

Abril 2020

PROTOCOLO DE REAPERTURA DE CENTROS QUIROPRÁCTICOS

Elaborado por la Asociación Española de Quiropráctica



MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES EN LOS CENTROS QUIROPRÁCTICOS

La Asociación Española de Quiropráctica ha publicado este protocolo de reapertura de centros quiroprácticos con el fin de minimizar el riesgo de contagio por coronavirus en el puesto de trabajo. De este modo, se busca garantizar la seguridad de los quiroprácticos, sus trabajadores y sus pacientes en el centro. La AEQ recomienda adoptar estas medidas especialmente durante el periodo de salida del estado de alarma, cuando el riesgo de propagación y contagio de la COVID-19 es todavía potencialmente alto.

Estas medidas preventivas se exponen en el marco de la intervención quiropráctica en pacientes que ni tienen sintomatología de la COVID-19 ni han estado en contacto directo con personas infectadas en los 15 días anteriores.

En caso de que el paciente presente sintomatología de la COVID-19 o haya estado en contacto directo con personas infectadas, NO se podrá realizar ninguna intervención en el mismo. De este modo, se evitará que el paciente y/o los trabajadores se conviertan en un vector de transmisión de la enfermedad en el propio centro y se garantizará la seguridad de todos.

En una fase posterior, cuando los riesgos se consideren bajos, la AEQ aconsejará levantar estas medidas o adaptarlas a las nuevas recomendaciones que plantee el Ministerio de Sanidad.

CONTENIDOS

- I. Recomendaciones generales para limitar el posible contagio del coronavirus | **4**
- II. Medidas preventivas para los pacientes | **5**
- III. Medidas preventivas para los quiroprácticos y asistentes quiroprácticos | **6**
- IV. Centros quiroprácticos | **7**
 - 1. Adaptación de los centros quiroprácticos | **7**
 - 2. Funcionamiento interno | **8**
 - 3. Higiene dentro del centro | **9**
 - 4. Después del trabajo | **9**
- V. Intervención quiropráctica y sesión de ajuste vertebral | **10**

I. RECOMENDACIONES GENERALES PARA LIMITAR EL POSIBLE CONTAGIO DEL CORONAVIRUS

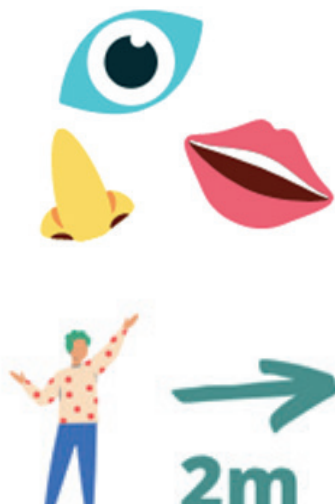
Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos, tanto dentro como fuera del centro, adoptando un comportamiento preventivo que ayudará a la no propagación del virus.

En particular, destacamos las siguientes medidas básicas:



- La higiene de manos es la principal medida de prevención y control de la infección. Es importante lavarse las manos regularmente, especialmente después de tocar objetos o personas y cuando no se pueda respetar el distanciamiento interpersonal de 2 metros recomendado.

- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.



- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos.
- Mantener distanciamiento interpersonal de 2 metros.
- Evitar el saludo con contacto físico entre trabajadores y entre trabajadores y pacientes, incluido el dar la mano.
- Si un paciente o trabajador empieza a notar cualquier síntoma que pudiera estar relacionado con la COVID-19, deberá contactar de inmediato con los servicios sanitarios responsables y/o el servicio de prevención de riesgos laborales, además de no acudir al centro quiropráctico hasta confirmar que no presenta la infección.

II. MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LOS PACIENTES

- Se informará a los pacientes acerca de las medidas que se están llevando a cabo en el centro quiropráctico para prevenir el contagio.

- Se pondrá a su disposición solución de gel hidroalcohólico en la recepción, sala de espera u otros puntos estratégicos del centro o se le recomendará lavarse las manos con jabón antes de pasar a ajustarse.



