de riesgo, según normativas vigentes.

Se atenderán:

- Pacientes crónicos, que requieran continuar indefectiblemente tratamientos.
- Pacientes en status post-operatorios que no puedan ser atendidos por



Telerrehabilitación.

- Pacientes que requieran ser evaluados para asignarlos a Telerrehabilitación.

Pacientes que generen secreciones o requieran aerosolización:

- Se debe evitar atender a domicilio, en los casos que sea necesario realizar atención de fisioterapia en estos pacientes, el fisioterapeuta debe seguir las mismas recomendaciones de equipos de protección personal para pacientes sospechosos o confirmados con Covid 19.

*Acerca de los fisioterapeutas:*

Queda excluido de la presente flexibilización todo fisioterapeuta o kinesiólogo que se encuentre en grupo de riesgo, según normativas vigentes.

*Acerca de los procedimientos:*

Uso de mascarilla de alta filtración, por ejemplo, FFP2/n95 durante los procedimientos que generan gotas, como las movilizaciones, los ejercicios terapéuticos y otras intervenciones de rehabilitación en el caso de pacientes con Covid 19 en las que el paciente puede toser y/o expectorar mocos o esputos.

## USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPP)

Utilizar el Equipo de Protección Personal acuerdo al caso:

Equipo de Protección Personal Estándar: es el utilizado normalmente y que consiste en el uso de bata manga larga o bata hidrorrepelente manga larga, preferiblemente desechable, o lavables (las cuales deben ser guardadas en una bolsa individual y desinfectadas después de uso). Debe utilizarse mascarilla quirúrgica y guantes (estos últimos que deben ser cambiados con cada paciente). Adicional se deben utilizar zapatos cerrados de uso único del área de trabajo/ cubrezapatos / botas de plástico (que puedan ser desinfectadas entre cada paciente).

### PRECAUCIONES ESTÁNDAR

con todos los pacientes



### EPP PARA FISIOTERAPEUTAS EN ÁREAS DE INFECCIONES RESPIRATORIAS O DE HOSPITALIZACIÓN



### Equipo de Protección Personal para Fisioterapeutas que atiendan Casos Covid-19 Positivos





Para todos los casos sospechosos y confirmados, como mínimo se implementarán medidas de precaución por gotas, en este caso los Fisioterapeutas que tengan contacto con el paciente deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla quirúrgica /Mascarilla N95 (si es caso confirmado)
- Bata de manga larga impermeable
- Gafas / máscara de protección facial
- Guantes

Para todos los casos en los que puedan estar presentes procedimientos de generación de aerosoles como fisioterapia pulmonar o en general, con abordaje fisioterapéutico en pacientes con traqueotomía, sialorrea o aquellos que tengan secreciones, deberán utilizar como mínimo:

- Mascarilla N95/FFP2/FFP3
- Bata de manga larga impermeable
- Protección ocular ajustada de montura integral o facial completa
- Guantes

## DEBERES DEL PACIENTE

El paciente deberá:

- Recibir al fisioterapeuta con mascarilla y mantenerla colocada durante el tiempo que dure la terapia.
- Concurrir con su bolígrafo.
- No presentar síntomas compatibles con COVID-19.
- No haber estado en contacto con un positivo.
- Si fue COVID-19 positivo, presentar alta con prueba negativa PCR.
- Preferiblemente estar solo en el área donde será atendido evitar estar acompañado, en caso de ser necesario se permitirá un familiar o cuidador por paciente, en los casos de pacientes pediátricos, personas con discapacidad que presenten movilidad reducida y personas con falta de autonomía
- Firmar el consentimiento informado.
- El paciente debe ser responsable e informar si presenta síntomas respiratorios o en su defecto la persona que lo acompaña.
- En caso de presentar el Familiar o el paciente temperatura alta o síntomas de resfriado se solicitará llamar al 169, quién le comunicará los pasos a seguir en caso de ser sospechoso de Covid-19 y posteriormente llamar para reagendar la cita de Fisioterapia.
- Lavarse las manos antes de la sesión

## PROCEDIMIENTO PARA SEGUIR EN LA ATENCIÓN DOMICILIARIA:

Antes de entrar al domicilio:





- Considerar cuantos familiares se encuentran en el hogar al momento de hacer el domicilio. Idealmente solo debe estar presente un solo familiar en el área de atención, de ser necesario.
- Gestionar la atención en los espacios mejor ventilados posibles, exceptuando pacientes encamados. Hay que sugerir que el espacio de atención este limpio y de ser posible desinfectado.
- Evitar el uso de accesorios como reloj, sortijas etc. Se solicita que el personal femenino evite utilizar prendas innecesarias como aretes largos o grandes, collares, pulseras, anillos y/o reloj.
- En el caso de las damas se debe asegurar mantener el cabello completamente recogido.
- En el caso de los varones se debe asegurar de no tener largo el vello facial para beneficio de la completa adherencia de la mascarilla a la cara.
- Se recomienda el uso de uniforme tipo scrub.
- Uso de bata. Al ser el fisioterapeuta un medio de transmisión del virus entre pacientes debe procurar utilizar batas hidro repelentes manga larga desechables o lavables, las que debe cambiar al terminar con cada paciente. Considerar opcionales protectores impermeables de lluvia como alternativa de barrera de bioseguridad, por su rentabilidad de reusó ante fácil desinfección y lavado.
- Uso de mascarilla recomendada según el tipo de paciente quirúrgica, N95, lentes/ pantalla de protección
- Se debe utilizar calzado cerrado, debe considerarse el retiro del calzado antes de entrar a la casa o uso de protectores desechables antes de entrar., o uso de botas plásticas que serán desinfectadas al terminar la sesión.
- fisioterapeutas deben evitar el uso de accesorios y prendas (cangurera, reloj, collares etc).

