

Webinar

PROTECCIÓ I PREVENCIÓ PER A LA PRÀCTICA PROFESSIONAL EN TEMPS DE PANDÈMIA

Recull de les preguntes més freqüents

Dilluns 25 de maig del 2020

1. És recomanable que els infants siguin els acompanyants a les visites mèdiques?

La recomanació general seria que, sempre que es pugui evitar, els pacients busquin una alternativa possible per evitar que l'infant els acompanyi la consulta, tot i que no hi ha regulació normativa específica en aquest sentit.

2. Com s'hauria de gestionar el consentiment informat en les visites telefòniques en l'època actual?

En les visites telefòniques no seria necessari disposar de consentiment escrit específic si, prèviament a la visita, el personal administratiu gestiona la programació de la mateixa. És necessari anotar a la història clínica les preguntes específiques que hem realitzat: si presentava o no simptomatologia, si havia tingut contactes de risc, etc. Així mateix, en cas que es registri la temperatura a l'arribada al centre, aquesta dada també s'hauria d'anotar a la mateixa història clínica del pacient.

3. Em cuido per cuidar. Quines recomanacions bàsiques hem de tenir en compte per millorar la nostra cura personal en la situació actual?

Segons va explicar el Sr. Toni Calvo durant la sessió, ho podem fer...

- Creant inèrcies relacionals positives: *Si tracto bé als altres, tinc més possibilitats de ser ben tractat.*
- Prenent la decisió d'estar bé i, per tant, fent per tal que els altres ho estiguin.
- Sent capaç de fer compatibles la socialització (compartir) del que ens passa amb moments d'introspecció.
- Creant espais de descompressió emocional: *"sortir per a tornar a entrar"*.
- Intentant aprendre a funcionar amb lògica de present més que lògica de futur.
- Evitant la híper responsabilització i la culpa: *"Qui fa el que pot, no està obligat a més"*.
- Evitant el diàleg "tòxic" amb un mateix i amb els altres, ja que es retroalimenta.
- Incorporant aquests elements també en la gestió de la pròpia vida personal.

4. La situació viscuda aquests darrers mesos ha suposat un desgast físic i emocional pel personal de primera línia. D'altra banda, la reobertura dels centres privats condiciona un augment de les exigències a nivell personal i professional, quines recomanacions ens podríeu donar?

La situació actual i el desgast acumulat fan necessari valorar una reobertura progressiva. Prioritzar la cura personal per sobre de la impaciència per començar a veure pacients. Organitzar la tornada de forma gradual per adaptar-nos progressivament als canvis implementats, a com reaccionem a la nova situació, com reaccionen els nostres pacients, etc. D'aquesta manera, aconseguirem una millor adaptació a la situació de tornada.

Hi ha indicadors d'alerta que ens permetran ser conscients que necessitem demanar ajuda: alteracions del son, alteracions en les relacions interpersonals, si ens sentim més irritables, si

observem que les reaccions amb els altres estan fora de lloc, etc. Quan ens trobem en aquesta situació, hem de valorar reorientar el nostre ritme o bé valorar demanar ajuda.

La Fundació Galatea posa a la vostra disposició el servei de tele suport psicològic. Si ho necessiteu, podeu trucar als següents telèfons i us podran orientar: 93 567 88 56 o 900 670 777 (gratuït).

5. Quins són els conceptes clau que cal tenir en compte per a la reorganització de la recepció d'un centre mèdic?

Els aspectes clau són adaptar les portes d'accés, tan principals com secundàries, perquè siguin d'obertura automàtica, via sensor de moviment, doncs cal evitar el contacte físic dels usuaris amb panys.

I també cal tenir en compte que aquestes portes han de tenir el certificat necessari conforme en cas d'incendi les portes quedaran obertes per a evacuar amb el temps necessari tot l'edifici.

Un altre aspecte és respectar els 2 metres de separació per a usuaris en tots els espais, i per això caldrà marcar amb senyalètica, en forma de vinils antilliscants al terra o cartells per les files d'espera.

Als espais d'espera cal inutilitzar o retirar les cadires que no permetin complir amb aquesta distància mínima, via senyalètica o afegint elements físics que les deixin en desús (plantes, etc.).

D'altra banda, també cal protegir amb una o varies mampares el taulell de recepció per evitar contagis del personal d'atenció al públic.

Finalment, cal revisar l'aportació d'aire net exterior, posar mesuradors de temperatura i dispensadors de solucions hidroalcohòliques, a poder ser *contactless*.

