



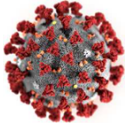
www.quironprevencion.com

91 122 14 52

COLEGIO PROF.DE FISIOTERAPEUTAS DE LA CDAD.DE MADRID

**C/ JOSE PICÓN, 9
28028 (MADRID)**

Agosto 2020



FAQ's

1. Si estamos dos personas con mascarilla, ¿Es necesario mantener la distancia de seguridad?:

Se debe mantener distanciamiento social de 1,5 metros y reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición.

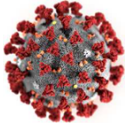
La distancia entre el proveedor de servicios y el consumidor durante todo el proceso de atención al consumidor será de, al menos, 1 metro cuando se cuente con elementos de protección o barrera, o de 1,5 metros sin estos elementos.

En el caso de servicios que no permitan el mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal, como pueden ser la fisioterapia, se deberá utilizar el equipo de protección adecuado al nivel de riesgo que asegure la protección tanto del trabajador como del cliente, debiendo asegurar en todo caso el mantenimiento de la distancia de 1,5 metros entre clientes.

En determinadas tareas, en las que no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 1,5 metros, ni la colocación de barreras de separación física, se recomienda la utilización del EPI como primera opción (protección respiratoria con marcado CE y protección, al menos FFP2, conforme a la norma UNE-EN 149) , excepto en el supuesto de que todos los trabajadores, proveedores, clientes, usuarios, y cualesquiera personas que accedan al centro de trabajo porten mascarilla quirúrgica para proteger en el sentido de salida de aire: boca/nariz-exterior, en cuyo caso se recomienda la utilización preferente de las mascarillas quirúrgicas.

Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a un caso sospechoso o confirmado de COVID-19: Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.

Los trabajadores incluidos en este nivel de exposición que entren en contacto con casos sospechosos o confirmados se protegerán con mascarillas auto filtrantes FFP2 o FFP3 (UNE-EN 149), gafas de montura integral o pantalla facial (UNE EN 166), ropa de protección biológica (UNE-EN 14126) tipo B y guantes de protección frente a microorganismos y a la a la rotura (UNE 374 y UNE 388).



2. ¿Cómo actuar en caso de pacientes de alto riesgo que no pueden usar mascarilla y sin distancia de seguridad?:

En las tareas, en las que no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 1,5 metros, ni la colocación de barreras de separación física, ni que todos los posibles focos de emisión están protegidos por una mascarilla quirúrgica certificada para proteger en el sentido de salida de aire: boca/nariz-exterior, el trabajador deberá hacer uso de algunos componentes EPI (protección respiratoria con marcado CE y protección, al menos FFP2, conforme a la norma UNE-EN 149).

Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a un caso sospechoso o confirmado de COVID-19: Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.

Los trabajadores incluidos en este nivel de exposición que entren en contacto con casos sospechosos o confirmados se protegerán con mascarillas auto filtrantes FFP2 o FFP3 (UNE-EN 149), gafas de montura integral o pantalla facial (UNE EN 166), ropa de protección biológica (UNE-EN 14126) tipo B y guantes de protección frente a microorganismos y a la a la rotura (UNE 374 y UNE 388).

3. ¿Se puede alargar la vida de las mascarillas?

No se debe hacer uso de las mascarillas más allá de la vida útil estipulada por el fabricante.

Mascarillas quirúrgicas:

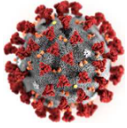
La vida útil depende del fabricante. Consulta las instrucciones. Cuando la notes húmeda o sucia, cámbiala. Por cuestiones de comodidad e higiene, se suele recomendar no usar la mascarilla durante más de 4 h. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra.

Mascarillas EPI:

La vida útil depende del fabricante. Consulta las instrucciones. Cuando la notes húmeda o sucia, cámbiala. Por cuestiones de comodidad e higiene, se suele recomendar no usar la mascarilla durante más de 4 h.

Las mascarillas EPI fuera del plazo de caducidad, pueden no cumplir con los requisitos para los cuales fueron certificadas. Con el tiempo, los componentes como las cintas y el material para el puente nasal pueden degradarse, lo cual puede afectar a la calidad del ajuste.

De acuerdo a lo recogido por el Ministerio de Sanidad, en caso de no existir EPI's en número suficientes, se pueden considerar la viabilidad de alternativas. Las pantallas faciales EN-166 en este caso protege la mascarilla para su reutilización



4. ¿Hay mascarillas reutilizables que protejan para el covid para ámbito sanitario y para la vida corriente?