#### *Al entrar al domicilio:*

- El paciente y el familiar presente deben utilizar mascarilla, durante la atención. Y el lavado de mano antes y después del tratamiento.
- Se le debe tomar la temperatura al paciente antes de iniciar. El paciente no podrá ser atendido si supera los 37,5 °C.
- Lavado de manos a la llegada y a la salida del hogar, Desinfectarse las manos, higienizándolas con alcohol o solución hidroalcohólica, colocarse los Equipos de protección estándar o los EPP según corresponda.
- Evitar el uso del teléfono móvil, evite el contacto innecesario con el paciente, familiares o cuidadores y muebles.
- Disminuir el contacto terapéutico manual, usando alternativas autoasistidas o guías de ejercicio durante de tratamiento, respetando los 2mts de distancia.



- Se deben utilizar guantes al tener contacto con el paciente
- Asegurarse de reevaluar en cada asistencia, que el paciente no muestre síntomas de infección respiratoria (tos, resfriado) y fiebre (más de 37,5 °C) aunque no sea anciano y/o esté en riesgo.
- Desinfectar la camilla antes y después de utilizarla
- Procurar el uso de papel camilla o cobertor desechable para cada paciente.
- Desinfectar todos los equipos antes y después de utilizarlos con alcohol al 70% o Hipoclorito al 0.5% (20 ml de hipocloro en 1 litro de agua)
- Utilizar papel toalla para secar y evitar uso de toallas de tela
- Emplear en la medida de lo posible material y equipo de uso individual (pesas) y que su traslado entre domicilios y su uso entre pacientes no sea un medio transmisor. Materiales que están en contacto directo con el paciente y no puedan ser desinfectados deben ser de uso único por paciente (electrodos, therabands)

#### *Al salir del domicilio:*

- Desinfectar el equipo de rehabilitación utilizado antes de salir.
- Se retirará y desechar el EPP dentro del domicilio: guantes, cubre zapatos, gorro, bata. A excepción de la mascarilla, gafas, protector de pantalla que se quitará en el exterior. Todo el material desechable debe colocarse en una bolsa sellada para su descarte,
- En el caso de bata impermeable reutilizable, colocar en una bolsa individual cerrada para su traslado y posterior desinfección.
- Lavado de manos
- Desinfectarse nuevamente las manos, higienizándolas con alcohol o solución hidroalcohólica antes de llegar al auto o tocar el celular para iniciar nuevamente el proceso.



## ANEXOS

En este apartado encontrará recomendaciones básicas para el abordaje de pacientes en diferentes escenarios, así como las normas de bioseguridad, colocación de equipo de protección personal, la importancia de brindar opciones de tele fisio rehabilitación a los usuarios o clientes, los cuidados propios de las personas con discapacidad frente al Covid 19, una encuesta para evidenciar las necesidades actuales del Fisioterapeuta en la República de Panamá y las preguntas de Triage que podrán hacer en los diversos servicios o departamentos de fisioterapia e incluso a nivel domiciliario para la atención de pacientes.

### FISIOTERAPEUTAS

- ✓ Mascarilla N95/ FFP2 o Mascarilla Quirúrgica
- ✓ Protector Facial o Lentes
- ✓ Guantes al tener contacto con el paciente
- ✓ Utilización de bata o traje (opcional)

### PACIENTE

- ✓ Mascarilla propia
- ✓ Visores (opcionales)

### CONSULTORIO

- ✓ Colocar bandeja de pies en la entrada del consultorio. La cual debe contener hipoclorito al 0,5% y debe ser cambiada diariamente.
- ✓ Colocar lavamanos en la entrada del consultorio. De no ser posible acompañar al paciente al baño supervisando el correcto lavado de manos.
- ✓ Transformar sala de espera en sala de Triage.
- ✓ Eliminar muebles innecesarios y/u objetos decorativos que no sean indispensables.
- ✓ Implementar Señalizaciones en: Baños, área de Triage, separación de camillas y delimitación de espacios seguros.
- ✓ Tener separación de camillas de 2mts entre ellas o separaciones de materiales de plástico o metálico. Ejemplo: paneles.
- ✓ Las Camillas deben ser de cuerina o tener un cobertor desechable para cada paciente.
- ✓ Limpiar camillas con toallas de papel e hipoclorito al 0.5% o alcohol al 70%.
- ✓ Colocar dispensador de gel anti bacterial en cada espacio (consultorio, gimnasio, sala de Triage)
- ✓ Utilizar cestos de basura con tapa y pedal.
- ✓ Ampliar de área de ventilación en cada área.
- ✓ Eliminar áreas en común. (Recepción, cafetería, etc.)

### BAÑOS



✓ Contener jabón líquido con registro sanitario, papel toallas y evitar rotundamente el uso de toallas de tela.

## GIMNASIO

✓ Utilizar la indumentaria estrictamente necesaria para cada terapia. Al finalizar la utilización dicha indumentaria debe limpiarse con hipoclorito al 0.5%.

## ATENCIÓN EN INSTITUCIONES PÚBLICAS O PRIVADAS

- ✓ Hospitales,
- ✓ Residencias de ancianos,
- ✓ Clínicas ambulatorias,
- ✓ Incluidas las entidades que solo realizan actividades a domicilio,

El fisioterapeuta debe seguir las instrucciones de los protocolos internos correspondientes para cumplir con el correcto desempeño de sus funciones.

