
RECOMANDĂRI PRIVIND RELUAREA/DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII ÎN CABINETELE DE PRACTICĂ INDEPENDENTĂ DE FIZIOTERAPIE

Luând în considerare:

- Dispozițiile Decretelor Președintelui României Klaus-Werner Iohannis din data de 16 martie și din data de 14 aprilie 2020 privind instituirea stării de urgență pe teritoriul României, precum și prelungirea acesteia cu încă 30 de zile;
- Prevederile ordonanțelor militare din 2020 privind măsurile de prevenire a răspândirii COVID-19, publicate în Monitorul Oficial al României;
- Evoluția pandemiei de Coronavirus, situația epidemiologică din României și faptul că este un context excepțional care nu putea fi previzionat, care vizează interesul public general și constituie o situație extraordinară ce impune măsuri excepționale;

Având în vedere:

- declarațiile publice ale reprezentanților autorităților de stat privind faptul că starea de urgență nu va mai fi prelungită după data de 14 mai 2020, urmând a fi instituită starea de alertă pe teritoriul României, sub rezerva adoptării și publicării actelor normative corespunzătoare în Monitorul Oficial al României,
- necesitatea implementării unor măsuri corespunzătoare de prevenire și limitare a răspândirii infecției cu SARS-CoV-2 adoptate la nivelul formelor independente de exercitare a profesiei în cadrul cărora se desfășoară activități de fizioterapie,
- faptul că, până la acest moment, nu au fost primite răspunsuri concrete la solicitările CFZRO de la autoritățile de stat (Ministerul Sănătății, Direcțiile de Sănătate Publică Județene și a Mun. București, Ministerul Afacerilor Interne, Departamentul pentru Situații de Urgență etc.), precum și evoluția la nivel național și internațional a infecției cu SARS-CoV-2 și, în mod corespunzător, a indicațiilor și măsurilor adoptate de organismele internaționale, europene, precum și de către alte corpuri profesionale naționale din domeniul sănătății,
- faptul că, în prezent, CFZRO nu are competențe/atribuții cu privire la autorizarea/avizare cabinetelor de practică independentă de fizioterapie și astfel, orice măsuri recomandate de către corpul profesional vor fi strict cu *titlu de recomandare*,

neavând caracter obligatoriu, acestea fiind elaborate strict în scopul de a veni în ajutorul membrilor CFZRO,

- faptul că CFZRO nu deține atribuții de reglementare a dotării minime, a circuitelor funcționale obligatorii, a stabilirii echipamentelor de protecție personală și a altor elemente esențiale necesare pentru funcționarea cabinetelor de practică independentă de fizioterapie, publice sau private, în contextul unei epidemii de virus cu răspândire accelerată,

- faptul că amenințarea pandemiei nu a dispărut complet, prin urmare activitatea nu se va relua în mod obișnuit, ci cu respectarea unor condiții speciale,

CFZRO propune o serie de măsuri de prevenire și limitare a răspândirii infecției cu noul Coronavirus SARS-CoV-2, pentru a veni atât în sprijinul pacienților, cât și al fizioterapeuților. Aceste recomandări sunt elaborate pentru asigurarea activității formelor de exercitare independentă a profesiei de fizioterapeut în condiții de siguranță pentru profesioniști și pentru pacienți, ținând cont de experiențele și cunoștințele acumulate până în prezent, observând informațiile științifice, indicațiile, măsurile și recomandările adoptate până la acest moment de autoritățile competente (INSP - Recomandări de sănătate publică privind măsurile generale de relaxare), inclusiv de organisme profesionale internaționale, europene și din state membre ale Uniunii Europene. De asemenea, până în prezent nu au fost adoptate de către autoritățile de stat dispoziții exprese care să reglementeze desfășurarea activităților de fizioterapie în perioada următoare încetării stării de urgență.

