



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

## **PROCOLO PARA KINESIOLOGOS.**

### **1.- OBJETIVO GENERAL**

Análisis de la actividad del consultorio y desarrollo del plan frente al coronavirus.

### **2.- OBJETIVO ESPECIFICO**

- Asegurar el funcionamiento del consultorio minimizando los riesgos de contagio ante la enfermedad.
- Cada Profesional deberá evaluar a los de grupos de riesgo (por edad, por enfermedades pre-existentes, por posible contacto con lugares de riesgo o con personas que hayan viajado al exterior del país o por contacto con casos sospechosos o positivos). · Se deberá reforzar el programa de desinfección en todas las áreas de trabajo y en personal.

### **3.- ALCANCE**

Todas las personas que trabajen directa o indirectamente (personal de limpieza) en el consultorio. Todas las áreas de trabajo, consultorio, box, baño y vestuario, equipos y utensilios, gimnasio, elementos del gimnasio y áreas externas del consultorio. Toda persona que ingrese al consultorio.

### **4.- RESPONSABLES**

Responsable o director del consultorio o profesional de turno. El/la profesional es el/la responsable de cumplir y hacer cumplir dicho procedimiento. Los/las licenciados/as son los responsables de cumplir dicho procedimiento.

### **5.- DOCUMENTACION DE REFERENCIA**

Decreto de Necesidad y Urgencia 260/2020, protocolo de entrada a la casa, correcta colocación y retiro de protector respiratorio.

### **6.- JUSTIFICACION**

Las autoridades sanitarias, en diversos ámbitos geográficos, han ido tomando medidas de aislamiento o prohibición de ciertas actividades para evitar la propagación del coronavirus Covid-19. Además, han dado consejos genéricos para otras actividades de nuestra vida diaria. Por lo cual se debe mantener la actividad laboral habitual/parcial minimizando los riesgos de contagio por coronavirus, aten-



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

diendo así las medidas indicadas por el Presidente de la Nación, el Gobernador de la Provincia de Tierra del Fuego, Ministerio de Salud de la Nación y de la Provincia.

## 7.- DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO

7.1 Al ingreso al consultorio deberán contar con dos (2) trapos de piso, uno mojado con dilución de agua lavandina y otro húmedo con la misma dilución de agua lavandina, debiendo pasar primero por el mojado y luego por el trapo húmedo para higiene de las suelas del calzado.

7.2 Se deberá extremar el orden y la limpieza, sobretodo en superficies con alto riesgo de favorecer la transmisión (picaportes, utensillos, camillas, mesadas).

7.3 Los equipos de trabajo deben usarse solo por una persona, no compartirlos; caso contrario deben higienizarse antes y/o después de utilizarlos con alcohol al 70%.

7.4 La vestimenta a utilizar para los/las profesionales permanecerá en el consultorio (no será la misma que se utilice para circular en la calle), en un perchero ubicado en el baño. En el mismo lugar quedará la ropa de calle durante el horario de trabajo, en una bolsa personal de cada profesional.

7.5 Se deberá ventilar los ambientes con regularidad para asegurar el recambio de aire.

7.6 Se deberá mantener la distancia de seguridad de dos metros entre los/las pacientes, esto para el caso excepcional que deban concurrir en forma simultánea, sino será uno por vez.

7.7 Se le solicitará al paciente el lavado de manos o aplicación de alcohol en gel o dilución de alcohol y agua (70% - 30%) que se le proveerá al ingreso del consultorio.

7.8 El paciente deberá permanecer sin acompañante en su sesión, exceptuando que sea menor de edad y no pueda estar solo, caso contrario el acompañante esperara en el auto.

7.9 El paciente deberá asistir a la sesión en el horario acordado; de concurrir con antelación deberá esperar afuera del consultorio hasta la hora del turno. En caso de llegar tarde se evaluará su atención sin que ello implique perjudicar aquellos que cumplan las indicaciones del profesional.

7.10 Se deberá disminuir la cantidad de profesionales trabajando en el lugar (uno por turno) y con la menor cantidad de pacientes (1 por turno). Queda vedada, por el momento, todo tipo de actividad realizada en gimnasio.

7.11 Se deberá fortalecer el programa de desinfección de pisos, camillas, mesadas, elementos de rehabilitación, utensillos, equipos y máquinas con lavados generalizados cada dos horas con agua lavandina en una dosis de dilución de 10 litros de agua con 100cc.

7.12 Las cortinas de los boxes serán desinfectadas con difusor que contengan alcohol al 70% entre las sesiones. Recordar que el efecto desinfectante es luego de los dos (2) minutos de la aplicación realizada.

7.13 En las camillas no se utilizan cubre camillas para facilitar la higienización de las mismas con agua lavandina en una dosis de dilución de 10 litros de agua con 100 cc antes de cada sesión. Para el caso que no pueda ser humedecida, se deberán envolver con papel film y desechar el mismo luego de cada uso.