- Se podrá recomendar el uso de mascarilla a los pacientes, especialmente a los que pertenecen a un grupo de riesgo. Se entiende por grupo de riesgo a las personas que presentan condiciones diagnosticadas como:

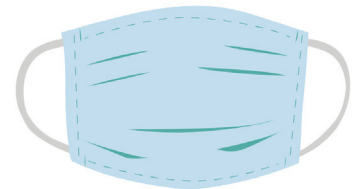


- Asma
- Enfermedad pulmonar crónica
- Diabetes
- Afecciones cardíacas graves
- Enfermedad renal crónica
- Obesidad grave
- Personas de 65 años de edad o más
- Personas inmunodeprimidas
- Enfermedad hepática

- Se recomendará al paciente que toque el mínimo posible de objetos o superficies durante su estancia en el centro.

III. MEDIDAS PREVENTIVAS PARA LOS QUIROPRÁCTICOS Y ASISTENTES

- Es preciso proporcionar al personal los productos de higiene necesarios para poder seguir las recomendaciones individuales, adaptándose a cada actividad concreta. Con carácter general, es necesario mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables próximos a los puestos de trabajo.



- Tirar de forma inmediata cualquier desecho de higiene personal, especialmente los pañuelos desechables, a las papeleras o contenedores habilitados.
- Es necesario contar con aprovisionamiento suficiente de material de protección, especialmente guantes y mascarillas, para el personal cuando así lo indique o lo desee y según las recomendaciones del servicio de prevención de riesgos laborales.
- Es recomendable el uso de mascarillas de tipo quirúrgico, especialmente al estar con personas que pertenecen a un grupo de riesgo, si el contacto va a ser cercano (menor de 2 metros) y si va a durar más de 15 minutos.

Recordatorio antes de ir al trabajo

- Si el trabajador presenta cualquier síntoma (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociado con la COVID-19 no debe acudir al trabajo y tiene que contactar con el teléfono de atención a la COVID-19 de la comunidad autónoma o con el centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debe acudir al puesto de trabajo hasta que las autoridades sanitarias confirmen que no hay riesgo para sí mismo o para los demás.

- Si el trabajador ha estado en contacto estrecho o ha compartido espacio con

una persona afectada por la COVID-19 sin guardar la distancia interpersonal o usar medidas preventivas, tampoco debe acudir a su puesto de trabajo durante al menos 14 días, incluso en ausencia de síntomas. Durante ese periodo se debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad y dentro de lo posible realizar una prueba diagnóstica para confirmar o no la posible infección.

- Estas indicaciones deben extenderse a todo el personal del centro quiropráctico, tanto quiroprácticos como administrativos.

IV. CENTROS QUIROPRÁCTICOS

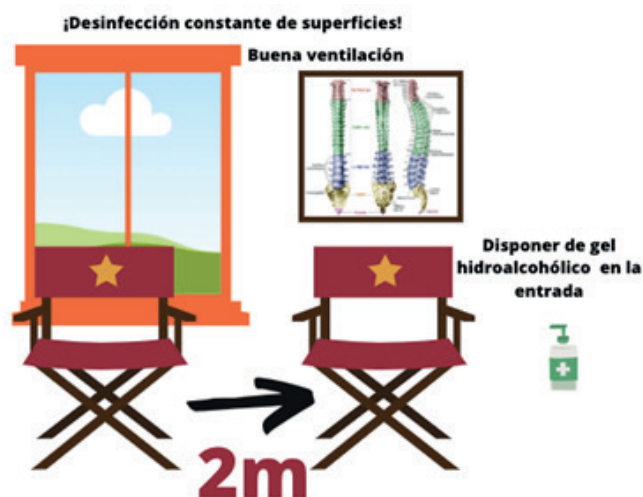
1. Adaptación del centro

MEDIDAS RECOMENDADAS:

- Emplear el consentimiento informado de cuidado quiropráctico y coronavirus.
- Situar en lugares visibles del centro quiropráctico los carteles informativos que se adjuntan.
- Colocar dispensadores de solución hidroalcohólica en la entrada del centro y otros puntos estratégicos para que las personas realicen la limpieza de manos al entrar y salir del centro quiropráctico.
- Espaciar los asientos de la sala de espera a una distancia mínima de 2 metros.
- Separar las camillas a una distancia mínima de 2 metros.
- Retirar revistas, fuentes de agua y elementos decorativos (ej.: juguetes para niños) que puedan ser manipulados por distintos pacientes.