No obstante, las indicaciones que figuran a continuación pueden ser una línea de referencia útil, en caso de que las indicaciones sean reducidas o estén ausentes.

## ATENCIÓN EN

- ✓ Consultorios profesionales,
- ✓ Individuales o asociados,

Es el propietario del consultorio quien debe elaborar y aplicar, bajo su propia responsabilidad, los procedimientos adecuados para garantizar la protección de su propia salud y la de las personas que acceden a la consulta.

La prestación de tratamiento está sujeta a la adopción de medidas preventivas y de organización, de conformidad con los reglamentos vigentes y las pautas dadas por la OMS y el Ministerio de Salud.

## CITAS

- ✓ Las citas también deben planificarse de manera que se evite la necesidad de que numerosas personas permanezcan en las salas de espera.
- ✓ Se aconseja, particularmente seguir las medidas de prevención apropiadas para la no propagación de las infecciones, no tratando a pacientes con síntomas respiratorios y fiebre, gestionando el espacio entre pacientes y adoptando medidas higiénicas como limpieza de manos, objetos y superficies.
- ✓ Las normas generales contenidas en este documento se consideran válidas en todos los ámbitos asistenciales de la Fisioterapia de la República de Panamá siempre que no estén en desacuerdo contra normativas superiores o más actualizadas.

## RECOMENDACIONES GENERALES

A las personas en cuarentena o que resulten positivas para el virus:

- ✓ Deben quedarse en su casa y seguir indicaciones autoridades sanitarias.



Para las personas con síntomas respiratorios confirmados y estado febril (T mayor de 37,5°C):

- ✓ Se recomienda quedarse en casa y limitar los contactos sociales, contactando con los servicios sanitarios para la gestión de los casos.

## INDICACIONES GENERALES PARA LOS/LAS FISIOTERAPEUTAS

- Es necesario evaluar, caso por caso, si se debe suspender o reprogramar el acceso terapéutico.
- El aspecto más difícil en esta situación es encontrar el equilibrio adecuado entre la prestación de servicios útiles para el paciente (que serían aquellos servicios indispensables para mantener la salud del paciente) y la reducción del riesgo de propagación del virus.
- En cualquier caso, debería considerarse por parte del Fisioterapeuta si es necesaria la atención presencial o si puede orientarse vía tele rehabilitación.
  - En los tratamientos de pacientes, en particular los ancianos, que sufren patologías crónicas o con comorbilidad.
  - En pacientes con estados de inmunodepresión congénita o adquirida
  - En todos los casos en los que el propio profesional sanitario tenga síntomas respiratorios (resfriado, tos) incluso en ausencia de fiebre.
  - En los casos en que se decida que la intervención no puede ser aplazada o suspendida, se sugiere activar un contacto previo (incluido el telefónico) preventivo con todos los pacientes que vayan a ser tratados con los siguientes objetivos:
  - Asegurarse de que el paciente no muestre síntomas de infección respiratoria (tos, resfriado) y fiebre (más de 37,5 °C) aunque no sea anciano y/o esté en riesgo. En este caso, se invita al paciente a quedarse en casa y a ponerse en contacto con su médico de cabecera para evaluar las medidas adecuadas
- Informarles de la conveniencia de suspender o aplazar las sesiones para las personas de edad que padezcan patologías crónicas o con comorbilidad, así como de las personas con inmunodepresión congénita o adquirida, evaluando con ellas, caso por caso, el equilibrio adecuado entre los beneficios de la sesión de fisioterapia y el riesgo de propagación del virus.
- Cuando el tratamiento no pueda posponerse, comunicar que se adoptarán todos los protocolos para limitar el acercamiento entre los pacientes y reforzar las medidas de higiene ya adoptadas.

En el caso del tratamiento en estructuras, se aconseja que no haya más de un acompañante por paciente en la sala de espera. La fisioterapia no es solo atención y



rehabilitación con necesidad de contacto, sino también evaluación, asesoramiento y educación que, en algunos casos, puede llevarse a cabo a distancia: por lo tanto, sugerimos que se promueva, cuando sea posible, la estructuración de métodos de trabajo que permitan la utilización de enfoques de evaluación y tratamiento telemáticos como el screening telefónico, el envío de módulos de ejercicios e indicaciones, sesiones monitorizadas con vídeo llamada, también para mantener una atención constante en el camino de recuperación del paciente, incluso en la imposibilidad de garantizar el contacto directo. En casos de condición física en el paciente durante la evaluación/tratamiento:

✓ **Del paciente con síntomas respiratorios (no COVID19):**

Se recomienda que el paciente use la mascarilla quirúrgica; el profesional debe mantener una distancia de al menos 2 metros y usar una mascarilla quirúrgica;

✓ **De los pacientes sospechosos o afectados por el Covid-19:**

Se recomienda el uso de la mascarilla FFP2 o FFP3, bata de protección, guantes y protección ocular (gafas o protector facial).

✓ **De los pacientes sospechosos o afectados por el Covid-19 mientras se realizan procedimientos que puedan generar aerosoles:**

Se recomienda el uso de la máscara FFP3, bata protectora, guantes, protección ocular (gafas o protector facial).

