

PROCOLO PARA LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN CONSULTORIO

Recomendaciones para la atención psicológica presencial en consultorios⁽¹⁾⁽²⁾ ⁽³⁾⁽⁴⁾ ⁽⁵⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾

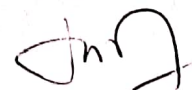
Están fundadas en las normas nacionales y provinciales y buscan prevenir la transmisión de todas las infecciones respiratorias, incluyendo las infecciones producidas por coronavirus como el COVID-19. Estas infecciones se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar; y pueden contaminar superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro.

Pautas generales para la atención presencial en consultorio:

1. Turnos preprogramados por vía telefónica y/o correo electrónico, para la atención presencial, previendo tiempo entre turnos para evitar el aglomeramiento de personas.
2. Proseguir con la modalidad de teleasistencia, en tanto y en cuanto se acuerde el consentimiento del paciente.
3. Indagar previamente a la atención, el estado de salud del paciente sobre la presencia de síntomas respiratorios u otros síntomas compatibles con COVID-19. (*) Presentación DDJJ Ver Anexo 2
4. Mantener un registro de todas las personas que concurren al consultorio.
5. El/la profesional deberá emitir la prescripción de la próxima consulta, especificando día, hora y domicilio del consultorio, con firma y sello del profesional (para la primera constancia, se sugiere enviarla al paciente por email u otro medio digital).
6. Las personas en contacto con el/la profesional será el estrictamente necesario, teniendo en cuenta situaciones particulares (atención de niño/as, adulto/as mayores y/o personas con discapacidad).
7. Lo/as profesionales que deban circular por la vía pública en el marco de su labor profesional deberán adjuntar al permiso de circulación autogestionable, la credencial y/o constancia de su Matrícula Provincial, que los acredita como profesionales de la salud.
8. Implementación de las medidas de bioseguridad establecidas para la protección de los profesionales de la salud y de la población en su conjunto, evitando la propagación del Coronavirus:
 - Distanciamiento social: es fundamental. Se considera por lo menos una distancia de 1,5 metros entre personas para lograr disminuir la transmisibilidad del virus.
 - Mantener la higiene de las manos: limpiándolas regularmente con agua y jabón o con alcohol en gel, en particular luego de tocar superficies que pudiesen estar contaminadas con el virus.
 - Barbijo social: por Decreto Provincial N°255/20, es de uso obligatorio para la circulación y permanencia en espacios fuera del domicilio particular, tanto para el profesional y como para el paciente. (*)
9. Higiene de ropa, calzado y accesorios utilizados en la jornada laboral al regreso al hogar.

1. Recomendaciones visuales

En todo momento es recomendable poner a disposición del público información sobre la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.



Las recomendaciones visuales suelen ser de utilidad como recordatorios en todos los puntos de acceso a las instalaciones. Se sugiere su ubicación en lugares fácilmente visibles para pacientes.

Afiche de espacio público



2. Adecuada higiene de manos

Una adecuada higiene de manos puede realizarse a través de dos acciones sencillas que requieren de un correcto conocimiento de ambas técnicas:

Lavado de manos con agua y jabón

Higiene de manos con soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel)

Es importante higienizarse las manos frecuentemente sobre todo:

Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, manipular dinero, llaves, etc.

Después de ir al baño.

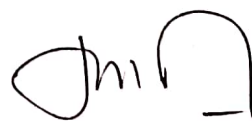
2.1 Lavado de manos con agua y jabón

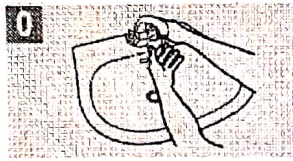
El lavado de manos requiere asegurar insumos básicos como jabón líquido o espuma en un dispensador, y toallas descartables.

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón:

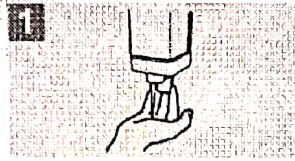
Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.

