



FSMTB

FEDERATION OF STATE
MASSAGE THERAPY BOARDS

MASAJE Y TRABAJO CORPORAL

GUIAS PARA LA PRACTICA

con las Consideraciones

ante el COVID-19

versión no oficial traducida al español de la guía creada por la Federación of State
Massage Therapy Boards (FSMTB)

Vea el documento original:

<https://www.fsmtb.org/media/2319/fsmtb20200519guidelinesforpracticecovid-19.pdf>

Federation of State Massage Therapy Boards
fsmtb.org

Traducción 2020.05.26

Este documento es una versión traducida al español de la guía creada por la Federation of State Massage Therapy Boards (FSMTB). Puede ver y consultar el documento original en el siguiente enlace: <https://www.fsmtb.org/media/2319/fsmtb20200519guidelinesforpracticecovid-19.pdf>

Guías y prácticas de terapia de masaje con las consideraciones de COVID-19

Introducción

Las instalaciones limpias, la higiene adecuada del profesional, los procedimientos para garantizar la seguridad del cliente y los protocolos de prevención de enfermedades han sido durante mucho tiempo la piedra angular de la práctica profesional de masajes y trabajo corporal. El brote y la rápida propagación del SARS-CoV-2 Coronavirus 19 (COVID-19) resaltan la necesidad de una atención renovada y una mayor vigilancia en estas áreas a medida que los estados levantan las órdenes de quedarse en casa (también llamadas cuarentena) y los terapeutas de masajes y trabajo corporal regresan a laborar.

La Federación de Juntas Estatales de Terapia de Masaje (FSMTB) se complace en presentar las Guías para la práctica con las consideraciones de COVID-19. Este documento contiene recomendaciones y guías para los profesionales del masaje y el trabajo corporal para mitigar la propagación de COVID-19.

La intención de este documento es proporcionar un recurso a las Juntas y Agencias Miembros de FSMTB, profesionales de masajes y personal de escuelas de masajes para apoyar la protección pública. Se recomienda a los lectores a consultar y utilizar las Directrices FSMTB para la práctica con consideraciones COVID-19 dentro de los límites de las estructuras reguladoras de sus respectivos estados.

FSMTB reconoce que es necesaria cierta personalización y flexibilidad para permitir que estos conceptos sean de ayuda en cada jurisdicción y ambiente de práctica. Cada práctica de masaje tendrá su propio marco de tiempo para regresar al trabajo en función de las órdenes estatales de estadía en el hogar, suministro de equipo de protección personal (EPP), financiamiento para programas de masaje, disponibilidad de pruebas COVID-19, tasas de pruebas COVID-19 y tasas de hospitalización relacionadas con COVID estables o en descenso durante dos semanas o más. Estas recomendaciones y guías no reemplazan ninguna directiva u orientación proporcionada por agencias federales o estatales, juntas reguladoras u otras autoridades con jurisdicción. Cuando se producen conflictos, se aplicará el requisito más estricto.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) ofrecen guías extensas para los profesionales de la salud relacionados con la prevención de enfermedades y la propagación de COVID-19.1. La base de las recomendaciones de los CDC para los profesionales de la salud es el concepto de Precauciones Estándar.

Los CDC definen las Precauciones estándar como:

"Las prácticas mínimas de prevención de infecciones que se aplican a toda la atención del paciente, independientemente del estado de infección sospechado o confirmado del paciente, en cualquier ambiente donde se brinde atención médica".

No importa la apariencia general de salud de un cliente, los profesionales del masaje deben aplicar prácticas mínimas de prevención de infecciones con estricta atención para proteger al cliente y a ellos mismos de la propagación de la infección.

Las Guías de la FSMTB para la práctica con COVID-19 hace referencia a Precauciones estándar y Transmisión, a los protocolos de los CDC y los adapta al ambiente de práctica específico del masaje y el trabajo corporal. Siempre que sea posible, este documento refleja las recomendaciones específicas de los CDC para proporcionar orientación sobre la limpieza y desinfección de las instalaciones, el uso de EPP, las políticas y procedimientos de las instalaciones y los requisitos para la higiene de los profesionales del masaje.