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

- 7.14 Se deberán agregar dispenser/difusores de alcohol en gel/alcohol 70% - 30% en sectores, reforzando los ya existentes.
- 7.15 Los profesionales deben contar con barbijos, protección ocular y guantes en los sectores de trabajo. Por la práctica profesional que nos es propia se recomienda el lavado de manos con asiduidad por sobre el uso de guantes.
- 7.16 Se deberá higienizar las manos antes y después de atender a cada paciente.
- 7.17 Se deberá solicitar al paciente que concurra con una toalla para su uso personal para ser utilizada en su sesión.
- 7.18 La sala de espera DEBE ENCONTRARSE LIBRE, SIN CIRCULACION DE PERSONAS.
- 7.19 El profesional deberá controlarse la temperatura corporal al momento del ingreso y egreso del consultorio quedando registrada en una planilla. Previamente se higienizarán las manos con alcohol al 70% y también se higienizará el termómetro entre tomas.
- 7.20 Los EPP (elementos de protección personal) se descartan en bolsas rojas (utilizadas para residuos patológicos) dispuestas en sectores identificados y se enviarán a un lugar de agentes patógeno.

## 8.- ANÁLISIS DE RIESGO

- 8.1 Controlar la temperatura corporal del profesional al ingreso del consultorio, debiendo comunicarse al 107 en caso de registrar temperatura igual o superior a 37.5°C).
- 8.2 Espacio de tránsito hasta que el control de temperatura se lleve a cabo (higienizar picaportes, utensilios, etc., que han sido utilizados por el profesional que registra temperatura igual o superior a 37.5°C).
- 8.3 Higienizar superficies de contacto como ser vestimenta, picaportes, maquinarias, utensilios y todo lo que se pueda compartir.
- 8.4 Solicitar al paciente que no concurra al consultorio si tiene algún síntoma que caracterizan el coronavirus (fiebre, tos, dolor de garganta). Si concurriese de igual manera se activará el protocolo de seguridad llamando al 107.
- 8.5 Interrogar al paciente previo a la concurrencia al turno, si estuvo en contacto con persona COVID-19 positiva o caso sospechoso.

## 9.- MEDIDAS PREVENTIVAS

- 9.1 En caso de que la temperatura sea 37.5° o superior, el profesional no ingresará a su lugar de trabajo, se mantendrá en un sector aislado y se dará aviso al 107.
- 9.2 Se procederá a desinfectar inmediatamente todos los espacios en que dicho profesional haya transitado (más allá de que no se le permite ingreso al área de trabajo hay lugares comunes por donde se traslada y manipula – pasillo, puertas, etc.)
- 9.3 De no haber respetado el programa sanitario y por consiguiente haber tenido acercamiento físico o contacto con cualquier otra persona del consultorio, la misma será sometida al mismo protocolo de



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

aviso a las autoridades sanitarias y se le impedirá el ingreso al consultorio. De haber ingresado a la misma posteriormente al posible contacto, se procederá a la desinfección de todos los sectores, aparatología, utensilios que pudiera haber tocado. Este protocolo se usará con todas las personas o espacios que tuviesen posible contacto con quien active el protocolo de sospecha de COVID-19.

#### 10.- ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL (EPP)

10.1 - Guantes: (previa higiene de manos con alcohol 70%) 1° par se debe utilizar guantes de nitrilo (higiene de manos) 2° par guantes de latex. Protección ocular, barbijos (N 95)

#### 11.- RECOMENDACIONES PARA DESPLAZAMIENTOS HACIA Y DESDE TU TRABAJO

- a) En viajes cortos intenta caminar o utilizar bicicleta, así permitís más espacio para quienes no tienen otra alternativa de traslado.
- b) Recordar la importancia de una buena higiene de las manos antes, durante y después de los desplazamientos que vayas a realizar.
- c) Desplazamiento provisto de un kit de higiene personal.
- d) Procurar desplazarse en vehículo particular mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y su desinfección del interior del mismo.
- e) No utilizar los asientos próximos al chofer del colectivo y respeta las distancias mínimas recomendadas.
- f) Evitar los aglomeramientos en los puntos de acceso al transporte.
- g) No utilizar transporte público en caso de poseer síntomas compatibles con COVID19 (fiebre, dolor de garganta, tos, dificultad respiratoria).
- h) Cubrir nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo descartable o con el pliegue del codo (no toser o estornudar en dirección a otras personas).

