

Recomendacións do COPG para o exercicio da Psicoloxía durante a emerxencia sanitaria do coronavirus

(ACTUALIZADO 3/5/2020, coa publicación da Orde SND/288/2020, do 3 de maio, do Ministerio de Sanidade, que regula a denominada “Fase 0 da desescalada”)

Premisa: nesta fase inicial procurarase a reactivación daquelas actividades e servizos profesionais que requiren a apertura ao público de establecementos ou locais. Esta orde non especifica claramente a prestación de servizos de psicoloxía en calquera dos seus eidos, pois non estiveron excluídos no decreto de alarma.

O obxectivo polo tanto é dobre: garantir a prestación dos servizos aos nosos usuarios, así como compatibilizar esta reapertura coas medidas hixiénicas adecuadas para a protección da saúde e a seguridade dos/as profesionais, cidadanía e persoas traballadores, para evitar un repunte da enfermidade.

- Prioriza a **atención non presencial** a través doutras canles (teléfono, correo electrónico, telepsicoloxía...). Lembra que tes á túa disposición a [Guía Práctica de Telepsicoloxía](#) que elaborou o Consejo General de la Psicología e que podes acceder ao [servizo de terapia online InPsique](#) que ten un acordo co COPG namentres dure o estado de alarma.
- Para a **atención presencial**, debes seguir as **pautas dadas polas autoridades sanitarias** aprobadas desde a declaración do estado de alarma.
- **Medidas en caso de apertura:**
 - a. Establece un sistema de **cita previa**.
 - b. Evita as **actividades grupais**. Na fase 0 non se pode atender tampouco a unidades conviventes.
 - c. Intenta que as persoas usuarias **coñezan de antemán as normas** de seguridade e de hixiene establecidas, e coloca un **letreiro** coas mesmas na entrada.
 - d. De atender a **persoas maiores de 65 anos**, debes destinar unhas horas do día exclusivas para a súa atención, que deberá coincidir coas horas nas que está permitida a súa saída para paseos (de 10.00 a 11.00 horas da mañá e de 19.00 a 20.00 horas da tarde).
 - e. Só poderá estar unha **persoa usuaria dentro do teu local por cada profesional/traballador/a**. No caso de persoas menores de idade ou dependentes, sí que podes utilizar as salas de espera das que dispoñas, evitando que coincidan varias persoas. Recorda: **só un acompañante por persoa usuaria**.
 - f. Deixa transcorrer **15 minutos** entre atención e atención para ventilar e proceder á limpeza.
 - g. Traballa a **porta pechada**: é dicir, só ti ou os teus compañeiros/as podedes abrir e pechar a porta, para evitar que entren máis persoas das recomendadas.
 - h. Só podes atender a un usuario/a á vez. **Non podes simultanear**.
 - i. **Provedores ou terceiras persoas** non compañeiros de traballo nin usuarias: tamén deben cumprir as normas establecidas e acudir fóra do horario de atención.

Recomendacións do COPG para o exercicio da Psicoloxía durante a emerxencia sanitaria do coronavirus

(ACTUALIZADO 3/5/2020, coa publicación da Orde SND/288/2020, do 3 de maio, do Ministerio de Sanidade, que regula a denominada “Fase 0 da desescalada”)