Consulte la sección Recursos para obtener una lista completa de las guías gubernamentales que informan este documento. En algunos casos, cuando corresponde, se hace referencia a documentos específicos o estudios de investigación y se enumeran en la sección Referencias.

Tenga en cuenta que COVID-19 es una situación en rápida evolución. La FSMTB afirma la importancia de los profesionales del masaje y el trabajo corporal regulados que están adecuadamente informados para practicar de manera segura y competente. Este documento se modificará según sea necesario cuando haya más información relevante disponible. Le invitamos a que use estas Guías para la práctica con las Consideraciones COVID-19, y mantenga su continuo interés en futuras versiones de este recurso esencial.

DIRECTRICES PARA LA LIMPIEZA, DESINFECCIÓN Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES DE LAS INSTALACIONES

La guía de control de infecciones de los CDC recuerda a los proveedores de atención médica que COVID-19 se transmite principalmente a través del contacto de persona a persona. Las gotas respiratorias infecciosas, producidas cuando alguien con COVID-19 tose, estornuda o habla, pueden caer sobre los ojos, la boca o la nariz de una persona no infectada, o ser inhalado por una persona no infectada que se encuentre cerca. Las gotas más pequeñas pueden colgar en el aire por un período de tiempo, mientras que las gotas más pesadas caen a las superficies. Una persona no infectada puede tocar una superficie contaminada y luego tocarse la cara, la boca o la nariz para que el virus ingrese al cuerpo. Los protocolos que reducen la dispersión de las gotas respiratorias y la desinfección regular de las superficies en un lugar de trabajo de masaje ayudan a reducir la propagación de COVID-19.

Aquí, se brinda orientación sobre la limpieza y desinfección de productos, limpieza y desinfección de diferentes áreas de una instalación de masaje, métodos que reducen la entrada de COVID-19 a una instalación y el manejo de ropa de cama potencialmente contaminada.

Productos de limpieza y desinfección

- » Se pueden usar productos comerciales o de uso doméstico para la limpieza de rutina, como lavar superficies con agua y jabón para eliminar la suciedad visible, quitar el polvo y limpiar las superficies de vidrio con un limpiacristales.
- » Los productos de limpieza caseros (por ejemplo, vinagre y aceites esenciales) no son agentes de limpieza o desinfectantes aprobados.
- » Los desinfectantes registrados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA) deben usarse para desinfectar superficies que pueden contaminarse por contacto o gotas respiratorias durante un día de trabajo.
- » Desinfecte las superficies aplicando un desinfectante registrado por la EPA en la superficie, siguiendo las instrucciones de la etiqueta. Si las superficies están sucias, primero deben limpiarse para eliminar la suciedad o las impurezas, seguido de desinfección.
- » Las telas como cortinas o tapicerías se desinfectan con desinfectantes específicos de tela registrados por la EPA. »Encuentre un desinfectante registrado por la EPA específico para su uso contra el SARS-CoV-2 (el virus que causa COVID-19) en <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
- » Siga las instrucciones de la etiqueta para el uso de todos los productos de limpieza y desinfección y los tiempos de contacto recomendados (cantidad de tiempo que una superficie debe estar visiblemente mojada con el producto).
- » Algunos productos de limpieza y desinfección requieren ventilación del espacio abriendo puertas y ventanas y haciendo funcionar abanicos para reducir la presencia de químicos de limpieza en el aire.
- » Algunos productos de limpieza y desinfección requieren guantes de limpieza, protección para los ojos y una máscara facial.