#### 12.- PROTOCOLO DE ENTRADA AL HOGAR

Acciones que se deben tomar al regresar de la calle:

- a) Al volver al hogar, intentar no tocar nada.
- b) Deja la cartera, el bolso o mochila, las llaves, etc, en una caja a la entrada del hogar.
- c) Higienizar el celular y los lentes con agua y jabón o alcohol al 70%.
- d) Sacarse los zapatos. La ropa exterior –sacos, camperas, chalecos, etc.- se debe colocar en una bolsa para luego ser lavada.
- e) Lavarse bien las manos, muñecas, cara y cuello o ducharse.
- f) Limpiar las superficies de todo lo que se haya traído del exterior, antes de guardarlo o con solución de agua lavandina.



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

g) Recordar que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.

### 13.- CORRECTA COLOCACION Y RETIRO DE PROTECTOR RESPIRATORIO

Antes de iniciar el proceso de colocación de un protector respiratorio lavarse las manos con agua y jabón o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.

#### PASOS A SEGUIR

- a) Retire el protector del envase.
- b) Coloque la máscara sobre la palma de la mano con los elásticos libres. No tocar el interior del mismo.
- c) Coloque la máscara sobre su cara con la pieza nasal sobre su nariz. Pase el elástico superior sobre su cabeza.
- d) Pase el elástico inferior y colóquelo debajo de la oreja y sobre el cuello.
- e) Ajuste los costados de la nariz utilizando los dedos.
- f) Ajuste correctamente la máscara. Para verificar que el protector respiratorio se encuentre correctamente colocado posicione sus dedos a los costados de la nariz, inhale y exhale suavemente para el ajuste del pliegue de la nariz o los elásticos.

También se debe tener en cuenta:

- Los protectores pierden su efectividad si se utiliza con barba o bigote.
- Nunca manipular la máscara con las manos sucias.
- Los protectores deben ser retirados a través de los elásticos y sin tocar su frente.

Tratamientos que podrían realizarse en un consultorio de kinesiología, a saber:

- Aplicación de técnicas de masoterapia, movilizaciones articulares, técnicas de stretching, puntos gatillos.
- Gimnasia terapéutica; gimnasia correctiva, reeducación postural global técnica de corrección postural
- Tracción cervical
- Técnica de acción refleja, digito presión, estimulación, relajación.
- Osteopatía – quiropraxia
- Técnicas de termoterapia: parafina, lámpara infrarroja.
- Técnicas de crioterapia: aplicación de cold pack.



Provincia de Tierra del Fuego, Antártida  
e Islas del Atlántico Sur  
República Argentina

\*\*\*\*\*

MINISTERIO DE SALUD

- Electromedicina: ultrasonido, corrientes galvánicas, campos electromagnéticos, generador inductivo de calor, corrientes TENS, presoterapia secuencial, electro estimulación, MEP micro-electrolisis percutánea, laser.
- Técnicas de rehabilitación urogenital
- Kinefilaxia

Cuidados y rutinas para consultorio externo (INFORMACIÓN IMPORTANTE A CUMPLIR POR PARTE DE LOS PROFESIONALES )

- El paciente no puede concurrir acompañado a la sesión. En caso de que sea un menor, el acompañante esperara en su vehículo de traslado.
- Citar de a 1(UNO) paciente cada hora. El mismo debe estar asintomático en los últimos 10 días.
- Completar ficha de triage.
- El paciente debe concurrir con barbijo.
- El paciente debe sacarse los zapatos al ingresar al consultorio y dejarlos en la sala de espera puede traer otro calzado limpio e ingresar con el mismo.
- Luego debe lavarse las manos y ponerse alcohol en gel.
- Deben utilizarse barbijos descartables / tapabocas para los pacientes y guantes / manoplas.
- Tener sobre la mesa de trabajo ya todo previamente preparado, para no tener que estar abriendo cajones ni tocar otras superficies.
- Cubrir la camilla con film descartable y cambiarlo entre pacientes, siempre que no pueda ser higienizada.
- No usar esponjas, lo ideal sería algodón y descartar.
- Tener a mano papel de cocina descartable.
- Vestimenta recomendada para el profesional:
  - máscaras de plástico, limpiable entre pacientes.
  - guantes descartables cambiarlos entre paciente (previa higiene de manos con alcohol 70) y colocarlos antes del ingreso del paciente al área limpia.
  - gafas protectoras en caso de no tener la máscara plástica y solo utilizar barbijo.
  - opcional
  - reforzar arriba del ambo con un delantal de plástico con mangas descartables.
  - no utilizar el ambo fuera del consultorio.
- Eliminar en una bolsa al finalizar cada turno todo el material descartable utilizado en ese turno.
- Higiene estricta del profesional entre cada turno.
- Desinfección general cada dos horas del consultorio.
- Cambio de ambo o vestimenta profesional con cada paciente.
- En caso de trabajar en gimnasio colocar un film sobre la superficie que tendrá contacto con el paciente que luego de finalizada la sesión se descartara.