6. En relació les sales de reunions, quines recomanacions ens podries donar per minimitzar-ne els riscos?

Cal mesurar l'espai per complir amb els 2 metres de distància entre persones i retirar les cadires que no ho permetin.

Així mateix, cal revisar també el material del mobiliari, evitant els acabats porosos, per tal que sigui de fàcil neteja i establir un bon protocol de neteja després de la utilització de la sala. Cal no oblidar ventilar i aportar aire net exterior cada vegada que es faci servir.

7. Es poden encendre els aires condicionats?

Sí, però s'ha de tenir precaució ja que pot ser un mitjà de transport per la COVID-19. En aquest sentit, recomanem:

1. Eliminar el moviment oscil·lant de l'aire (o nomenat "mode swift").
2. Direccionar l'aire a zones on no hi hagi possibilitat de contacte (sostres, parets...).
3. Netejar les reixes d'entrada i sortida cada dia.
4. Netejar filtres almenys cada setmana. Canviar-los cada 2 mesos. Aquest procés s'ha d'incloure en els documents de protocols de manteniment i portar el corresponent registre d'accions.
5. Si és possible i la màquina ho permet, augmentar el nivell de filtració (filtres més estrictes).
6. Augmentar la ventilació.
7. Ventilar 2 hores abans i 1 hora després de l'obertura i el tancament.

8. Es poden encendre els aires condicionats en clíniques dentals si l'aire és centralitzat?

La resposta és SÍ, però sempre que sigui possible es recomana parar el seu funcionament i optar per obrir les portes i les finestres per fer una "ventilació natural".

En cas de que la climatologia ens obligui a obrir l'aire condicionat, es recomana:

- Contactar amb el servei de manteniment o una empresa instal·ladora per comprovar si hi ha aportació d'aire i si hi ha recuperador de calor i de quina tipologia és. En cas de ser entàlpic, es recomana anular/apagar el recuperador.
- En el cas de boxes, es recomana intercalar l'activitat amb dos boxes o més. Així, un box sempre pot estar tancat i podrem aplicar les mesures de neteja entre un pacient i el següent.
- En cas de no ser viable, cal fer la neteja de l'espai entre pacients i augmentar l'aportació d'aire net sense provocar corrents indesitjades.

A nivell general també s'aconsella:

- Eliminar el moviment oscil·lant de l'aire (o nomenat "mode swift").
- Direccionar l'aire a zones on no hi hagi possibilitat de contacte (sostres, parets...).
- Netejar les reixes d'entrada i sortida cada dia.
- Netejar filtres almenys cada setmana. Canviar-los cada 2 mesos. Aquest procés s'ha d'incloure en els documents de protocols de manteniment i portar el corresponent registre d'accions.
- Si és possible i la màquina ho permet, augmentar el nivell de filtració (filtres més estrictes).
- Augmentar la ventilació.
- Ventil·lar 2 hores abans i 1 hora després de l'obertura i el tancament.

9. Si el sistema de refrigeració és centralitzat (desconec les característiques específiques dels aparells del centre) i, tot i les recomanacions de no activar-lo, es fa... Quines mesures a nivell particular caldria adoptar?

A nivell particular/personal:

- Evitar posar-te a sota una reixa d'impulsió o de retorn d'aire si no és possible disminuir la velocitat d'impulsió.
- Mantenir net i desinfectat l'espai del teu entorn, pantalles, teclat, cadira, taula, etc.
- Netejar-te les mans sovint.
- Netejar les reixes d'entrada i sortida cada dia.
- Mantenir el protocol de distàncies sempre que sigui possible.
- Portar la mascareta corresponent al nivell de risc que tinguis.
- Netejar les zones on hi hagi hagut contacte de pacients després i abans de cada canvi.
- L'espai de treball estigui ventilat.

A nivell de sistema de climatització:

- Contactar amb el servei de manteniment o una empresa instal·ladora per comprovar si hi ha aportació d'aire i si hi ha recuperador de calor i de quina tipologia és.
- En cas de ser entàlpic, es recomana anular/apagar el recuperador.
- En el cas de boxes, es recomana intercalar l'activitat amb dos boxes o més, així un box sempre pot estar tancat aplicant les mesures de neteja entre un pacient i el següent .
- En cas de no ser viable, fer la neteja de l'espai entre pacients i augmentar l'aportació d'aire net sense provocar corrents indesitjades.

