

*Fuentes consultadas: Ministerio de Sanidad, Ministerio de Trabajo y Economía Social y Gobierno de Aragón.
(06/03/2020)*

¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE COVID-19?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. La mayoría de los casos presentan síntomas leves.

En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Los casos más graves generalmente ocurren en personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros. Con el conocimiento actual, las personas que no presentan síntomas no transmiten la enfermedad.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA PROTEGERME?

Las medidas genéricas de protección individual frente a enfermedades respiratorias incluyen:

- Higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas), especialmente después de contacto directo con personas enfermas o su entorno.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Usar pañuelos desechables, y tirarlos tras su uso.
- Si se presentan síntomas respiratorios, evitar el contacto cercano (manteniendo una distancia de un metro aproximadamente) con otras personas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.

No hay que tomar precauciones especiales con los animales en España, ni con los alimentos, para evitar esta infección.

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCIÓN DE CONTAGIOS POR COVID-19

**El Colegio recomienda seguir las indicaciones del Gobierno de España, el Ministerio de Sanidad, el Gobierno de Aragón y las organizaciones colegiales de Fisioterapia.*

En **ESTRUCTURAS DE SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS**, como 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.

A este respecto desde el Ministerio de Sanidad y el Gobierno de Aragón se han elaborado diferentes guías y protocolos de actuación para consulta a través de sus páginas web.

Enlaces de interés:

[Guía de actuación con los profesionales sanitarios en el caso de exposiciones de riesgo a COVID-19 en el ámbito sanitario](#)

Versión del 6 de marzo de 2020

[Recomendaciones para la prevención de la infección por coronavirus COVID-19 en los profesionales sanitarios](#)

Versión del 9 de marzo de 2020

[Manejo clínico de pacientes con enfermedad por el nuevo coronavirus \(COVID-19\)](#)

Versión del 3 de marzo de 2020

[Manejo en atención primaria de pacientes con COVID-19](#)

Versión de 9 de marzo de 2020

[Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19](#)

Versión del 9 de marzo de 2020

[Recomendaciones a residencias de mayores y centros sociosanitarios para el COVID-19](#)

Versión de 5 de marzo de 2020

En las **CONSULTAS PROFESIONALES y CENTROS DE FISIOTERAPIA PRIVADOS Y SOCIEDADES**, es el propietario 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 las autoridades sanitarias.

Recomendaciones generales:

**siempre que no estén contra normativas superiores o más actualizadas dictadas por órganos superiores.*

- Las personas en cuarentena o que resulten positivas para el virus deben quedarse en su casa y seguir indicaciones autoridades sanitarias.
- 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.
- Con respecto a las vacaciones y permisos, se recomienda esperar las nuevas medidas de apoyo a los padres, los trabajadores autónomos y las empresas que desde los diferentes ministerios se están barajando.

Ministerio de Trabajo y Economía Social. [Guía para la actuación en el ámbito laboral en relación al nuevo coronavirus](#)

Indicaciones generales previas a la atención en consulta:

Es necesario evaluar, caso por caso, si se debe suspender o reprogramar el acceso terapéutico y 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 seriamente la posibilidad de suspender o reprogramar el acceso terapéutico en las siguientes condiciones:

- En los tratamientos de pacientes, en particular los ancianos, que sufren patologías crónicas o con multimorbilidad.
- 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 caso necesario, se recomendará al paciente quedarse en casa y 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 multimorbilidad, 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.

Cuando sea posible, se recomienda promover 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.

Recomendaciones para la atención al paciente en consulta:

- Planificar 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.
- Se aconseja 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.

Gestión del espacio:

- Mostrar en las salas de espera material informativo del COVID-19.
- Colocar dispensadores de gel hidroalcohólico 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.
- Proporcionar al paciente una mascarilla quirúrgica, cuando esté disponible y sea necesario, y dar instrucciones sobre cómo usarla.
- Organizar la sala de espera con una colocación de las sillas a una distancia de 1-2 metros.
- 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.

- Es aconsejable ventilar las habitaciones entre un paciente y otro.
 - Para garantizar la máxima higiene de las zonas de trabajo (utilización de sábanas desechables, desinfección de la cama y de las superficies después de cada paciente) es aconsejable reducir el riesgo de contacto indirecto entre un paciente y otro utilizando cremas/aceites desechables o poniendo cremas/aceite en contenedores desechables.
 - En las sesiones grupales, en aquellas situaciones en las que no se pueda garantizar la adecuada higienización de todos los materiales (pesas, elásticos, colchonetas...) se aconseja la suspensión actual de las mismas.
- 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 1 metro o 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 higiene generales.
 - Durante las sesiones de fisioterapia:
 - 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 móvil,...), frotándolas con una solución alcohólica durante 20-30 seg. o lavándolas con agua y jabón si están visiblemente sucias.
El producto se puede producir in situ según la formulación de la OMS.
www.who.int/gpsc/en/index.html
 - 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
 - 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. Quitarte 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 EPIs que, si se utilizan de manera innecesaria, quitan protección a quienes las necesitan, especialmente en casos de verdadera urgencia.

- **Tratamientos a domicilio:**

En el caso de 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 triaje 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.
- En lo que respecta al tratamiento a domicilio, si se lleva a cabo en nombre de instalaciones acreditadas, estas deben proporcionar al fisioterapeuta todos los dispositivos requeridos por la legislación vigente para contrarrestar la propagación del virus.

Enlaces de interés:

Ministerio de Sanidad. [Portal información Covid-19](#)

Ministerio de Sanidad. [Preguntas y respuestas sobre el nuevo coronavirus \(COVID-19\)](#)

Ministerio de Sanidad. [Situación actual](#)

Ministerio de Sanidad. [Recomendaciones para la prevención de la infección en profesionales sanitarios](#)

Ministerio de Sanidad y Gobierno de Aragón. [Infografía Qué debes saber sobre el nuevo coronavirus](#)

Gobierno de Aragón. [Organización de la detección, notificación y atención a posibles casos sospechosos y otras informaciones sobre el nuevo coronavirus en Aragón](#)

Ministerio de Trabajo y Economía Social. [Guía para la actuación en el ámbito laboral en relación al nuevo coronavirus](#)

OMS. Curso gratuito. Emerging respiratory viruses, including COVID-19: methods for detection, prevention, response and control. <https://openwho.org/courses/introduction-to-ncov>