*Notă: Niciuna dintre sugestiile din acest document nu ar trebui interpretate drept un aviz juridic ori un aviz al CFZRO. Reiterăm faptul că măsurile expuse mai jos sunt **recomandări fără titlu obligatoriu**, elaborate strict pentru a veni în sprijinul membrilor CFZRO cu informații, indicații și măsuri adoptate/recomandate de organisme internaționale, europene, precum și de către alte corpuri profesionale naționale din domeniul sănătății.*

Prezentele recomandări nu se aplică în cazul în care experții din specialitățile medicale cu responsabilități exprese în ceea ce privește bolile transmisibile, respectiv epidemiologie, microbiologie medicală, boli infecțioase, igienă, anestezie și terapie intensivă, medicină de urgență, precum și a celor din cadrul Centrului Național de Supraveghere și Control al Bolilor Transmisibile sau a autorităților competente

formulează alte măsuri specifice. Acestea pot fi implementate în funcție de decizia fiecăreia dintre formele de exercitare independentă a profesiei de fizioterapeut.

Ca urmare a declarațiilor publice ale reprezentanților autorităților de stat privind faptul că starea de urgență nu va mai fi prelungită după data de 14 mai 2020 și faptul că se va permite reluarea activităților medicale „non-urgente”, vă recomandăm să vă concentrați pe redeschiderea cabinetului într-un mod care să răspundă cererii pacienților, asigurând atât siguranța pacienților cât și a personalului.

Se recomandă formarea unui grup de lucru care să analizeze situația, recomandările și să întocmească un **plan de lucru** pentru desfășurarea activității în cadrul cabinetului de practică independentă de fizioterapie. Acest grup se poate întâlni periodic (de preferință zilnic, la începutul zilei), pentru a lansa un efort coordonat în vederea desfășurării activității într-un mod care să prevină și să limiteze, pe cât posibil, răspândirea infecției cu noul Coronavirus SARS-CoV-2.

Dacă aveți în echipă personal tehnic/administrativ, vă recomandăm să îl implicați. De asemenea, vă recomandăm să aveți în vedere reevaluarea riscului activității desfășurate și să consultați specialistul SSM.

Recomandări pentru dezvoltarea planului de desfășurare a activității:

- Crearea unui plan de comunicare pentru *informarea angajaților* cu privire la noile protocoale (de exemplu, utilizarea echipamentelor de protecție personală [PPE] și frecvența de curățare/dezinfecție a echipamentelor/aparaturii);
- Crearea unui plan de comunicare pentru *distribuirea informațiilor pacienților existenți, precum și pentru cei noi*. Acesta include informații despre programarea vizitelor în cabinet, precum și măsuri de siguranță (de exemplu: restricții pentru pacienți și însoțitori și măsuri de siguranță adecvate situației, pliante/broșuri);
- *Evaluați consumabilele de curățare, dezinfecție și PPE* pentru a vă asigura că sunteți bine echipat pentru a furniza servicii publicului;
- Implementați un *protocol de curățare și dezinfecție* în conformitate cu ghidurile și recomandările Ministerul Sănătății/CNSCBT care acoperă totul, de la perifericele computerului până la materiale și suprafețe.

Acțiuni preliminare recomandate:

- a) acțiuni de reorganizare a activității administrative și fizioterapeutice;
- b) managementul corespunzător al resurselor umane;
- c) triajul prealabil al pacienților prin telefon (pacienți existenți/pacienți noi), pentru stabilirea priorităților programărilor având în vedere criteriile de programare;
- d) stabilirea programărilor pacienților și a programului de funcționare al cabinetului;
- e) informarea pacienților cu privire la noile reguli și măsuri privind procedurile adoptate la nivelul cabinetului, prin telefon sau e-mail și prin afișarea la intrare/ în incinta cabinetului;
- f) măsuri privind respectarea noilor reguli de igienă în timpul tratamentului.