Guías para áreas específicas de instalaciones

Se recomienda a los profesionales de masajes y propietarios de empresas de masajes a considerar las áreas de sus negocios que deben desinfectarse regularmente, cómo se tocan o se contaminan las superficies, cómo se pueden desinfectar los diferentes tipos de superficies (por ejemplo, desinfección de telas como cortinas o tapicerías en lugar de superficies duras como escritorios), los productos de desinfección necesarios para responder eficazmente a COVID-19 y formas de reducir la probabilidad de que COVID-19 pueda ingresar a sus instalaciones.

ÁREA DE RECEPCIÓN

» **Limpie y retire los artículos** del área de recepción que puedan contaminarse y requieran desinfección repetida (por ejemplo, revistas, panfletos, chucherías, cuencos de dulces, la estación de té, etc.).

» **Organice el área de recepción para promover el distanciamiento físico** quitando sillas, separando las sillas a 6 pies (2 metros) de distancia, colocando cinta en forma de X en áreas donde las personas no deben sentarse o pararse, o bloqueando el área de recepción y acompañando clientes directamente a las salas de sesiones (ver Políticas y procedimientos).

» **Haga que el desinfectante de manos a base de alcohol** (60-95% de alcohol) sea fácilmente accesible para los clientes que ingresan a las instalaciones y aliente a los clientes a desinfectarse las manos al llegar.

» **Ponga pañuelos desechables y botes de basura sin contacto disponibles** para la práctica de higiene respiratoria y etiqueta para la tos.

» **Anime a los clientes a usar su propia máscara facial en la instalación.** Proporcione mascarillas quirúrgicas u otras máscaras desechables a las personas sin cobertura facial a su llegada.

» **Coloque letreros** (disponibles en los CDC) a nivel de los ojos para educar a los clientes sobre la higiene respiratoria y la etiqueta de la tos, la higiene de las manos, los síntomas de COVID-19 y el distanciamiento físico.

» **Desinfecte las superficies de alto contacto** (superficies que muchas personas manejan con frecuencia durante el día) entre clientes con un desinfectante registrado por la EPA. Las superficies de alto contacto incluyen manijas de puertas, mostradores, mesas, bolígrafos o lápices utilizados para completar el papeleo, portapapeles, escritorios, interruptores de luz, fuentes de agua y pantallas táctiles de pago.

» **Ventile** el área de recepción a menudo abriendo puertas y ventanas para que circule aire fresco y utilizando sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponibles.

» **Limpie los pisos** al final del día mapeando los pisos duros con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Aspire los pisos alfombrados con una aspiradora con filtro de aire HEPA, si hay uno disponible. Use una máscara facial y aspire cuando no haya personas en el espacio (las aspiradoras pueden dispersar partículas respiratorias en el aire)

EL ÁREA DE VENTA AL POR MENOR

A partir del 18 de mayo de 2020, los CDC no ofrecen orientación sobre la prevención de la transmisión de COVID-19 en áreas de venta al por menor de hospitales o centros de salud. Las recomendaciones de los CDC aplicadas a un área minorista sugieren estas guías:

- » **El área minorista debe estar limpia, libre de polvo y organizada para promover el mantenimiento de la distancia física.**
- » **Haga que el desinfectante para manos a base de alcohol sea fácilmente accesible** para los clientes que ingresan al área minorista. Se alienta a los clientes a desinfectar sus manos al llegar.
- » **Los artículos minoristas que manejan los clientes se desinfectan entre clientes.**
- » **Las muestras de productos comunales (pruebas) deben retirarse de los estantes.**
- » **Las superficies de alto contacto** como las mesas de exhibición, las manijas de las puertas y las pantallas táctiles de pago se desinfectan entre los clientes.