✓ **Del resto de pacientes:**

Se recomienda mantener las medidas de protección estándar

## GESTIÓN DEL ESPACIO

- Mostrar en las salas de espera material informativo del COVID-19 que puede encontrar a su disposición.
- Colocar dispensadores de gel alcoholado 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.
- Organizar las citas de manera que se limite, en la medida de lo posible, la presencia simultánea de varias personas en la consulta, teniendo en cuenta el tamaño de los locales, a fin de permitir el fortalecimiento de las medidas de saneamiento ambiental, así como la ventilación de las salas con mayor paso de personas.
- Organizar la sala de espera con una colocación de las sillas a una distancia de 1-2 metros mínima.
- Para fortalecer la limpieza y el saneamiento del medio ambiente. En la bibliografía 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.
- Por lo tanto, es necesario llevar 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. Se debe tener especial cuidado en la



formación e información de cualquier otro personal encargado del saneamiento.

## **DURANTE LAS SESIONES DE FISIOTERAPIA**

- Explicar al paciente las precauciones estándar y de higiene respiratoria:
- La manera y el momento correctos de la higiene de las manos
- Cómo higienizar las manos: gel alcoholado, de preferencia agua y jabón.
- Instrucciones sobre el protocolo para la tos
- Proporcionar al paciente una mascarilla quirúrgica, cuando esté disponible y sea necesario, y dar instrucciones sobre cómo usarla. Pero se aclarará al paciente y familiar (si es el caso), que deben contar con su propia mascarilla quirúrgica para recibir la atención de Fisioterapia.
- Adoptar, en la medida de la posible, una distancia prudencial de contagio con otras personas.
- Mejorar la higiene de las manos siguiendo las instrucciones de la OMS, antes y después de cada paciente y siempre que las manos pasen del paciente a otra superficie (por ejemplo, PC, teléfono celular, entre otros), frotándolas con gel alcoholado durante 20-30 seg. o lavándolas con agua y jabón si están visiblemente contaminadas.

## **RECOMENDACIONES EN ACTIVIDAD PROFESIONAL COMO EN LA VIDA COTIDIANA**

- Evitar el contacto de las manos sucias con las membranas mucosas. No te toques los ojos, la nariz y la boca sin antes lavarte las manos. Las membranas mucosas son la puerta de entrada al virus.
- Estornudar y toser en pañuelos desechables y tirarlos, lavándose las manos después. En caso de tos, tosa en el pliegue del codo o en un pañuelo como se ha indicado anteriormente.
- Evitar los lugares concurridos que no permiten la distancia de seguridad de por lo menos un metro, que es la distancia de propagación de las gotas del vehículo del virus.
- Reducir el contacto, evitar los apretones de manos, los abrazos, el uso compartido de vasos.
- Aproveche al máximo su tiempo libre para estudiar y profundizar, también para participar en cursos gratuitos a distancia en COVID 19.
- Adoptar estrategias para contener y reducir el estrés que inevitablemente podría acompañar a esta emergencia.
- Reforzar, como sugiere la OMS, las acciones para tranquilizar, la proximidad, las explicaciones, la escucha a los niños que, afectados por el estrés, pueden ser más agitados, inquietos e insistentes en sus demandas. En caso de separación, por ejemplo, por hospitalización, establezca un contacto regular con sus hijos, incluso por teléfono, y tranquilícelos dándoles explicaciones claras en un lenguaje apropiado a su edad.

## **PRECAUCIONES CON LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD**



Las personas con discapacidad pueden correr un riesgo mayor de contraer COVID 19 debido a factores como los siguientes:

- Obstáculos para emplear algunas medidas básicas de higiene, como el lavado de las manos (por ejemplo, si los lavabos o lavamanos son físicamente inaccesibles o una persona tiene dificultades físicas para frotarse bien las manos);
- Dificultades para mantener el distanciamiento social debido al apoyo adicional que necesitan o porque están institucionalizadas;
- La necesidad de tocar cosas para obtener información del entorno o para apoyarse físicamente;
- Obstáculos para acceder a la información de salud pública.

## **MEDIDAS QUE DEBEN TOMAR LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y LOS INTEGRANTES DE SU HOGAR**

- Todas las personas con discapacidad y los integrantes de su hogar deben seguir la orientación de la OMS y el Ministerio de Salud sobre las medidas de protección básicas durante el brote de la COVID 19.
- Si tiene dificultades para tomar estas medidas (por ejemplo, si no tiene acceso a un lavabo o a una fuente de agua para lavarse las manos regularmente), pida ayuda a sus familiares, amigos y cuidadores a fin de buscar adaptaciones.

### **Además:**

- Evite en lo posible los ambientes con muchas personas y reduzca al mínimo el contacto físico con otros. Considere la posibilidad de hacer las visitas necesarias fuera del horario de mayor concurrencia. Aproveche los horarios especiales que se ofrezcan a las personas con discapacidad.
- Haga compras por internet o pida ayuda a sus familiares, amigos o cuidadores para no tener que estar en lugares con muchas personas.
- Considere la posibilidad de acopiar artículos de primera necesidad, como alimentos, productos de limpieza, medicamentos o suministros médicos, para que no tenga que ir a lugares públicos con mucha frecuencia.
- Trabaje en casa si es posible, especialmente si, por lo general, trabaja en un entorno de intensa actividad o con muchas personas.
- Si usa dispositivos de ayuda, como silla de ruedas, bastón, andador, tabla de transferencia, bastón blanco o cualquier otro producto que se toque a menudo y se use en espacios públicos, asegúrese de que se los desinfecte con frecuencia.

## **PREPARE A LOS INTEGRANTES DEL HOGAR POR SI USTED CONTRAE COVID-19**

- Cerciórese de que los integrantes de su hogar, así como sus amigos y familiares de confianza, cuenten con toda la información importante que necesiten si usted se enferma; por ejemplo, información sobre su seguro de salud, los medicamentos que toma y la atención que necesitan sus familiares a cargo (hijos, padres ancianos o mascotas).
- Cerciórese de que todos los integrantes del hogar sepan qué tienen que hacer si usted contrae COVID 19 o necesita asistencia.