A. Acțiuni de reorganizare a activității administrative și fizioterapeutice

Pentru reducerea răspândirii infecției recomandăm următoarele **măsuri generale:**

- limitarea contactului față în față ori de câte ori este posibil;
- spălarea frecventă a mâinilor cu apă și săpun;
- folosirea PPE (echipamente de protecție personală);
- asigurarea unei distanțe minime de 1,5 - 2 m între pacienți;
- amplasarea perdelelor sau a despărțitoarelor între zonele comune destinate pacienților;
- revizuirea și reorganizarea corespunzătoare a procedurilor de curățenie și dezinfecție a cabinetelor, precum și a celor de eliminare a deșeurilor, în special a echipamentelor PPE (se recomandă aruncarea într-o pungă de plastic dedicată mănușilor, măștilor și a altor echipamente PPE folosite; se recomandă folosirea coșurilor de gunoi cu pedală pentru deșeuri);
- identificarea suprafețelor ușor de dezinfectat, respectiv a suprafețelor care necesită adoptarea de precauții suplimentare pentru protecție;
- controlul/verificarea aparaturii și a stocurilor de materiale consumabile, inclusiv a valabilității acestora;
- achiziția în cantități suficiente a consumabilelor, echipamentelor specifice de protecție, soluțiilor de dezinfectare; se recomandă achiziția periodică a acestora și evitarea realizării de stocuri;
- utilizarea echipamentelor suplimentare pentru pacienți: protecție pentru pantofi (botoși), protecție pentru păr (bonetă) și, după caz, halat de unică folosință.

Reorganizarea spațiilor comune din cadrul cabinetului

Vă recomandăm *reamenajarea spațiului de la intrarea în cabinet*, restricționând zona, astfel încât să fie destinat doar pacienților. Luați în considerare *restricționarea numărului de pacienți care au voie să intre în cabinet* (exemplu: prin programarea pacienților la intervale orare astfel încât pacienții să nu se întâlnească/să nu staționeze în sala de așteptare).

Puteți utiliza un *ghid vizual* la recepție pentru a încuraja distanțarea socială (de exemplu: delimitați spațiul între persoane pentru a se păstra o distanță de 1,5 - 2 m, în zona recepției, aplicând o linie de bandă adezivă colorată pe podea sau, acolo unde spațiul permite, stabilirea unei direcții unice de circulație pentru a evita intersectarea persoanelor).

Recomandăm asigurarea și respectarea măsurilor de protecție anti-COVID-19 pentru toți pacienții prin:

- punerea la dispoziție a spațiilor pentru spălat pe mâini cu apă și săpun și soluții de dezinfectat pentru mâini pe bază de alcool, în concentrațiile recomandate de autorități (soluții dezinfectante, șervețele dezinfectante, gel);
- afișarea la vedere a unor panouri care să cuprindă descrierea gesturilor corecte pentru spălarea sau dezinfectarea mâinilor;
- utilizarea scaunelor din materiale ușor de dezinfectat și distanțarea acestora (1,5 - 2 m);
- suplimentar, folosirea recipientelor/sacilor pentru depozitarea bunurilor personale ale pacientului (haine, telefon, genți, chei, etc.);
- eliminarea tuturor obiectelor inutile și susceptibile în a transmite infecția virală prin contact direct (ex.: reviste, plante decorative, cuier, etc.), care pot fi atinse de către pacienți sau personal și care sunt dificil de dezinfectat;
- aerisirea riguroasă și sistematică a spațiilor comune din cabinet;
- punerea la dispoziția pacienților și a însoțitorilor a mijloacelor de dezinfectare a mâinilor la intrarea/ieșirea din toalete; aceeași măsură se va aplica și pentru dezinfectarea capacului de WC și a clapetei de acționare a WC-ului.

B. Managementul corespunzător al resurselor umane.

Se recomandă următoarele:

- *reorganizarea programului de lucru al angajaților și limitarea numărului personalului* pentru a evita apropierea în timpul programului de lucru (intersectare) și pentru a evita pe cât posibil contactul între persoane (nu se strânge mâna, se menține o distanță de mai mult de 1,5 - 2 m în timpul unei discuții, etc.);
- a se avea în vedere riscul mai mare de a contacta COVID-19 al personalului angajat cu vârstă înaintată (peste 65 ani), cu afecțiuni preexistente sau alte probleme/situații (gravidă);
- *personalul să fie instruit* cu privire la noile norme de curățare, dezinfecție și igienă specifice și cu privire la îmbrăcarea și dezbrăcarea PPE. Se recomandă o mare atenție la procedura de echipare, dar mai ales la cea de dezechipare pentru a se evita contaminarea;
- *personalul angajat să poarte PPE*, iar după fiecare pacient se va proceda la dezinfectarea echipamentelor/aparaturii și a suprafețelor de lucru. *De asemenea, personalul tehnic și administrativ să poarte mască și mănuși și să respecte gesturile simple de prevenire a infecției, cât și distanțarea fizică;*
- *angajatorul să pună la dispoziția angajaților săi echipamentele necesare de protecție;*
- la intrarea în cabinet să se așeze un preș/covoraș îmbibat în dezinfectant pe bază de clor;