EL BAÑO

- » **Desinfecte las superficies de baño de alto contacto entre clientes con un desinfectante registrado por la EPA.** Las superficies de alto contacto incluyen las manijas de las puertas, las puertas de los cubículos, el asiento del inodoro, los mostradores de los baños, los interruptores de luz, la manija del inodoro, los accesorios del grifo, el dispensador de papel higiénico y el dispensador de toallas de papel.
- » **Coloque letreros a la altura de los ojos** en el baño para educar a los clientes sobre el lavado de manos adecuado.
- » **Coloque letreros** que indiquen que las tapas del inodoro (si están presentes) deben cerrarse antes de descargar.
- » **Limpie a fondo el baño al final de la jornada laboral** limpiando la taza del inodoro, el asiento del inodoro, la tapa del inodoro, las paredes alrededor del inodoro y todas las superficies con productos de limpieza apropiados y un desinfectante registrado por la EPA.
- » **Mapee los pisos de los baños** con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Preste especial atención al piso alrededor del inodoro, que puede ser un depósito para microorganismos y fluidos corporales.
- » **Ventile los baños durante la noche** abriendo puertas y ventanas o ejecutando una unidad de filtración de aire HEPA en el área.

PASILLOS

» **Desinfecte las superficies de alto contacto entre clientes** con un desinfectante registrado por la EPA. Las superficies de alto contacto incluyen pasamanos, manijas de puertas, teclados, interruptores de luz y barandillas de escaleras.

LA SALA DE MASAJE

» **Limpie y retire de la sala de masaje** los elementos que puedan estar polvorientos o contaminados y que requieran una limpieza y desinfección repetidas (por ejemplo, revistas, folletos, chucherías, estanterías, libros, mesas decorativas, sillas adicionales, etc.).

» **Haga que el desinfectante de manos a base de alcohol sea fácilmente accesible para los clientes que ingresan a la sala de sesiones.**

» **Tanto el cliente como el profesional deben usar una máscara facial durante la sesión.** El cliente también debe usar una máscara facial desde el momento en que ingresa hasta el momento en que sale de la instalación.

» **Desinfecte las superficies de alto contacto entre clientes con un desinfectante registrado por la EPA.** Las superficies de alto contacto incluyen manijas de puertas, mostradores, mesas, interruptores de luz, botellas de lubricante para masajes o cualquier superficie que el profesional o el cliente puedan tocar antes, durante y después de las sesiones.

» **Maneje las sábanas sucias adecuadamente como se discutió en la sección titulada Manejo de la ropa de Camilla.**

» **Cubra la mesa de masaje o el calentador y el relleno de la mesa de masaje con una sábana de plástico resistente o un protector de mesa.** Desinfecte la lámina de plástico sobre la mesa de masaje con un desinfectante registrado por la EPA entre los clientes. Si no se utiliza una sábana de plástico, limpie la mesa de masaje con agua y jabón entre los clientes y límpiela con un desinfectante específico para la mesa de masaje.

» **Prepare la mesa de masaje con ropa de cama limpia como se discutió en la sección titulada Manejo de ropa blanca.**

» **Ventile la sala de sesiones entre los clientes** abriendo puertas y ventanas para que circule aire fresco y utilizando sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponibles.

» **Limpie los pisos al final del día** trapeando los pisos duros con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Aspire los pisos alfombrados con una aspiradora con filtro de aire HEPA, si hay uno disponible. Use una máscara facial y aspire cuando no haya personas en el espacio.

» **Ventile la sala de sesiones al final del día** abriendo puertas y ventanas para que circule aire fresco y utilizando sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponibles.

EQUIPO DE SPA ESPECIALIZADO

» **Limpie todos los equipos de spa especializados de acuerdo con las instrucciones del fabricante, después de cada uso.**

» **La radiación ultravioleta (UV) es un método de desinfección aceptado** para los equipos de spa cuando corresponde, según las recomendaciones del fabricante.

» **Enjuague los chorros de la bañera de hidroterapia, los chorros del lavabo de los pies y los chorros de hidromasaje** con un desinfectante aprobado por el fabricante entre los clientes.