- Apréndase el número de teléfono de servicios de tele fisio rehabilitación y líneas telefónicas de asistencia urgente pertinentes por si tiene alguna pregunta o necesita atención médica que no sea de urgencia.

## **ASEGÚRESE DE QUE LA ATENCIÓN PARA LA COVID-19 SEA ACCESIBLE, ASEQUIBLE E INCLUYENTE.**

Siga la orientación de la OMS para el personal de salud durante el brote de la COVID 19.

- Cerciórese de que todos los consultorios que ofrezcan pruebas y servicios relacionados con la COVID-19 sean completamente accesibles. Resuelva los obstáculos físicos (como pisos desparejos, escaleras, lugares de difícil acceso o equipo difícil de usar), de la actitud (como el estigma social de la discapacidad y la denegación de servicios esenciales) y económicos (como costos elevados del tratamiento o del acceso al establecimiento). Asegúrese de que se difunda información acerca de la accesibilidad de servicios para el COVID 19 a las personas con discapacidad y sus cuidadores.
- Proporcione información en formas comprensibles y diversas, adaptadas a diferentes necesidades. No recurra exclusivamente a la información verbal o escrita; use formas de comunicación que sean comprensibles para personas con deficiencias intelectuales, cognoscitivas y psicosociales.
- Ofrezca consultas a domicilio para las personas con discapacidad sobre sus necesidades de salud en general y, en los casos en que corresponda, sobre la COVID 19.
- Elabore y difunda información al personal de salud a fin de que conozca las posibles consecuencias sociales y para la salud que la COVID 19 puede acarrear para las personas con discapacidad.
- Ofrezca suficiente apoyo a las personas con discapacidad que tengan necesidades más complejas, en particular si están en cuarentena o en aislamiento. En los casos en que sea necesario, coordine la atención entre los servicios sociales y de salud, las familias y los cuidadores.

## **REDUZCA LA POSIBLE EXPOSICIÓN A LA COVID-19 AL PRESTAR SERVICIOS A PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

- Proporcione capacitación y actualice con rapidez los conocimientos del personal que atiende a personas con discapacidad con respecto al control de infecciones.
- Asegure que los cuidadores de personas con discapacidad y los prestadores de servicios cuenten con equipo de protección personal, como mascarillas, guantes y desinfectante de manos, y considere la posibilidad de aumentar los pedidos de estos productos.
- Preste servicios apropiados para personas con discapacidad mediante consultas a domicilio o por medio de plataformas similares a las que se usan para la tele fisio rehabilitación.

## **EN ENTORNOS RESIDENCIALES, CONSIDERE LA POSIBILIDAD DE HACER LO SIGUIENTE:**

- Modificar el horario de visitas para reducir el riesgo de infección; por ejemplo,



escalonarlo para que el personal pueda vigilar y limpiar más eficazmente, teniendo en cuenta al mismo tiempo los efectos en la salud mental de los residentes;

- Tomar medidas adicionales de aislamiento y control de infecciones para residentes enfermos que no estén hospitalizados, como recomendarles que usen mascarilla y permanezcan en una habitación de acceso restringido, y limitar las visitas.

## TRATAMIENTOS A DOMICILIO

En el caso del tratamiento a domicilio o en empresas, en espera de otras disposiciones específicas se aconseja:

- Reevaluar los cuidados prestados (screening telefónico y contactos con el cuidador) garantizando el acceso al hogar solamente en caso de los pacientes en los que la intervención no puede ser realizada por un cuidador capacitado y para los que los servicios a realizar no se pueden posponer ni derogar. Se adoptarán procedimientos similares para los nuevos pacientes.
- Determinar mediante el Triage la presencia o ausencia de síntomas específicos (trastornos respiratorios, tos, fiebre superior a 37,5° y síntomas similares a los de la gripe) entre los miembros de la familia (además del cuidador). En caso de presencia de tales síntomas, se recomienda comunicar a las autoridades sanitarias las cuales darán indicaciones al respecto.
- En caso de acceso a la vivienda, utilizar dispositivos y procedimientos de protección relativos a la higiene de las manos y del entorno, guantes desechables y la mascarilla de protección adecuada.
- A menos que la dirección sanitaria de su institución/estructura lo disponga expresamente, evitar el acceso a los hogares de los pacientes aislados por positivo de COVID 19 o que vivan con personas aisladas en su casa.

## PROTOCOLO DE LIMPIEZA

- ✓ Aseo de consultorio.
- ✓ Desinfectar superficies de contacto con hipoclorito al 0.5% cada dispositivo antes y después de su uso.
- ✓ Limpieza de camilla antes y después de uso con hipoclorito al 0.5%.
- ✓ Limpieza de piso al terminar la jornada laboral con hipoclorito al 0.5% y desinfectante.

## DESECHO DE MATERIALES

- ✓ Una vez terminada la jornada laboral diaria, se deben vaciar los dispensadores de basura utilizando guantes y mascarilla, colocando los desechos dentro de tres fundas (3 capas de protección).



- ✓ La funda de desecho debe estar sellada y colocarla dentro de un basurero el cual deberá estar en zona designada apartada del consultorio.
- ✓ Coordinar con la persona de manejo de desechos para correcta recolección de esta.

