

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

(ACTUALIZADO a 27/08/2020, ao abeiro da normativa sanitaria vixente)

- Para a atención presencial, debes seguir as pautas dadas polas autoridades sanitarias aprobadas desde a declaración do estado de alarma.
- Medidas de seguridade nas consultas:
 - Intenta que as persoas usuarias coñezan de antemán as normas de seguridade e de hixiene establecidas, e coloca un letreiro coas mesmas na entrada.
 - Uso obrigatorio de máscara cirúrxica en todo momento, salvo menores de seis anos.
 - O aforo: debes conseguir sempre que se manteña a distancia de seguridade tanto dos e das profesionais que traballades nas consultas para cos/coas doentes, coma entre eles/as. A norma é 1,5 metros. Podes inhabilitar cadeiras na sala de espera.
 - Pregade máxima puntualidade aos vosos/as usuarios/as. Os e as usuarias deben permanecer no voso centro o tempo indispensable para recibir a vosa atención. Xa podedes habilitar a sala de espera, intentando que se respecte a distancia interpersonal de polo menos 1,5 metros entre persoas quen non conviven. Podes retirar cadeiras o inhabilitar algunhas.
 - De atender a persoas maiores de 65 anos, debes destinar unhas horas do día exclusivas para a súa atención.
 - Se facedes actividades grupais o máximo será 25 persoas, sempre que o aforo do espazo non supere o 75% que tiña antes da declaración de emerxencia sanitaria.
 - Sabedes que hai distintos EPIs, usade sempre os adecuados. (por exemplo, se estamos ante unha persoa vulnerable debemos extremar as medidas de seguridade para a protección do/a doente).

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

(ACTUALIZADO a 27/08/2020, ao abeiro da normativa sanitaria vixente)

- **Uso de aseos:** o aseo terá unha ocupación máxima de unha persoa para espazos de ate catro metros cadrados, salvo persoas que necesiten asistencia, que poden acudir xunto o seu acompañante. Para aseos de máis de 4 metros cadrados que contén con máis dunha cabina ou urinario, a ocupación máxima será do 50% do número de cabinas e urinarios que teña a estancia, sempre que se garanta a distancia mínima interpersoal. Reforzarase a limpeza e desinfección dos aseos garantindo sempre o estado de salubridade e hixiene dos mesmos.
- **Medio de pago:** promoverase o pago con tarxeta ou outros medios que non supoñan contacto físico entre dispositivos, así como a limpeza e desinfección dos equipos precisos para iso.
- **Medidas de seguridade comúns:**
 - Mantén unha distancia de polo menos 1.5 metros.
 - Se proporcionas algún tipo de EPI aos teus usuarios/as, explícalles como se deben poñer.
 - Debes proporcionar aos teus traballadores/as os EPIs adecuados ao nivel de risco e, en todo caso, para todas as persoas que acudan ao teu centro, debes colocar dispensadores de xel con base alcohólica ou desinfectantes con acción virucida, debidamente autorizados e rexistrados, en lugares accesibles e visibles e, polo menos, na entrada, e dispoñer de varias papeleiras para desbotar os residuos xerados. Deben de estar en todo momento, tanto os dispensadores como as papeleiras, en condicións óptimas de uso.
 - Evita o contacto físico (nin bicos, nin apretóns de mans, apertas, ...).
 - Lava as túas mans con auga e xabón/desinfectante antes e despois de cada consulta.

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

(ACTUALIZADO a 27/08/2020, ao abeiro da normativa sanitaria vixente)

- Advirte ás persoas usuarias de que se están en cuarentena por contaxio, ou teñen a unha persoa coa que tivo contacto non pode acudir.
- Intenta, na medida do posible, que as persoas usuarias do servizo non manipulen o que lles podes facilitar ti (ábrelles ti a porta, ofrécelles panos dun só uso, intenta que te avisen se utilizaron os aseos para proceder á limpeza...).
- Recursos materiais:
 - Retira elementos de uso común (non necesarios para a intervención) ou de difícil limpeza (revistas, alfombras, toallas, vasos de cristal se ofrecías bebida), desactiva as máquinas de autoservizo (de bebidas, de comida), anula secadores de man con aire, ...
 - Ten sempre na entrada e nas zonas de confluencia a disposición dos/as doentes xeles hidroalcohólicos. Revisa que teñan sempre contido.
 - Intenta ter una papeleira con pedal en cada sala de atención, para que cada un/ha dos profesionais e usuarios/as poidan tirar aí o que utilizou durante a sesión (panos dun só uso, por exemplo).
- Medidas de hixiene do local/utensilios/material:
 - **Ventilación:** intensifica a ventilación do centro e das salas. Mínimo unha vez ao día e durante o tempo necesario para permitir a renovación do aire.
 - 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 billas, ...

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

(ACTUALIZADO a 27/08/2020, ao abeiro da normativa sanitaria vixente)

- De estar varios/as profesionais traballando no mesmo local, cada un/ha debe facerse responsable da súa zona, e así mesmo das zonas comúns dos usuarios/as 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 compañeiro debes proceder tamén á ventilación e á desinfección, pero esta vez tamén de todo o que manexastes vós (teléfonos, ratos, teclado, pomos, botóns de prender/apagar a luz...).
- Limpa e baleira as papeleiras con pedal o mais a miúdo posible.
- Debes sinalizar de forma clara a distancia de seguridade interpersoal entre os teus usuarios/as, con marcas no chan ou mediante o uso de balizas, cartelería ou sinalización. Tamén podes, no suposto de que posúas un centro amplo ou con varias entradas e saídas, establecer itinerarios para a circulación para evitar aglomeracións en determinadas zonas e previr o contacto entre eles.
- **Medidas de hixiene dos/as profesionais da psicoloxía):**
 - Evita levar xoias (aneis, cadeas, ...).
 - Intenta ter o pelo recollido.
 - Intenta ter as uñas das mans curtas.
 - 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.