» **Limpie y desinfecte duchas, sauna, gabinetes de vapor, mesas húmedas, bañeras de hidroterapia, bañeras, lavabos para pies y otros equipos con un desinfectante registrado por la EPA, después de usar con cada cliente.** Seque las duchas, las bañeras de hidroterapia, las bañeras, las mesas húmedas y los lavabos para pies completamente con toallas limpias, después de observar los tiempos adecuados de contacto con la superficie desinfectante.

» **Limpie y desinfecte las superficies de ambientes húmedos de alto contacto entre clientes con un desinfectante registrado por la EPA.** Las superficies de alto contacto incluyen manijas de puertas, pasamanos, mostradores, accesorios de grifería, interruptores de luz, asientos y el piso alrededor de bañeras, mesas húmedas y duchas.

LA SALA DE DESCANSO

» **Limpie y retire de la sala de descanso** los elementos que puedan contaminarse y que requieran una desinfección repetida.

» **Organice el área de descanso para promover el distanciamiento físico** quitando las sillas, separando las sillas a 6 pies de distancia y colocando cinta adhesiva en forma de X en las áreas donde las personas no deben sentarse o pararse.

» **El personal debe lavarse las manos con agua y jabón** o aplicar un desinfectante para manos a base de alcohol directamente antes de entrar o al entrar en el área de descanso.

» **Cuelgue letreros a la altura de los ojos** para recordarle al personal sobre la higiene respiratoria y la etiqueta de la tos, la higiene de las manos y el distanciamiento físico.

» **Escalone los tiempos de descanso** para reducir la cantidad de personas en la sala de descanso a la vez.

» **Use máscaras faciales** en la sala de descanso cuando no consuma alimentos o bebidas.

» **Cuelgue letreros** para recordarle al personal que limpie y desinfecte cualquier superficie que toque en la sala de descanso con un desinfectante registrado por la EPA inmediatamente antes de salir del área. Las superficies incluyen manijas de puertas, mostradores, mesas, interruptores de luz, puertas de gabinetes, la cafetera o tetera, la manija de la puerta del refrigerador, respaldos de sillas, máquinas expendedoras u otras superficies.

» **Limpie los pisos** al final del día trapeando los pisos duros con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Aspire los pisos alfombrados con una aspiradora con filtro de aire HEPA, si hay uno disponible. Use una máscara facial y aspire cuando no haya personas en el espacio.

» **Ventile la sala de descanso** a menudo abriendo puertas y ventanas para que circule aire fresco y utilizando sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponibles.

LA SALA DE LAVANDERÍA

» **Mantenga una distancia física de 6 pies** mientras usa la lavandería y limite el número de personas que están en la lavandería al mismo tiempo.

» **Siga las guías para el manejo adecuado de la ropa de cama como se discutió en la sección titulada Manejo de la ropa de Camilla.**

» **Desinfecte las superficies** de la lavandería al final del día con un desinfectante registrado por la EPA. Las superficies incluyen recipientes para guardar ropa, estaciones de trabajo, manijas de gabinetes, botellas de detergente, manijas de puertas, interruptores de luz y los controles de la lavadora y la secadora.

» **Limpie los pisos al final del día** mapeando los pisos duros con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Aspire los pisos alfombrados usando una aspiradora con un filtro de aire HEPA si hay uno disponible. Use una máscara facial y aspire cuando no haya personas en el espacio.

» **Ventile el cuarto de lavado** abriendo puertas y ventanas para que circule aire fresco y utilizando sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponibles.

UBICACIONES EN EL SITIO Y EN EL EXTERIOR

Las ubicaciones en el sitio se refieren a lugares como negocios de masajes en sillas de aeropuerto y entornos corporativos, o en cualquier lugar donde el masaje se realice en una silla de masaje o en una mesa de masaje portátil en lugares donde los clientes no están encerrados en una sala de sesiones y permanecen vestidos durante todo el masaje. Las ubicaciones de llamadas externas se refieren al masaje a domicilio proporcionado en la habitación de un cliente o en la casa de un cliente.