## HIGIENE DE MANOS

Los 5 momentos de higiene de las manos:

1. Antes de tocar a un paciente
2. Antes de iniciar un procedimiento estéril
3. Después del riesgo de contacto con fluidos corporales
4. Después de tocar al paciente
5. Después de tocar las superficies alrededor del paciente

## MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD EN RELACIÓN AL EPP

- 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. Se recomienda retirarse 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 EPP que, si se utilizan de manera innecesaria, quitan protección a quienes las necesitan, especialmente en casos de verdadera urgencia.
- Es importante recalcar que después del retiro de cada EPP se debe hacer el lavado de manos con agua y jabón o gel alcoholado.



Importancia del lavado de manos y equipo de protección personal.

## TELE REHABILITACIÓN

En el siglo XXI son muchos los avances y desarrollos que la humanidad ha alcanzado. El concepto de Rehabilitación existe desde el inicio de la especie humana pues está en su esencia el intentar recuperar aquellas funciones perdidas y desarrollar estrategias para evitar lesiones y dolencias.

La **Telerehabilitación** es el uso y práctica de servicios para la rehabilitación a través de las TIC (Tecnologías de la información y comunicación) e Internet.

La mayoría de los servicios se dividen en dos categorías: la evaluación clínica y la terapia clínica. Algunos campos de la práctica de rehabilitación que han explorado la Telerehabilitación son: la Fisioterapia, Terapia ocupacional, Logopedia, Neuropsicología, Audiología y telemedicina. La Telerehabilitación permite aplicar la terapia a personas que no pueden viajar a una clínica porque el paciente tiene una discapacidad o por grandes distancias y tiempo de viaje. Facilita el acceso a profesionales y pacientes de distintas localizaciones ahorrando costes de desplazamientos, tiempos de espera y en consecuencia una mayor productividad.

La Tele rehabilitación será solo una estrategia de atención en casos que se requieran.



## GLOSARIO

- **Covid 19:** es el nombre de la enfermedad infectocontagiosa por coronavirus 2019 y que es causada por el SARS- CoV- 2.
- **SARS- CoV- 2:** Es el nombre científico del coronavirus específico que causa el covid-19; significa síndrome respiratorio agudo Severo por coronavirus tipo 2.
- **EPP:** equipo de protección personal es todo equipo, aparato o dispositivo especialmente fabricado para preservar, proteger el cuerpo humano, disminuyendo algunos de los componentes factoriales de riesgo.
- **Número reproductivo básico R0:** es aquella por la cual se estima la velocidad con que una enfermedad puede propagarse en una población.
- **Paciente cero:** describe al primer humano infectado por un virus o enfermedad infecciosa.
- **UCI:** unidad de cuidados intensivos.
- **Pandemia:** refiere cuando los casos de una misma enfermedad se han extendido a países en todos los continentes.
- **Epidemia:** aparición de casos de una enfermedad en una comunidad en números claramente excesivos con respecto a lo que se esperaría en condiciones normales en la localidad región o país.
- **Mascarilla n95:** es un tipo de mascarilla filtradora de particular, la designación N significa que no filtra aceite y 95 que filtra hasta el 95% de las partículas aéreas.
- **Bioseguridad:** conjunto de medidas preventivas utilizadas para eliminar o minimizar el riesgo de contagio.
- **Conglomerado:** son el grupo de personas identificadas que tienen relación cercana vínculo (familiar laboral o social) con un caso confirmado de la enfermedad y que pudieron ser contagiados.
- **Inmunidad:** es la capacidad de resistir una infección por la acción del sistema inmune del cuerpo.



- **Pródromo:** es el período de tiempo durante el cual una persona infectada puede no haber desarrollado síntomas muy específicos o graves, es posible que no se den cuenta de que están enfermos pero aún pueden estar transmitiendo el virus.
- **Letalidad:** muestra qué proporción de los casos son fatales, resulta de dividir el número de personas que han fallecido, entre el número de personas enfermas.
- **Mortalidad:** es el número de muertes ocasionadas en una población.
- **Prueba molecular o de PCR:** Es la prueba más precisa que existe para saber si una persona está infectada por SARS-CoV-2; es aquella que detecta regiones genéticas específicas del virus.
- **Prueba rápida o serológica:** estas pruebas en lugar de buscar al virus de manera directa buscan anticuerpos que nuestro sistema inmune genera cuando entra en contacto con el virus; las pruebas rápidas sólo indican si alguien ha sido expuesto, haya o no desarrollado síntomas de la enfermedad.
- **Coronavirus:** es un tipo de virus común que causa enfermedad respiratoria, hay mucha variedad de coronavirus.
- **Período de incubación:** Hace referencia al tiempo transcurrido entre la exposición a un virus y la aparición de los primeros síntomas.
- **Grupo de alto riesgo:** son aquellas personas con un riesgo elevado de enfermedad grave que puede llegar a provocar la muerte si llegan a resultar infectados.
- **Gel hidroalcohólico desinfectante:** se trata de una solución líquida o en gel con un alto porcentaje de alcohol entre (70% y 95%) y que permite desinfectar de manera rápida la piel.
- **Infodemia:** término que se emplea para referirse a la sobreabundancia de información ya sea rigurosa o falsa sobre un tema concreto, en este caso el coronavirus.
- **Vacuna:** sustancia compuesta por microorganismos atenuados o muertos que se introducen para estimular la formación de anticuerpos y conseguir inmunidad frente a ciertas enfermedades.