Dacă *telefonul cabinetului este deservit de către mai mulți angajați, se recomandă ca acesta să fie dezinfectat sistematic după fiecare utilizator.* Aceste măsuri pot fi aplicate și altor echipamente de uz frecvent cum sunt: terminalele POS, tastele și toate componentele birotice etc.

Se recomandă *acoperirea cu protecții (folii) din plastic a tastaturii calculatorului, laptopului, POS sau a altor echipamente electronice sau medicale, care se vor schimba la finalul zilei, dacă aparatele au fost utilizate.*

Se recomandă *instalarea unui punct de încasare (plată) dedicat, separat cu un ecran de protecție din plexiglas.* La efectuarea plății se recomandă să se folosească metode care nu necesită atingerea bancnotelor ori atingerea mâinilor (ex: plata cu cardul).

Pauza de masa/pauzele se recomandă să fie planificate astfel încât să evitați gruparea angajaților, pentru respectarea distanței minime și între angajați.

Înainte de începerea activității în noile condiții, se recomandă *efectuarea unei simulări*, pentru a discuta noile reguli împreună cu întreaga echipă, pentru a înțelege și pentru a schimba păreri, pentru a găsi punctele critice și dificultățile în a respecta noile proceduri.

Este recomandat ca *toate livrările să fie primite în afara cabinetului*, pentru a minimiza contaminarea; curierii vor fi obligați să respecte măsurile de protecție, iar produsele primite se recomandă a fi dezinfectate cu substanțe biocide de către persoana care preia livrarea, apoi acesta să se dezinfecteze pe mâini după manipularea produselor și să își schimbe articolele de vestimentație / protecție personală care au intrat în contact direct cu produsele livrate.

Se recomandă ca la reîntoarcerea acasă a fizioterapeutului, acesta să-și dezinfecteze mâinile cu dezinfectant pentru mâini pe bază de alcool (soluții dezinfectante, șervețele dezinfectante, gel) înainte de a ajunge acasă sau să se spele pe mâini cu apă și săpun imediat ce intră în locuința sa; să-și schimbe hainele purtate în cursul zilei la intrarea în casă; echipamentul (pantaloni + bluză) utilizat în sala de tratament se va spăla după fiecare purtare la mașina de spălat la 60° - 90° timp de minim 30 minute, separat față de alte haine.

C. Triajul prealabil al pacienților prin telefon (pacienți existenți/pacienți noi), pentru stabilirea priorităților programărilor având în vedere criteriile de programare

Triajul pacienților este cea mai importantă măsură de prevenție. Astfel, se recomandă următoarele:

- *efectuarea unui triaj epidemiologic telefonic* pentru a identifica eventualele semne clinice ale infecției cu SARS-CoV-2 (tuse, febră, dureri în gât, dificultăți de respirație), precum și riscul de a fi infectat (persoane aflate în autoizolare/carantină, contactați ai acestora sau contactați ai persoanelor cu semne caracteristice infecției cu Sars-Cov-2), conform definițiilor de caz publicate de Centrul Național de Supraveghere și Control al Bolilor Transmisibile la adresa <http://www.cnscbt.ro>;

- *programarea doar a pacienților fără suspiciune sau confirmare COVID-19;*
- *acordarea unei atenții speciale pacienților deosebit de vulnerabili în cazul cărora se recomandă programarea la începutul zilei de lucru pentru a se evita contactul cu alți pacienți sau pentru a se limita pe cât posibil acest contact. Pentru fiecare dintre acești pacienți, se recomandă ca fizioterapeutul să cântărească între beneficiile efectuării tratamentului și riscul de infecție cu COVID-19 la care se expun pacienții prin deplasarea la cabinet;*
- *efectuarea triajului afecțiunilor pentru stabilirea priorităților actelor terapeutice.*

Se recomandă desfășurarea activităților de fizioterapie *numai în baza unei programări prealabile*, astfel încât să se poată efectua un triaj prealabil și să se evite staționarea pacienților în zonele de așteptare.