A nivell general:

- Eliminar el moviment oscil·lant de l'aire (o nomenat "mode Swift").
- Direccionar l'aire a zones on no hi hagi possibilitat de contacte (sostres, parets...).
- Netejar filtres almenys cada setmana i canviar-los cada 2 mesos. Aquest procés s'ha d'incloure en els documents de protocols de manteniment i portar el corresponent registre d'accions.
- Si és possible i la màquina ho permet, augmentar el nivell de filtració (filtres més estrictes).
- Augmentar la ventilació.
- Ventil·lar 2 hores abans i 1 hora després de l'obertura i el tancament.

10. Si no hi ha finestres, ventilem amb l'aire condicionat?

Depèn del sistema de climatització que es tingui. Si és un sistema d'"splits" o "fan-coils" aquests no ventilen. Si és un sistema de producció d'aire (calent o fred) centralitzat (individual o comunitari de l'edifici) aquests poden ventilar, sempre i quan tinguin l'aportació d'aire exterior marcat per la normativa.

Per tant, per ser més precisos, s'hauria de verificar quina instal·lació hi ha i com està climatitzada la sala. Es recomana parlar-ho amb l'empresa de manteniment i establir un protocol de manteniment pel COVID adaptat a la instal·lació existent.

11. La majoria de consultes estan situades en baixos: no poden ventilar-se y es realitza operatori 8h/dia.

S'entén que la casuística que es defineix esdevé d'una activitat antiga i, per tant, legalitzada amb normativa anterior al CTE. Tant el CTE com el RITE inclouen paràmetres d'obligat compliment en tema d'aportació d'aire per cada sala (ventilacions forçades).

En aquests casos es recomana:

- Ús no constant de l'espai o deixar l'espai buit durant franges horàries.
- Netejar entre els diferents pacients.
- Netejar les reixes cada dia.
- Ventil·lar 2 hores abans i 1 hora després de l'obertura i el tancament encara que només sigui a través de la porta d'entrada.
- Deixar l'extractor del bany en funcionament.
- Deixar la porta del carrer oberta més temps per ventilar i aportar aire nou.
- Si és possible i la màquina ho permet, augmentar el nivell de filtració (filtres més estrictes).

Per ser més precisos (i com recollim a la pregunta anterior) s'hauria de verificar quina instal·lació hi ha i com està climatitzada la sala. Es recomana parlar-ho amb l'empresa de manteniment i establir un protocol de manteniment pel COVID adaptat a la instal·lació existent.

Es recomana estudiar la possibilitat d'una inversió per tal d'incorporar una instal·lació per d'adequar l'espai amb els requeriments mínims de ventilació forçada que sol·licita la normativa actual.

12. Com desinfectem l'ambient a un box de clínica dental després de fer servir la turbina, pels aerosols que queden a l'ambient?

En primer lloc cal instal·lar sistemes que minimitzin el pas de generació d'aerosols a l'ambient en el lloc on es generen els aerosols (embuts per facilitar la captació d'aerosols, aspirador extraoral, barreres protectores etc.).

Cal utilitzar els equips de protecció individual necessaris: mascareta FFP3, bata impermeable, ulleres de seguretat integrals i protector facial.

Així mateix, cal assegurar una bona ventilació general del la consulta (72m³/ h d'aire net per persona tenint en compte màxima ocupació segons IT 1.1.4.2.2 del RITE). També es pot utilitzar la ventilació natural a través de les finestres

Caldria treure el flux d'aire d'aspiració (unitat d'aspiració) i compressor fora de la consulta d'odontologia i redirigir a l'exterior (si l'equip està dins de la consulta). També es poden afegir filtres.

Assegurant tots aquest aspectes descrits, es pot realitzar la neteja de superfícies de la zona propera al pacient (butaca odontologia, etc.) amb productes de neteja i desinfecció per a productes sanitaris no invasius (tovalloletes, detergents amb escuma). També es pot utilitzar (si les superfícies estan netes) alcohol de 70^a o desinfectants com el lleixiu domèstic o amb una solució d'hipoclorit sòdic que contingui 1.000 ppm de clor actiu (dilució 1:50 d'un lleixiu amb una concentració de 40-50 g/litre preparat recentment).

Els espais comuns i els box de consulta s'han de netejar i desinfectar amb els productes de neteja habitual. Mirant les fitxes tècniques i de seguretat del fabricant, s'ha de revisar a cada producte els efectes bactericides/fundicides i virucides que té, respectant la dilució d'ús i el temps de contacte. La majoria del detergents clorats tenen efectes virucides. Per últim, cal augmentar la freqüència de neteja de les consultes, zones comuns i lavabos.