## APAFIK CUMPLIMIENTO DE LA GUÍA COVID 19

Favor complete esta encuesta para conocer las medidas que se cumplen en la atención de Fisioterapia

### 1. SEXO

- Femenino
- Masculino

### 2. GRUPO ETAREO

- 20-35 años
- 36-50 años
- 51 y más

### 3. ÁREA DE INTERVENCIÓN

- Programa de Salud
- Centro de Salud o APS
- Policlínica
- Hospital
- UCI
- Sector Privado
- Teletrabajo
- Telefisiorehabilitación
- Otro (especificar)

### 4. CUMPLE CON LAS MEDIDAS DE LA GUÍA DE ATENCIÓN

- Si
- No

### 5. SE LE ENTREGA EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

- Si
- No
- Otro (especificar)

### 6. SU ÁREA CUMPLE CON ESPECIFICACIONES ESTRUCTURALES PARA EL LAVADO DE MANOS

- Si
- No
- Otro (especificar)



## CUESTIONARIO PARA TRIAGE A PACIENTES Y FAMILIARES QUE ASISTAN A RECIBIR ATENCIÓN DE FISIOTERAPIA

1. ¿Sabe usted lo que es la enfermedad del coronavirus conocida como Covid-19?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
2. ¿Dio positivo en prueba realizada en algún centro de acopio o de salud para determinar si tenía covid-19?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
3. ¿Ha estado en contacto con pacientes Covid-19 positivo?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
4. ¿Presenta usted hoy, síntomas propios de resfriado?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
5. ¿Su familiar o paciente está resfriado o presenta síntomas de resfriado?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_



## PASOS PARA COLOCARSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

### Pasos para ponerse el equipo de protección personal (EPP), incluido el overol

**1** Quítese 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 el **overol**<sup>2</sup>.



**9** Póngase la **maskarilla facial**.



**10** Póngase una **careta protectora** 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) 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)<sup>2</sup> **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).

<sup>2</sup> No use tela adhesiva para sujetar los guantes. Si los guantes internos o las mangas del overol no suficientemente largos, haga un agujero para el pulgar (o el dedo medio) en la manga del overol a fin de que el antebrazo no quede expuesto al hacer movimientos amplios. Algunos modelos de overol tienen bucles cosidos a las mangas para pasar el dedo.

## PASOS PARA RETIRSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL

### Pasos para quitarse el equipo de protección personal (EPP), incluido el overol

**1** Quitese el equipo de protección personal 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.

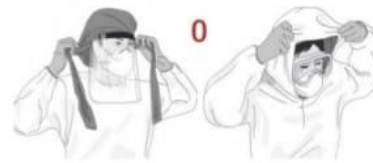
**2** Higienícese las manos con los guantes puestos<sup>1</sup>.

**3** Quitese el **delantal** inclinándose hacia adelante, con cuidado para no contaminarse las manos.

Al sacarse el delantal desechable, arránqueselo del cuello y enróllelo hacia abajo sin tocar la parte delantera. Después desate el cinturón de la espalda y enrólle el delantal hacia adelante.

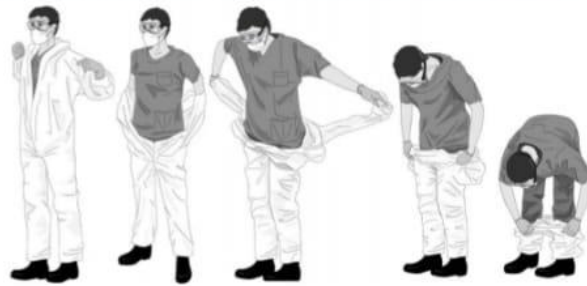


**5** Quitese el **equipo que cubra la cabeza y el cuello**, con cuidado para no contaminarse la cara, comenzando por la parte trasera inferior de la capucha y enrollándola de atrás hacia adelante y de adentro hacia afuera, y deséchela de manera segura.



**7** Sáquese el **overol y los guantes externos**: idealmente frente a un espejo, incline la cabeza hacia atrás para alcanzar la cremallera, abra la cremallera por completo sin tocar la piel ni el traje séptico, y comience a sacarse el overol desde arriba hacia abajo. Después de sacarse el overol de los hombros, quítese los guantes externos<sup>2</sup> al mismo tiempo que saca los brazos de las mangas. Con los guantes internos puestos, enrolle el overol, desde la cintura hacia abajo y desde adentro hacia afuera, hasta la parte superior de las botas. Use una bota para sacar el overol de la otra bota y viceversa; después apártese del overol y deséchelo de una manera segura.

**8** Higienícese las manos con los guantes puestos.



**9** Sáquese el **equipo de protección ocular** tirando de la cuerda detrás de la cabeza y deséchelo de una manera segura.



**10** Higienícese las manos con los guantes puestos.

**11** Para quitarse la **maskarilla**, 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 maskarilla de una manera segura.



**12** Higienícese las manos con los guantes puestos.

**13** 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, déjeselas puestas pero límpielas y descontáminelas apropiadamente antes de salir del área para quitarse el equipo de protección personal.<sup>3</sup>

**14** Higienícese las manos con los guantes puestos.

**15** Quitese los **guantes** cuidadosamente con la técnica apropiada y deséchelos de una manera segura.



**16** 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 (cámbieselos después de ver al último paciente).

<sup>2</sup> Esta técnica funciona con guantes del tamaño correcto. Si los guantes externos quedan demasiado ajustados o si los guantes internos quedan demasiado flojos y las manos están mojadas de sudor, hay que quitarse los guantes externos por separado, después de sacarse el delantal.

