

RECOMANACIONS ALS PROFESSIONALS DE LA REHABILITACIÓ EN EL MANEIG DEL PACIENT DURANT LA PANDEMIA DEL COVID-19

Objectiu

En aquests moments d'emergència sanitària com a conseqüència de la pandèmia del COVID-19, hem de ser conscients que les persones que calgui atendre amb programes de rehabilitació són també una població vulnerable a la qual hem de continuar atenent i protegint

Aquest document descriu les recomanacions per a la planificació, abordatge i tractament de rehabilitació així com les recomanacions de protecció individual (EPIs)

Precaucions i mesures personals habituals per a actuar amb totes les precaucions i no contribuir a la propagació del virus.

- Es recomana que la sala on es durà a terme les sessions de fisioteràpia tingui finestres i cal obrir-les regularment per **deixar entrar l'aire fresc**.
- Durant el tractament, es recomana el mínim nombre de professionals en contacte amb el pacient, a poder ser, només hi seran presents el terapeuta i la persona a tractar.
- S'haurà d'utilitzar pijama sencer i utilitzar polaines. En cap cas es podrà sortir del centre de treball amb l'uniforme.
- S'utilitzarà **masketa quirúrgica i guants de làtex d'ús exclusiu** per cada persona, tant pel fisioterapeuta com per qui rebí el tractament, així doncs, demanarem que el pacient i/o la persona cuidadora es posin una masketa quirúrgica.
- **La higiene de mans** amb sabó normal o antimicrobià és la mesura principal de prevenció i control de la infecció. Haurà de realitzar-se segons [la tècnica correcta](#) i **sempre abans i després** del contacte amb els companys a tractar. Caldrà assegurar d'eixugar-se les mans amb tovallolletes netes i, sobretot, sempre després d'esternuts. La masketa es retirarà després d'haver-se rentat les mans.
- S'ha d'evitar tocar-se els ulls, el nas o la boca mentre es faci el tractament.
- Els coronavirus són sensibles als dissolvents i desinfectants orgànics, així que s'hauran de desinfectar i netejar els estris utilitzats en la sessió; les lliteres i altres superfícies amb solucions alcohòliques abans de rebre a la següent persona.
- S'hauran d'utilitzar bosses de plàstic de rebuig on dipositarem el material utilitzat
- Evitarem l'ús de l'ascensor. Un ascensor comporta un alt risc de transmissió per considerar-se un espai confinat.

Actuacions terapèutiques de fisioteràpia

Només en aquells casos en que el professional identifiqui clarament una limitació funcional significativa com ara fragilitat amb dependència, presència de multicomorbiditat, etc, caldrà fer una intervenció directa d'acord a la patologia. Sempre que sigui possible, cal mantenir el principi de respectar la distància recomanada amb la persona a tractar. També es podran donar instruccions o pautes orals, fent simulacions dels moviments a realitzar i si es considera una bona opció, es complementarà facilitant els vídeos d'exercicis de què disposa la Corporació Fisiogestió.

a. Recomanacions en el tractament d'afeccions de l'aparell locomotor

Per tal de minimitzar la transmissió per contacte indirecte a través d'objectes cal seguir les següents recomanacions:

No es recomana la utilització de cap tipus de material (peses, bandes elàstiques tipus "theraband", ...) per fer les sessions de rehabilitació.

No s'utilitzarà en cap moment electroteràpia subaquàtica ni termoteràpia superficial tipus parafina. De la mateixa manera tampoc s'utilitzaran aparells d'electroteràpia que requereixen d'elèctrodes o esponges .

En cas d'utilitzar teràpies amb capçals, o la utilització de teràpies virtuals s'hauran de desinfectar després de cada aplicació amb solucions alcohòliques almenys al 75% i deixar passar un mínim de 10 minuts entre aplicació i aplicació.

De la mateixa manera tampoc farem ús de la mecanoteràpia tipus espatlles, barres , poleoteràpies, aparells de traccions o similars que tinguin parts de fusta. Hem de tenir en compte que el virus té un temps de supervivència a la fusta de més de 48hores.

Els drenatges derivatius de les extremitats superiors i inferiors es faran manuals i no s'utilitzaran aparells de pressoteràpia.

Recordeu que després de cada aplicació de qualsevol aparell us heu de tornar a rentar les mans, ja que les mans són el mitjà clau de transmissió del virus a través de l'aigua, aliments, sang, gotetes respiratòries, etc. a més del contacte directe o indirecte.

b. Mesures a tenir en compte en el tractament d'afeccions respiratòries

Cal primer de tot, sospesar el risc en front del benefici de realitzar aquestes intervencions.

Adicionalment a les mesures comentades de protecció enfront a la transmissió per via aèria, també han de ser considerades les mesures de transmissió per gotes, esquitxos (per exemple esternuts, fluids del cos., aerosols, nebulitzacions..) a l'hora de realitzar un tractament de fisioteràpia respiratòria, les gotes poden entrar a les mucoses en una distància inferior a 1 metre. És per això que s'ha d'usar protecció ocular i és aconsellable utilitzar ulleres protectores.

Bibliografia

1. Wang Zhou. Libro de Prevención sobre COVID-19. Manual de Prevención de Coronavirus: 101 consejos probados por la ciencia que pueden salvar tu vida. Wuhan, China, 2020
2. Practical measures to help prevent Covid-19. Eric J. Rubin, PhD, Lindsey R. Baden, MD, Stephen Morrissey, MD. J Med 2020; 382: e32. DOI: 10.1056 / NEJMe2006742
3. https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/rentat-de-mans-alcohol.pdf
4. Guia de procediment d'entrenament postural (postural training) de la Corporación Fisiogestion. Barcelona, 2016

Nombre de archivo: RHB_COVID_19
Directorio: C:\Users\conxita\Documents
Plantilla: C:\Users\conxita\AppData\Roaming\Microsoft\Templates\Normal.dotm
Título:
Asunto:
Autor: conxita
Palabras clave:
Comentarios:
Fecha de creación: 31/03/2020 13:50:00
Cambio número: 34
Guardado el: 01/04/2020 8:38:00
Guardado por: conxita
Tiempo de edición: 425 minutos
Impreso el: 01/04/2020 8:52:00
Última impresión completa
Número de páginas: 3
Número de palabras: 896 (aprox.)
Número de caracteres: 4.933 (aprox.)