13. Hi ha estudis que afirmen que l'ozó és tòxic. Què n'opineu?

L'ozó és un gas que té efectes sobre la salut en determinades condicions. Aquests estan descrits a la fitxes internacionals de seguretat química.

International Labour Organization:

http://www.ilo.org/dyn/icsc/showcard.display?p_card_id=68&p_edit=&p_version=2&p_lang=es

L'ozó té un valor límit ambiental (VLA-ED 0,2 ppm) que representa, basant-se en els coneixements actuals, que la majoria dels treballadors poden estar exposats 8 hores diàries i 40 hores setmanals durant tota la seva jornada laboral, sense patir efectes adversos per a la salut.

Els efectes que es descriuen per sobre aquest valor límit són:

EFFECTES D'EXPOSICIÓ DE CURTA DURADA:

La substància irrita els ulls i el tractorespiratori. La inhalació del gas pot originar edema pulmonar i reaccions asmàtiques

La substància pot causar efectes en el sistema nerviós central, donant lloc a mal de cap i disminució de la consciència.

EFFECTES D'EXPOSICIÓ PROLONGADA O REPETIDA

Els pulmons poden resultar afectats per l'exposició prolongada o repetida al gas.

14. Què opineu dels equips de nebulització de peròxid d'hidrogen i altres productes?

En cap cas substitueix la neteja de superfícies habitual. Es pot utilitzar com un complement però cal valorar l'espai perquè les mesures de precaució no es poden aplicar a totes les zones. Cal valorar el risc-benefici.

Entre d'altres requeriments i mesures de precaució, requereixen ser aplicats en absència de persones i tenen establerts uns terminis de seguretat que cal respectar abans de la reentrada a la zones desinfectades. Per tant, és important que, prèviament a la desinfecció, la persona o entitat responsable de la desinfecció valori la possibilitat d'adoptar les mesures de precaució i seguretat necessàries per a cada producte per evitar possibles efectes nocius per a la salut de les persones que després ocupin el local o la zona tractada.

L'aplicació d'aquests productes l'han de fer empreses i entitats que realitzen serveis a tercers de tractaments de desinfecció de l'aire, superfícies, materials, equips i mobles (tractaments d'àmbit ambiental) o de desinfecció de materials, equips, superfícies i utensilis relacionats amb la manipulació, emmagatzematge i consum d'aliments i alimentaria (tractaments d'àmbit alimentari) han d'estar inscrites al Registre Oficial d'establiments i serveis biocides (ROESB o ROESP).

15. Què puc fer si no dispo de material d'autoprotecció necessari per a la reobertura del meu centre?

Des del COMB estem intentant que els centres de medicina privada disposin del material necessari per poder realitzar una reobertura segura minimitzant els riscos per als seus professionals. Per aquest motiu, s'ha creat la campanya de donacions davant la crisi sanitària causada per la COVID-19.

Si el teu centre necessita material com equipaments de protecció individuals, pulsioxímetres, termòmetre d'infrarojos... o tablets i mòbils per a què els pacients puguin connectar amb els seus familiars, posa't en contacte amb nosaltres i explica'ns la teva necessitat.

Telèfon **935 678 700** o donaciocovid19@comb.cat

16. Quina mascareta ens hauríem de posar en situacions on no podem mantenir la distància de seguretat?

En situacions on no podem mantenir la distància de seguretat, com serien el transport públic i/o espais tancats, els estudis informen que seria suficient l'ús de mascareta quirúrgica per part de **tots** els usuaris.

En tots els casos, hem de recordar la importància del rentat de mans i la distància de seguretat com a mesures universals a aplicar sempre que sigui possible.

17. Quines indicacions hauríem de seguir en cas de patologia respiratòria crònica no COVID?

És important valorar quin tipus de mascareta podrà portar una persona amb una patologia respiratòria o altres patologies que dificulten l'ús de la mascareta. Aquesta valoració l'hem de fer en funció del risc específic del seu lloc de treball. D'acord amb la informació que disposem, haurem de buscar l'opció que millor s'adapti a la seva situació.

Potser no tolerarà una mascareta FFP2 o FFP3 però potser sí tolerarà millor una mascareta quirúrgica acompanyada de pantalla de protecció, sempre que no hi hagi aerosolització.

Cal recordar les altres mesures com són la distància, ventilació, control d'aforament i rentat de mans.

18. En cas de consultes de baix risc, sense producció d'aerosolització i amb una distància de seguretat adient, quina recomanació podeu donar en relació a la protecció dels treballadors?