Si bien COVID-19 está presente en una comunidad, el masaje a domicilio / masaje externo no es seguro y, por lo tanto, está prohibido. Los practicantes de masajes no pueden controlar las prácticas de limpieza o desinfección en los hogares de los clientes, exponiendo a los practicantes de masajes a un mayor riesgo de infección.

En servicios a domicilio, los profesionales del masaje todavía están sujetos a los mismos protocolos de limpieza y desinfección que otras ubicaciones de negocios de masaje, a la gestión adecuada de la ropa de cama, a las políticas y procedimientos pertinentes del cliente, y a los requisitos de higiene del profesional que se analizan en otras secciones de este documento.

- **Para cuentas corporativas, el profesional debe comunicarse con la gerencia con anticipación para preguntar si algún empleado ha sido diagnosticado con COVID-19 u otras enfermedades transmisibles dentro de los 14 días posteriores a la visita prevista del profesional de masaje.** Si hay infección presente, el profesional no debe realizar masajes en el lugar hasta que se verifique que ningún empleado haya sido diagnosticado o experimentado síntomas de COVID-19 en los últimos 14 días.

- **Acuerde con la administración con anticipación el uso de un espacio privado que permita el distanciamiento físico.** Idealmente, el espacio contendría pocas superficies que requieran desinfección entre clientes.
- **Organice el espacio para promover el distanciamiento físico** quitando sillas, separando las sillas a 6 pies de distancia y colocando cinta adhesiva en forma de X en áreas donde las personas no deben sentarse o pararse mientras esperan sus sesiones.
- **Haga que el desinfectante de manos a base de alcohol (60-95% de alcohol) sea fácilmente accesible para los clientes que ingresan al área y recomiende a los clientes a desinfectarse las manos al llegar.**
- **Anime a los clientes a usar su propia mascarilla para el masaje.** Requerir que las cuentas corporativas ofrezcan máscaras faciales quirúrgicas de un solo uso u otras máscaras desechables para aquellos sin máscaras. Tanto los practicantes de masajes como los clientes usan máscaras faciales durante las sesiones.
- **Desinfecte las superficies de alto contacto entre clientes** con un desinfectante registrado por la EPA. Las superficies de alto contacto incluyen manijas de puertas, mostradores, interruptores de luz, botellas de lubricante para masaje, bolígrafos y portapapeles utilizados para procesos de llenar formularios de salud, o cualquier superficie que el cliente o el profesional pueda tocar durante una sesión.
- **Desinfecte toda la silla de masaje,** incluidas todas las superficies del reposacabezas, con un desinfectante registrado por la EPA entre los clientes, siguiendo las instrucciones de la etiqueta del producto para una aplicación adecuada y el tiempo de secado.

- Proporcione una cubierta limpia para el descanso facial para cada cliente.
- En las ubicaciones en el sitio, las sábanas sucias se almacenan en una bolsa a prueba de liqueos, como una bolsa de basura pesada,

hasta que se puedan lavar como se discutió en la sección titulada, Manejo de ropa de la camilla. Asegúrese de que esta bolsa esté bien sellada antes de transportar la ropa en un vehículo.

Manejo de la ropa de la camilla

La ropa de cama incluye sábanas de masaje, fundas de reposacabezas, fundas de almohadas, toallas de mano, toallas o toallas de baño, alfombras de baño o de ducha, envolturas para el cabello, batas de toalla, mantas y cualquier otro material de tela utilizado para cubrir superficies o cubrir al cliente durante una sesión de masaje. La ropa de cama sucia se define como cualquier material de tela utilizado durante una sesión de masaje que hace contacto con la piel o el cabello del cliente. Cualquier ropa que toque la piel o el cabello de un cliente debe lavarse adecuadamente antes de usarla con otro cliente.

» **Use una máscara facial** mientras manipula ropa de cama sucia cuando COVID-19 está presente en la comunidad.