El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración:

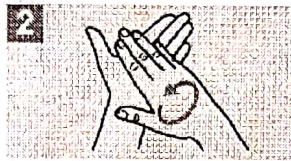




Mójese las manos con agua;



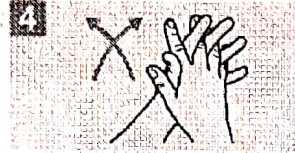
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



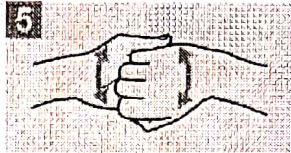
Frótese las palmas de las manos entre sí;



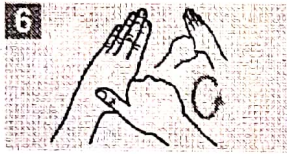
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



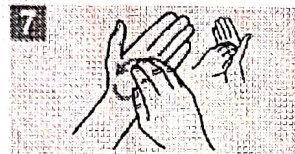
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



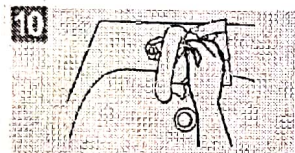
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



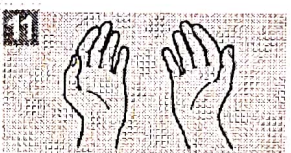
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

2.2 Higiene de manos con soluciones a base de alcohol

El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos.

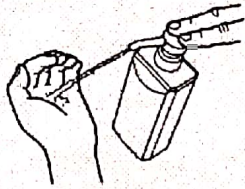
Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado.

Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol en gel.

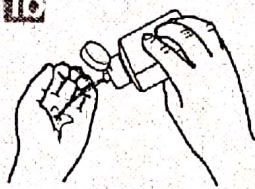
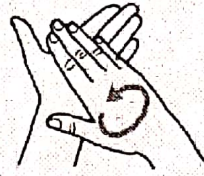
Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30 segundos.

La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.

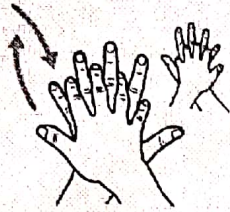
Handwritten signature or mark.

1a

Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

1b**2**

Frótese las palmas de las manos entre sí;

3

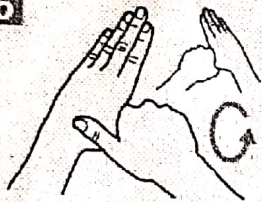
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4

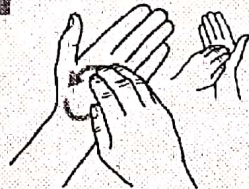
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8

Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

3. Adecuada higiene respiratoria

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar. Esto es importante, sobre todo, cuando las personas presentan signos y síntomas de una infección respiratoria como resfríos o gripe.

Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.

Desecharlos pañuelos utilizados en un cesto de residuos.

Limpier las manos después de toser o estornudar.

Los consultorios deben garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de espera:

Cestos para el desecho de los pañuelos usados que no requieran de manipulación para su uso: boca ancha, sin una tapa que obligue al contacto.

Sistemas dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos.

El lavado de manos es una opción igual de efectiva, pero debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.

También se sugiere la colocación de material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.

4. Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc.)

Retirar materiales plausibles de contaminación (juguetes, libros, eliminar mobiliario innecesario)

Higiene de elementos de trabajo: (antes y después de la atención de cada paciente) higienizar espacios de circulación, puertas y manijas, superficies planas, celulares, teclados, pantallas.

La desinfección debe realizarse diariamente y esta frecuencia, depende del tránsito y de la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.

Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente. Esta limpieza tiene por finalidad realizar la remoción mecánica de la suciedad presente.

Para la desinfección de superficies se utilizarán soluciones a base de alcohol que son el estándar internacional recomendado por alta eficiencia demostrada. Se puede preparar en estado líquido en dilución al 70% (7 partes de alcohol etílico 96° en 3 partes de agua) para aplicar mediante un vaporizador.

4.1 - Limpieza húmeda

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc). Un procedimiento sencillo es la técnica de doble balde y doble trapo:

Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.

Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.

Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.

Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con solución de agua con detergente.

4.2 - Desinfección de las superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.

Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza. Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos

El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro): Colocar 10ml (2 cucharadas) de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua a temperatura ambiente. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 g/l, se debe colocar el doble volumen de lavandina para lograr una correcta desinfección.

Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.

Dejar secar la superficie. •

El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

4.3 - Ventilación de ambientes

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.

En otras circunstancias y lugares se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

5. Trazar un plan: el valor de estar mejor preparados

A fin de colaborar desde cada consultorio con las acciones preventivas dispuestas por el Estado Nacional, es importante poder definir en cada ámbito una propuesta que contemple las siguientes acciones:

Identificar a las personas que puedan estar en riesgo y brindarles apoyo, sin fomentar la estigmatización ni la discriminación. Principalmente personas que padezcan afecciones como diabetes, cardiopatías o enfermedades pulmonares) o sean de edad avanzada, factores que las pueden hacer más vulnerables a cuadros graves de la enfermedad.

Informar a los profesionales y pacientes acerca del plan y la importancia de no acudir al trabajo aunque solo presenten síntomas leves.

Prever medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 en una sala o zona donde no tenga contacto con otras personas, hasta comunicarse con las autoridades locales de salud pertinentes.

Contemplar las consecuencias sociales y de salud mental que podría generar un caso de COVID-19 en el lugar de trabajo o en la comunidad, y ofrecer información y apoyo al respecto.

(¹): <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

(²): <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/cuidarnos>

(³): <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos>

(⁴): Teléfono provincia de Buenos Aires: Llamá al 148

(⁵): Ministerio de Salud de la Nación:

- ✓ Salud Responde: 0800-222-1002-
- ✓ Llamá al 120, es **gratuito** desde cualquier lugar del país y te atienden las **24 horas**.
- ✓ Whatsapp: Escribí Hola al número **+54 9 11 2256-0566** y comenzá a chatear.

(⁶): <https://normas.gba.gob.ar/ar-b/decreto/2020/255/211990>

(⁷): <https://normas.gba.gob.ar/ar-b/resolucion/2020/135/211720>

(⁸): <https://www.argentina.gob.ar/aplicaciones/coronavirus>


(⁹): <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=335423>

(¹⁰): <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=335741>

(¹¹): <https://www.gba.gob.ar/sites/default/files/comuni/archivos/Decreto%20Emergencia%20Sanitaria.pdf>

ANEXO II


Farm. ALICIA VIVIANA BERNIBEL
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredón
Decreto nº 2267/19



DECLARACIÓN JURADA PACIENTE ATENCIÓN AMBULATORIA

PACIENTE (Nombre y Apellido)

DNI:

1. ¿Posee ACTUALMENTE algunos de los siguientes SINTOMAS?

- a. Fiebre Sí No
- b. Tos Sí No
- c. Secreción nasal Sí No
- d. Expectoración Sí No
- e. Disnea (falta de aire) Sí No
- f. Dolores musculares Sí No
- g. Diarrea Sí No
- h. Anosmia / Disgeusia (falta de olfato y gusto) Sí No

2. ¿Tiene o ha tenido fiebre en los últimos 14 días? Sí No

3. ¿Tiene o ha tenido tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria en los últimos 14 días? Sí No

4. ¿Estuvo fuera de la ciudad en los últimos 14 días? Sí No *¿Dónde?

5. ¿Ha estado en aislamiento preventivo domiciliario (cuarentena) por sospecha de Covid-19? Sí No

Si respondió afirmativamente a la pregunta anterior:

a. ¿Cuál fue el motivo de la cuarentena?

Ha vuelto de un viaje al exterior Sí No

Tuvo contacto con algún viajero o persona contagiada Sí No

b. ¿Cuántos días declara que estuvo en cuarentena? _____ *Fecha de inicio: _____

Fecha de finalización: _____

c. ¿Tuvo contacto con alguna persona estando en cuarentena? Sí... No... *¿Con quién?
*¿Por qué motivo?

Es muy importante que si Ud. responde afirmativamente a alguno/s de los ítems aquí plasmados se comunique con el profesional antes de asistir a la consulta.

FIRMA ACLARACIÓN FECHA _____/_____/_____.