D. Stabilirea programărilor pacienților și a programului de funcționare a cabinetului;

Pentru a evita/reduce aglomerația în cabinet, luați în considerare următoarele măsuri:

- răriți programările pacienților; luați în considerare extinderea orelor de lucru sau a numărului de zile de lucru pe săptămână, astfel încât cabinetul să fie deschis mai mult timp, pentru a reduce numărul de pacienți din cabinet în orice moment dat, continuând însă să răspundeți nevoilor pacienților;
- se recomandă programarea pacienților la intervale orare astfel încât pacienții să nu se întâlnească între ei în sala de așteptare/să nu staționeze în sala de așteptare, iar între tratamentele/activitățile aplicate pacienților să se asigure dezinfectia, aerisirea și pregătirea cabinetului pentru următorul pacient;
- se recomandă un interval/pauză de cel puțin 20 min. între pacienți; pacientul poate aștepta afară și va fi contactat telefonic în momentul în care trebuie să intre în cabinet (pacienții vor fi informați de acest lucru în momentul programării);
- la efectuarea programărilor se va avea în vedere atât timpul alocat pentru ședința cu pacienții, cât și timpul acordat pentru noul protocol de curățare după efectuarea fiecărei ședințe (10-20 min).

E. Informarea pacienților cu privire la noile reguli și măsuri privind procedurile adoptate la nivelul cabinetului, prin telefon sau e-mail și prin afișarea la intrare/în incinta cabinetului;

La efectuarea programării, se recomandă informarea pacientului prin telefon sau e-mail despre:

- noile reguli privind procedurile adoptate la nivelul cabinetului;
- faptul că se recomandă ca acesta să nu vină însoțit la cabinet, cu anumite excepții (copii, persoane cu nevoi speciale, pacienți vârstnici) și să respecte ora programării cu strictețe (în cazul în care ajunge mai devreme, se recomandă ca pacientul să aștepte în vehiculul personal ori în afara cabinetului);
- faptul că accesul în interiorul incintei se va realiza doar după verificarea temperaturii, care nu trebuie să depășească 37 grade Celsius, sub rezerva absenței simptomelor virozelor respiratorii și cu dezinfectia mâinilor.

În incinta cabinetului se vor afișa vizibil și lizibil materiale informative privind:

- spălarea și dezinfectarea corectă a mâinilor;
- ghidul vizual privind circuitul pacientului în cabinet;
- ghidul privind distanțarea între persoane;
- alte măsuri de siguranță și informații despre prevenție și gesturile simple de prevenire a transmiterii virusului SARS-CoV-2.

F. Măsuri privind respectarea noilor reguli de igienă în timpul tratamentului

Se recomandă ca fizioterapeutul să respecte în orice circumstanță toate măsurile de protecție.

1. Înaintea efectuării ședinței de fizioterapie se recomandă:

- utilizarea vestiarelor destinate personalului și folosirea de recipiente/saci pentru depozitarea bunurilor personale ale terapeutului (haine, telefon, genți, chei, etc.);
- acordarea atenției sporite a personalului la procedura de echipare, dar mai ales la cea de dezechipare pentru a se evita contaminarea;
- respectarea tuturor acțiunilor preliminare recomandate mai sus;