En procediments sense risc i amb distància de seguretat suficient, utilitzarem mascareta quirúrgica i no oblidarem la higiene de mans abans i després de la visita.

Si tots dos (pacient-treballador o entre usuaris) porten la mascareta corresponent, minimitzem el risc de contagi, amb un recordatori important de la distància de seguretat i el rentat de mans freqüent.

19. En situacions professionals on existeix risc d'aerosolització (per exemple, en una consulta d'odontologia), quines recomanacions faríeu en relació als equips de protecció individual?

Hem de recordar les bases de l'ús dels EPIs en el nostre lloc de treball i la importància d'haver tingut en compte prèviament totes les mesures organitzatives i estructurals necessàries.

En cas de risc d'aerosolització, és necessària la higiene de mans abans i després de cada procediment: ús de mascareta FFP2 o FFP3, més una mascareta quirúrgica sempre que portin vàlvula, així com també la pantalla de protecció facial, la bata impermeable, el barret quirúrgic i els guants d'un sol ús.

A més de l'EPI, val la pena valorar l'ús dels aspiradors de secrecions i aspiradors de fums. Possiblement caldrà revisar els diferents procediments i concretar el llinar de protecció en cadascun d'ells. Això també pot permetre agrupar els pacients per procediments de risc i facilitar la feina.

Hem de tenir clar que sobre-equipar-se no significa protegir-se i facilita els errors.

20. Quantes vegades i com es poden esterilitzar les bates quirúrgiques?

En relació a l'esterilització de les bates quirúrgiques, és necessari consultar amb la informació facilitada pels fabricants. Ells ens diran quina traçabilitat té el material, quin número de vegades es poden rentar i esterilitzar, etc.

Si només s'han de rentar, caldrà buscar un sistema de neteja adequat a aquests recomanacions.

21. Els test són obligatoris per la reincorporació laboral?¹

En el moment actual, i d'acord amb la informació que tenim fins ara, no. No és obligatori la realització del test als treballadors en termes generals excepte si aquests han presentat símptomes o han estat en contacte amb persones de risc. Hem de recordar que **els test NO poden substituir les recomanacions preventives.**

¹ Consell de Relacions Laborals de Catalunya: recomanacions davant el retorn esglaonat a l'entorn laboral i l'ús dels test microbiològics.

<https://salutweb.gencat.cat/ca/detalls/Noticies/Nous-tramits-per-a-la-realitzacio-de-tests-de-coronavirus-mitjancant-laboratoris-clinics-i-centres-o-serveis-privats>

22. Quan està indicada la PCR als treballadors abans de la reincorporació laboral?1

Si el treballador ha presentat símptomes, sí seria necessària la realització de la PCR després del temps d'aïllament i abans de la reincorporació laboral. És necessari que consulteu amb el vostre Servei de Prevenció de Riscos Laborals per poder resoldre els dubtes i seguir els procediments necessaris.

23. En relació al registre dels símptomes del pacient, inclouria demanar PCR?

En termes generals, la sol·licitud de la PCR dels pacients asimptomàtics es limita als casos que s'han de realitzar procediments amb aerolització o bé que requereixen que el pacient no porti mascareta.

PROGRAMA

- Presentació i moderació.
Dra. Helena Basart. Metgessa del Treball. Tècnica en PRL. CEO Salut i Empresa.
Contacte: hbasart@salutempresa.cat / Tel. 647 95 84 70
- Reobertura centres.
Sr. Ignasi Pidevall. Advocat de l'Assessoria Jurídica del CoMB.
- Gestió emocional de la tornada.
Sr. Toni Calvo. Psicòleg. Director Fundació Galatea.
- Integració de la PRL.
Sra. Sònia Barroso. Tècnic en PRL. Cap del Servei de PRL de l'Hospital Clínic.
- Com podem reorganitzar els espais per evitar contagis?
Sra. Olga Guday. Arquitecta. Directora de Guday Terreros Arquitectura.
- Què posar-nos per treballar?
Dr. Rafael Padrós. Metge del Treball. Cap del Servei de PRL de l'Hospital Sant Pau.
- Aire condicionat i ventilació. Què hem de fer?
Sra. Helena García. Arquitecta tècnica, acreditada en certificació WELL. Green Building Management (www.gbm.cat). Contacte: info@gbm.cat / Tel. 872 09 11 56
- Neteja i desinfecció.
Sra. Eva Martínez. Química. Tècnic de PRL en Associació Mancomunitat Sanitària de Prevenció (www.amsp.cat). Contacte: mssp@consorci.org / Tel. 93 259 43 75