<sup>3</sup> Para descontaminar las botas correctamente, pise dentro de una palangana para la desinfección del calzado con solución de cloro al 0.5% (y quite la suciedad con un cepillo para inodoros si están muy sucias de barro o materia orgánica) y después limpie 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 enjuáguelas y séquelas.

# ¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

**G** Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



Mójese las manos con agua;



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente 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 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;



Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Organización Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

SAVE LIVES  
Clean Your Hands

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2019

# Limpieza y Desinfección de Productos de Apoyo

Plan Protégete Panamá

REPÚBLICA DE PANAMÁ  
GOBIERNO NACIONAL

SECRETARÍA NACIONAL DE DISCAPACIDAD

## GUÍA PRÁCTICA PARA ASEO DE LAS AYUDAS TÉCNICAS

De manera General para toda Ayuda Técnica tener en cuenta:

- Limpiar la parte que hace contacto con la PcD • Cuidado de no levantar la pintura •
- Desinfectar con regularidad •

### Bastón (1, 3 y 4 puntas)

- PAZO 1** Tener listo en su residencia los implementos para limpiar (agua, jabón, cepillo, esponja y de tener manguera)
- PAZO 2** Limpiar la estructura del bastón con agua y jabón por o menos por 20 segundos con especial atención en manubrios y cauchos.
- PAZO 3** Enjuagar con agua el bastón secarlo e ingresar a su residencia

#QuédateEnCasa @senadispma

Plan Protégete Panamá

REPÚBLICA DE PANAMÁ  
GOBIERNO NACIONAL

SECRETARÍA NACIONAL DE DISCAPACIDAD

## GUÍA PRÁCTICA PARA ASEO DE LAS AYUDAS TÉCNICAS

De manera General para toda Ayuda Técnica tener en cuenta:

- Limpiar la parte que hace contacto con la PcD • Cuidado de no levantar la pintura •
- Desinfectar con regularidad •

### Silla de Ruedas (manuales, eléctricas, coches)

- PAZO 1** Tener listo en su residencia los implementos para limpiar (agua, jabón, cepillo, esponja y de tener manguera)
- PAZO 2** Limpiar la estructura de la silla con agua y jabón por o menos por 20 segundos con especial atención en manubrios, llantas.
- PAZO 3** Enjuagar con agua el bastón secarlo e ingresar a su residencia
- PAZO 4** Si se trasladó a otra superficie limpiar el cojin y de ser necesario remover el cobertor y limpiarlo al revés preferiblemente (no usar suavizante).

#QuédateEnCasa @senadispma



## SEÑALIZACIONES



**CONTROL  
OBLIGATORIO  
DE TEMPERATURA**





# ESTABLECIMIENTO SEGURO **COVID-19**



**Este establecimiento cumple los requisitos  
necesarios para garantizar la seguridad  
de sus clientes y empleados**







**OBLIGATORIO  
DESINFECTARSE  
LOS ZAPATOS**



**OBLIGATORIO  
EL USO DE  
CUBRECALZADO**



**ASIENTO  
ANULADO  
TEMPORALMENTE**





## BIBLIOGRAFÍA

- ❖ Plan de acción ante un brote o epidemia de Covid-19 en el Territorio Nacional, Ministerio de Salud de Panamá.
- ❖ Lineamientos del Hospital del Niño Dr. José Renán Esquivel, Sección de Planificación, Comité de Bioseguridad y Dirección Medical del Hospital del Niño Dr. José Renán Esquivel.
- ❖ Lineamientos del Hospital del Niño, Hospital Santo Tomás y Complejo Hospitalario Dr. Arnulfo Arias Madrid y Guías establecidas en estas instituciones frente a la Pandemia Covid-19
- ❖ Uso del Equipo de Protección Personal para la atención de casos sospechosos o confirmados por Covid-19. Ministerio de Salud, Panamá.
- ❖ Recomendaciones de Fisioterapia en el Manejo del paciente Covid- 19 en fase aguda, World Confederation for Physical Therapist.
- ❖ Consideraciones relativas a la discapacidad durante el brote de Covid-19, Organización Mundial de la Salud.
- ❖ Guía Práctica de Respuestas inclusivas y con enfoque de derechos ante el Covid-19 en las Américas, OEA.
- ❖ Sugerencias de la Clínica en Ortesis y Prótesis de ISPO Latinoamérica.
- ❖ Guía Fisioterapéutica Ecuatoriana frente a Covid-19.
- ❖ Telerehabilitación <https://www.telerehabilitacion.net/buscar-articulos-2/>
- ❖ OMS, **Infografía "Lavado de Manos"**.  
<https://www.paho.org/es/documentos/infografia-limpia-tus-manos>
- ❖ OMS, **Infografía "Como quitarse el EPP"**.  
<https://www.paho.org/sites/default/files/2020-04/covid-19-epp-es-360px-1-2.png>
- ❖ Esteban A. Martín, C. Barcelona 1996, Manual de cuidados intensivos Springer Verlos, Ibérica 3ª Edición.
- ❖ Fisioterapia en el manejo de pacientes con Covid 19 en fase aguda hospitalaria, recomendaciones para guía clínica, marzo 2020, World Confederation for Physical Therapy.
- ❖ Webinar Pandemia por Covid 19: Retos bioéticos a los que enfrentan los profesionales de Salud. Mg. Viviana Robayo. Universidad de la Sabana, abril 2020.



**Agradecemos a todos y cada uno de los Fisioterapeutas que aportaron, asesoraron y brindaron su interés en lograr la elaboración de este compendio de normas y lineamientos para el abordaje fisioterapéutico frente al Covid-19.**

***Junta Directiva 2012 – 2020.***