- dacă pacientul și însoțitorul, după caz, s-a prezentat fără mască/mănuși, i se vor înmâna spre a fi utilizate de îndată;
- se recomandă utilizarea echipamentelor suplimentare pentru pacienți: protecție pentru pantofi (botoși), protecție pentru păr (bonetă), și, după caz, halat de unică folosință;
- pacientului și însoțitorului, după caz, i se va măsura temperatura în zona frunții înainte de intrarea în cabinet (deși nu este o măsură infailibilă, aceasta este eficientă) și, după caz:
 - i) dacă temperatura este sub 37 grade Celsius pacientul și, după caz, însoțitorul, pot intra în cabinet;
 - ii) dacă temperatura este peste 37 grade Celsius, se reia măsurarea acesteia și dacă valoarea se menține, se va renunța la programare și se va amâna tratamentul.
- dacă este posibil, la intrarea în cabinet pacientul și, dacă este cazul, însoțitorul, nu vor atinge mânerul ușilor, suprafețele meselor, scaunelor etc., ușile vor fi deschise/închise de către personalul cabinetului; aceeași procedură se efectuează și la intrarea/ieșirea din sala de tratament;
- dezinfectarea corespunzătoare a suprafețelor, echipamentelor, ustensilelor, aparatelor de tratament și aerisirea riguroasă și sistematică a spațiului de lucru;
- pacientul și, după caz, însoțitorul, va proceda la igienizarea mâinilor cu apă și săpun/soluții antiseptice tegumentare pe bază de alcool, în concentrațiile recomandate de autorități;
- pacientul/însoțitorul va răspunde la un chestionar pentru triajul epidemiologic, conform definițiilor de caz publicate de Centrul Național de Supraveghere și Control al Bolilor Transmisibile la adresa <http://www.cnscbt.ro>. Întrebările pentru triajul epidemiologic pot fi și cele recomandate de către Institutul Național de Statistică Medicală în Recomandările de sănătate publică privind măsurile generale de relaxare la adresa <https://www.insp.gov.ro/>.

Vă rugăm să aveți în vedere respectarea obligațiilor și principiilor din legislația specifică privind prelucrarea și protecția datelor cu caracter personal în cazul în care stocați informațiile legate de triajul epidemiologic (exemplu: temperatura, simptome, informații despre familie, călătorii etc).

2. Pe toata durata ședinței de fizioterapie se recomandă:

- ca fizioterapeutul să poarte PPE - mască chirurgicală simplă SAU mască de protecție respiratorie tip KN95/FFP2 (standard sau echivalent), halat chirurgical cu mâneci lungi impermeabil nesteril și botoși de protecție de unică folosință SAU combinezon impermeabil de unică folosință, mănuși nesterile de unică folosință, capelină/ bonetă impermeabilă de unică folosință, ochelari de protecție +/- vizieră (scut facial).
Mască chirurgicală fiind de unică folosință, se schimbă după fiecare pacient; dacă se folosește mască N95, FFP2, FFP3 standard sau echivalent se aplică regulile de utilizare specifice (schimbare la maxim 4 ore).
Ochelarii de protecție sau viziera (ecran de protecție) se vor dezinfecta după fiecare pacient sau, dacă sunt de unică folosință, se înlocuiesc.
Mănușile fiind de unică folosință se vor schimba după fiecare pacient.
- se va păstra distanța recomandată (1,5 - 2 m) dintre terapeut și pacient acolo unde nu este necesară intervenția proximală a acestuia în tratament (de exemplu, în timpul execuției exercițiilor de kinetoterapie);
- ușa sălii de tratament să fie închisă și nicio persoană să nu intre sau să nu părăsească încăperea până la finalizarea tratamentului.

3. După finalizarea ședinței de fizioterapie se recomandă:

- respectarea prevederilor privind dezinfectia suprafețelor, echipamentului, aparaturii, ustensilelor de tratament. Se va realiza dezinfectia inclusiv a mânerelor ușilor și a întrerupătoarelor, ultimele doar prin ștergere pentru a evita un posibil scurtcircuit;
- spălarea mâinilor cu apă și săpun sau/și dezinfectarea acestora cu soluție hidroalcoolică înainte de a pune mănuși;
- schimbarea echipamentelor PPE de unică folosință (echipamentele de unică folosință PPE să fie aruncate într-o pungă de plastic dedicată), curățarea și dezinfectarea echipamentelor de protecție reutilizabile (ex. ochelari de protecție, vizieră, ecran protecție), după fiecare pacient;
- aerisirea/ventilația foarte bună a sălii de tratament (ușă/fereastră deschisă) timp de minim 10 - 20 minute, după fiecare pacient.

Prezentul document se va adapta în funcție de recomandările autorităților competente cu responsabilități de reglementare în domeniul sănătății.