Otras medidas posibles:

- Proteger al personal de recepción con una mampara de metacrilato o similar.
- Colocar mamparas separadoras entre las camillas.
- Tomar la temperatura del paciente con termómetro infrarrojo cuando entre en el centro.



2. Funcionamiento del centro quiropráctico

- Al concertar una cita por teléfono, preguntar al paciente cómo se encuentra, si presenta o ha presentado en los últimos 15 días síntomas como fiebre, tos, dificultad al respirar etc. que pudieran estar asociados con la COVID-19 o si ha estado en contacto estrecho con alguna persona afectada.



- En caso afirmativo, se le recomendará que se ponga en contacto con los servicios sanitarios correspondientes y se aplazará la cita para más adelante.
- En caso negativo, se concertará la cita.

- Adaptar la agenda de citas de los pacientes de forma que no haya acumulación de personas en el centro quiropráctico, especialmente en la recepción y sala de espera. El aforo máximo será aquel que pueda garantizar una distancia mínima de 2 metros entre personas en todas las zonas del centro quiropráctico en cualquier momento.

- Evitar la realización de actividades que impliquen aglomeraciones de personas en los centros quiroprácticos (charlas, clases de columna, seminarios...) si no se puede mantener una distancia de seguridad de 2 metros entre persona y persona.



- Se recomienda citar a los pacientes de grupos de riesgo en los horarios de menor afluencia al centro o con un horario especial y con un espaciado mayor que el que se aplicará al resto de pacientes, pudiendo tomar medidas más adaptadas para ellos.
 - Considerar la posibilidad de suspender o reprogramar las citas de los pacientes de riesgo por el momento, alcanzando un equilibrio entre los beneficios de las sesiones quiroprácticas y el riesgo de contagio.
- Solicitar a los pacientes que acudan al centro en solitario para evitar aglomeraciones, salvo en casos excepcionales en los que sea imprescindible por dificultades de movilidad y otras causas justificadas.

3. Medidas de higiene en los centros quiroprácticos



- Ventilar de manera periódica las instalaciones. Se recomienda hacerlo durante cinco minutos diarios como mínimo, para evitar el confinamiento de aire.
- Aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual y reforzar la limpieza de sus filtros.

- Reforzar las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial esmero en aquellas superficies que se tocan con más frecuencia como pomos de puertas, mostrador de recepción, mesas y ordenadores.



4. Después del trabajo

- Todos los residuos (papel de camilla, material de limpieza desechable, guantes, mascarillas etc.) deberán ser apartados, embolsados y desechados en el contenedor al finalizar cada turno.
- Embolsar y cerrar los uniformes de trabajo, batas de pacientes etc., trasladarlos al punto de lavado habitual y lavarlos con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados después de cada jornada.



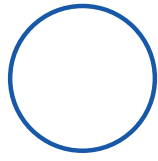
V. MEDIDAS DURANTE LA SESIÓN DE AJUSTE

- Utilizar mascarillas durante el contacto directo con el paciente, especialmente si pertenece a un grupo de riesgo. Pueden emplearse mascarillas tanto de tipo quirúrgico como FFP2 sin filtro.
- Lavarse las manos antes y después del contacto con cada paciente con solución hidroalcohólica o jabón.
- El uso de guantes es recomendable en pacientes pertenecientes a grupo de riesgo, pero no reemplaza la necesidad de higiene de las manos.
- Evitar en la medida de lo posible las intervenciones intraorales y emplear siempre mascarilla y guantes en caso de que sea necesario realizarla.
- Llevar a cabo una limpieza exhaustiva del área de trabajo tras cada paciente:
 - Limpieza de las camillas con solución desinfectante, haciendo énfasis en el cabezal y reposabrazos.
 - Limpieza del material usado durante la sesión (bloques SOT, activator, etc.) con solución desinfectante.



Otras medidas posibles:

- Si así lo considera, puede colocar un lavamanos portátil en la sala de ajustes, especialmente durante el tiempo inicial de reapertura.



**Este documento ha sido elaborado por la
Asociación Española de Quiropráctica
siguiendo las guías publicadas por
el Ministerio de Sanidad y
la Organización Mundial de la Salud**