Tipos de mascarillas

- **Equipos de protección individual (EPI): para profesionales o personas vulnerables**

Su función es **filtrar el aire que inhalamos** y así evitan que entren partículas contaminantes a nuestro organismo. Por lo que los EPIs protegen a la persona que los lleva.

Según su eficacia para la filtración pueden ser de tres tipos **FFP1, FFP2 y FFP3**. En relación a la COVID-19 se recomienda el uso FFP2 y FFP3

En lo que respecta al etiquetado, estas mascarillas cuentan con su propia normativa, el reglamento de equipos de protección individual, por lo que deben cumplir con unos **requisitos de seguridad** antes de ser introducidos en el mercado europeo. Es conveniente que revise que el producto **lleva el marcado CE**, que garantiza que el producto cumple con la legislación.

Además, van acompañadas del marcaje NR para el caso de que no sea reutilizable y R en el caso de que sí lo sea. Deben llevar la identificación del fabricante, así como las instrucciones de uso y colocación. Si el etiquetado incluye la referencia a la **norma UNE-149** asegura además el cumplimiento de un estándar de calidad.

En relación con la COVID-19, se han autorizado temporalmente, además, mascarillas que cumplen con otros estándares, como las KN95.

- **Mascarillas quirúrgicas**

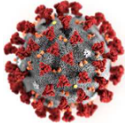
Las mascarillas quirúrgicas están indicadas para **aquellas personas con síntomas o asintomáticas positivas**. Su objetivo es evitar que las personas transmitan la enfermedad.

Estas mascarillas están diseñadas para **filtrar el aire exhalado** protegiendo a quienes están alrededor de la persona enferma y evitando la dispersión vírica al estornudar o toser. Debe tener un mecanismo que permita ceñirla a la nariz, barbilla y boca de quien la use.

Existen **dos tipos de mascarillas** según su eficacia de filtración bacteriana de **tipo I y tipo II**. Esta información deberá incluirse en el etiquetado o en la caja del embalaje, junto con marcado CE, la referencia a la norma europea EN 14683, que asegura el cumplimiento de un estándar de calidad y por supuesto los datos de identificación del fabricante. Estas mascarillas se **colocan con el lado blanco** hacia el interior y el **lado de color** (que suele ser azul o verde) hacia el exterior.

- **Mascarillas higiénicas**

Las mascarillas higiénicas **están especialmente pensadas** para su uso en personas **sanas**, que no presenten síntomas de enfermedad. Cubren nariz, boca y barbilla y pueden ser reutilizables o no.



En relación a las mascarillas higiénicas, se recomiendan para población general sana y como posible opción para el nivel de baja probabilidad de riesgo, pero siendo la última opción en orden de prioridad, por ser la de menor protección y siempre que cumpla los requisitos de las especificaciones UNE 0064-1:2020, en caso de que no sean reutilizables, y UNE 0065:2020, cuando sean reutilizables. Las mascarillas higiénicas no están contempladas para el ámbito sanitario. No son EPI (Equipo de Protección Individual) ni producto sanitario.

Las mascarillas de tela son higiénicas reutilizables, no son FFP2.

5. ¿Se puede usar ozono para desinfectar clínica, mascarillas y ropa de trabajo?

De acuerdo a lo publicado por el Ministerio de Sanidad, no se ha encontrado evidencia sobre la eficacia y seguridad de la desinfección de SARS-CoV-2 con dispositivos de radiación con ultravioleta u ozono.

6. Lavado de ropa

En el caso de que se empleen uniformes o ropa de trabajo, se procederá al lavado y desinfección diaria de los mismos, debiendo lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados. En aquellos casos en los que no se utilice uniforme o ropa de trabajo, las prendas utilizadas por los trabajadores en contacto con clientes, visitantes o usuarios, también deberán lavarse en las condiciones señaladas anteriormente.

La ropa de trabajo se lavará en el centro de trabajo y en ningún caso los trabajadores se podrán llevar la ropa de trabajo a su domicilio para su desinfección y limpieza.

7. ¿Hay estudios definitivos sobre la máxima vida del covid en superficies?

Diversos estudios han demostrado que el virus de la COVID-19 puede sobrevivir hasta 72 horas en superficies de plástico y acero inoxidable, menos de 4 horas en superficies de cobre y menos de 24 horas en superficies de cartón.

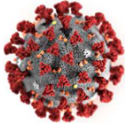
8. ¿Qué productos se recomiendan para limpieza para superficies?

Se debe hacer uso de desinfectantes con actividad virucida, autorizados y registrados por el Mº de Sanidad.

9. Tratamientos a niños

Todas las personas de seis años en adelante quedan obligadas al uso de mascarillas en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, con independencia del mantenimiento de la distancia física interpersonal de seguridad.