- **Medidas de seguridade comúns:**
 - a. Mantede ti, os teus compañeiros/as e ou persoas usuarias unha distancia de **dous metros**.
 - b. Se non podes garantir a distancia de 2 metros faise obrigatorio empregar **Equipos de Protección Individual (EPIs)** adecuados ao nivel de risco. Faino con seguridade, como se indica nestes videos da Xunta de Galicia: :
<https://femora.sergas.gal/Seguridade/MATERIAL>
 - c. Se proporcionas algún tipo de EPI aos teus usuarios/as, **explícalles** como se deben poñer (mascarillas, fundamentalmente).
 - d. Evita o **contacto físico** (nin bicos, nin apretóns de mans, apertas...)
 - e. **Lava as túas mans** con auga e xabón/desinfectante antes e despois de cada consulta.
 - f. Advirte as persoas usuarias de que se están en **cuarentena por contaxio**, ou mantivo contacto con algunha persoa que se atope illada non pode acudir ao teu centro.
 - g. Intenta, na medida do posible, que as **persoas usuarias** do servizo **non manipulen** o que lle poidas facilitar ti (ábrelles ti a porta, ofrecélles panos dun só uso, evita que fagan uso dos aseos salvo extrema necesidade e que te avisen para proceder á limpeza...).
- **Recursos materiais:**
 - a. **Retira elementos de uso común** (non necesarios para a intervención) ou de difícil limpeza (revistas, alfombras, toallas, vasos de cristal, desactiva as máquinas de autoservizo, anula secadores de man con aire).
 - b. Intenta ter una **papeleira con pedal** en cada sala de atención, para que cada un dos profesionais e usuarios/as podan “tirar” o que utilizou durante a sesión (panos de papel, por exemplo).
 - c. Non compartas cos teus usuarios/as nin compañeiros/as **material do que non poidas garantir a súa desinfección** (por exemplo, bolígrafos, lapis, móbiles, tabletas dixitais...). Podes ter unha caixa de plástico na que ir metendo todo o manipulado, e así saber que tes que desinfectar).
 - d. Non é recomendable que se consuma **comida** nin chicles ou similares nas sesións. En caso de que se consuma **auga**, que sexa en vasos ou botellas plásticas que cada quen botará na papeleira do lixo.

Recomendacións do COPG para o exercicio da Psicoloxía durante a emerxencia sanitaria do coronavirus

(ACTUALIZADO 3/5/2020, coa publicación da Orde SND/288/2020, do 3 de maio, do Ministerio de Sanidade, que regula a denominada "Fase 0 da desescalada")

- **Medidas de hixiene do local/utensilios/material:**
 - a. **Entre sesión e sesión** ventila a sala de atención e as demais utilizadas, de ser o caso.
 - b. Procede á **limpeza exhaustiva** daqueles obxectos que foron ou puideron ser tocados/manipulados: mesa, cadeiras, pomos das portas, material utilizado durante a terapia, aseos, sen esquecer os grifos...
 - c. De estar **varios/as profesionais** traballando no mesmo local, cada un debe facerse responsable da **súa zona**, e así mesmo das **zonas comúns** das persoas usuarias que atendeu (por exemplo, aseos). Esta norma debes facela extensible a zonas comúns ou se cambiades de **quenda**: antes de deixar a sala de atención para que atenda outro/a compañeiro/a debes proceder tamén á ventilación e a desinfección, pero esta vez tamén de todo o que manipulastes vós (teléfonos, ratos, teclado, pomos, botóns de prender/apagar a luz...).
 - d. Limpa e **baleira as papeleiras** con pedal o máis a miúdo posible.
 - e. Sobre os **produtos de desinfección** recomendados, a parte da lixivia rebaixada en auga o Ministerio publicou unha [listaxe que podes consultar](#).
 - f. Independentemente de que algún material non se usase, ao finalizar a xornada, procede á **limpeza e desinfección** de todo.

- **Medidas de hixiene dos profesionais da psicoloxía:**
 - a. Evita levar xoias (aneis, cadeas...).
 - b. Intenta ter o pelo recollido.
 - c. Intenta ter as uñas das mans curtas.
 - d. Lavado e desinfección diaria da roupa de traballo: a recomendación que fai o Ministerio de Sanidade é na lavadora en ciclo de mínimo 60 grados.

- **Espazos de traballo:**
 - a. A disposición dos postos de traballo, a organización das quendas e o resto de condicións deberanse modificar para garantir o cumprimento da medida de seguridade de distancia de 2 metros. Isto aplícase tamén para salas comúns de descanso para os/as profesionais.

Esta información irase ampliando a medida que vaian publicando instrucións as autoridades competentes.

Amplía esta información co documento do Goberno actualizado ao día 30 de abril, "[Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2](#)".