En caso de utilizar mascarillas, a partir de 3 años niños y niñas sanos deben usar mascarillas higiénicas acordes a cada rango de edad. Es importante que un adulto supervise la colocación, el uso y la retirada de las mascarillas.



Niños y niñas positivos por COVID-19, con síntomas o asintomáticos positivos deben usar preferentemente mascarillas quirúrgicas.

La obligación de uso de mascarilla no será exigible para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

En las tareas, en las que no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 1,5 metros, ni la colocación de barreras de separación física, ni que todos los posibles focos de emisión están protegidos por una mascarilla quirúrgica certificada para proteger en el sentido de salida de aire: boca/nariz-exterior, el trabajador deberá hacer uso de algunos componentes EPI (protección respiratoria con marcado CE y protección, al menos FFP2, conforme a la norma UNE-EN 149).

10. Fisioterapia grupal adultos sin distancia de seguridad

Los titulares o directores de los distintos centros, servicios y establecimientos sanitarios, de naturaleza pública o privada, deberán adoptar las medidas organizativas, de prevención e higiene necesarias de su personal trabajador y de los pacientes, al objeto de aplicar las recomendaciones emitidas en esta materia, relativas a la distancia de seguridad interpersonal, uso de mascarillas en sitios cerrados de uso público, aforo, higiene de manos y respiratoria, así como cualquier otra medida que establezcan las autoridades competentes. Estas medidas deberán aplicarse en la gestión de los espacios del centro, accesos, zonas de espera y en la gestión de las citas de los pacientes, así como en la regulación de acompañantes o visitas, teniendo en cuenta la situación y actividad de cada centro.

Asimismo, adoptarán las medidas necesarias para garantizar la protección de la seguridad y salud de su personal trabajador, la limpieza y desinfección de las áreas utilizadas y la eliminación de residuos, así como el mantenimiento adecuado de los equipos e instalaciones.

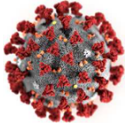
En el caso de servicios que no permitan el mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal, como centros de fisioterapia, se deberá utilizar el equipo de protección adecuado al nivel de riesgo que asegure la protección tanto del trabajador como del cliente, debiendo asegurar en todo caso el mantenimiento de la distancia de 1,5 metros entre clientes

En las tareas, en las que no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 1,5 metros, ni la colocación de barreras de separación física, ni que todos los posibles focos de emisión están protegidos por una mascarilla quirúrgica certificada para proteger en el sentido de salida de aire: boca/nariz-exterior, el trabajador deberá hacer uso de algunos componentes EPI (protección respiratoria con marcado CE y protección, al menos FFP2, conforme a la norma UNE-EN 149).

¿Cuándo se podrá usar una sala de gimnasia al 100% de aforo?

Aquel establecimiento abierto al público se atenderá a las siguientes consideraciones:

El aforo máximo deberá permitir cumplir con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, concretamente con el requisito de distancias de seguridad.



Desde el 6 de julio de 2020 y hasta que la evolución epidemiológica lo aconseje el porcentaje de aforo permitido se elevará al 75%.

En todo momento deberá garantizarse el cumplimiento de la debida distancia de seguridad interpersonal de, al menos, 1,5 metros entre los usuarios o, en su defecto, la utilización de medidas alternativas de protección física con uso de mascarilla.

En las instalaciones en las que se desarrollen actividades y competiciones deportivas, de práctica individual o colectiva, se cumplirán las normas de aforo, desinfección, prevención y acondicionamiento. En todo caso, se deberá asegurar que se adoptan las medidas necesarias para garantizar una distancia interpersonal mínima de 1,5 metros, así como el debido control para evitar las aglomeraciones. Cuando no sea posible mantener dicha distancia de seguridad, se observarán las medidas de higiene adecuadas para prevenir los riesgos de contagio.

11. ¿Cuando el paciente viene a consulta con una mascarilla quirúrgica pero que se ve muy reutilizada que debemos usar nosotros si no hay distancia de seguridad?

En tareas, en las que no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 1,5 metros, ni la colocación de barreras de separación física, se recomienda la utilización del EPI como primera opción (protección respiratoria con marcado CE y protección, al menos FFP2, conforme a la norma UNE-EN 149) , excepto en el supuesto de que todos los trabajadores, proveedores, clientes, usuarios, y cualesquiera personas que accedan al centro de trabajo porten mascarilla quirúrgica para proteger en el sentido de salida de aire: boca/nariz-exterior, en cuyo caso se recomienda la utilización preferente de las mascarillas quirúrgicas.