» **Si hay sangre o fluidos corporales en las sábanas, use guantes al manipular las sábanas y guárdelas en una bolsa a prueba de liqueos por separado de otras sábanas sucias.**

» **Al finalizar una sesión de masaje, identifique, reúna y retire todas las sábanas sucias de la sala de sesiones.** No deje ropa de cama sucia en la sala de sesiones.

» **No agite las sábanas sucias,** ya que esto puede dispersar las gotitas contaminadas en el aire.

» Por lo general, la ropa de cama se almacena en un recipiente ventilado en el área de lavado. **Mientras COVID-19 está presente en una comunidad, guarde la ropa de cama en un recipiente cerrado.**

» **Lave las sábanas sucias con detergente en agua caliente y séquelas completamente con calor. Lave la ropa de cama rápidamente (al final de la jornada laboral).**

» **Las sábanas sucias con sangre o fluidos corporales se lavan por separado con agua caliente, detergente y clorox apto para telas y luego se secan con calor.**

» Después de manipular la ropa de cama sucia, los masajistas deben **lavarse o desinfectarse las manos inmediatamente** como se describe en la sección titulada Higiene de manos.

» Antes de manipular ropa de cama limpia, los practicantes de masajes deben **desinfectar sus manos con un desinfectante para manos a base de alcohol** como se describe en la sección titulada Higiene de manos. Las sábanas limpias se almacenan en la sala de sesiones (no en el área de lavandería donde podrían entrar contacto con ropa de cama sucia) en un recipiente cerrado hasta su uso.

Cambios al Formulario para el cliente (Consentimiento)

Los practicantes de masaje deben asumir que los clientes no son conscientes de que el riesgo de infección por COVID-19 aumenta a través del contacto cercano con otras personas, como el nivel de contacto requerido para proporcionar masaje. Por lo tanto, los profesionales deben informar a los clientes de este riesgo y obtener su firma indicando que entienden el riesgo y desea recibir terapia de masaje.

Ejemplo:

"Entiendo que ese contacto cercano con la gente aumenta el riesgo de infección por COVID-19. Por eso. Al firmar este formulario, reconozco que estoy al tanto de los riesgos involucrados y doy mi consentimiento para recibir masaje de este terapeuta".

Los profesionales también deben alertar a los clientes sobre los procedimientos relacionados con posible exposición a COVID-19.

Ejemplo:

"Entiendo que mi nombre y mi información de contacto puede ser compartida con el estado de departamento de salud en caso de que un cliente o profesional en esta instalación, arroje resultado positivo para COVID-19. Mis datos de contacto solo se compartirán en caso de que sea relevante en función de la fecha de exposición sospechada y solo para un seguimiento adecuado por parte del Departamento de Salud."

Cambios para sacar las citas

» Si varios practicantes de masaje trabajan en una instalación, **deben turnarse horarios** de sesiones para evitar el hacinamiento en las áreas de recepción. Promover el distanciamiento físico de 6 pies de espacio entre todas las personas en las instalaciones.

» **Permita tiempo suficiente entre los clientes** para usar desinfectante adecuadamente productos, incluidos los tiempos de contacto requeridos.

» **Los clientes que reciben masajes requieren chequeo de salud previo a la sesión para admisión y comunicaciones necesarias.** Por lo tanto, sin cita previa no se recomiendan citas. Cambie sus políticas actuales a "Solo por cita."

Cambios al Perfil de Salud del Cliente

- Si es posible, **realice formularios de salud y actualizaciones de los formularios de salud de los clientes antes de la sesión** del cliente por correo electrónico y llamada telefónica.
- **Incluya un formulario específico de salud COVID-19 Anexo** (ver Apéndice A para un ejemplo) como parte de los formularios de salud del cliente enviados por correo electrónico. Utilizar este formulario para determinar si es seguro para el cliente para visitar la instalación de masajes.
- **Alternativamente, evalúe clientes formulando Preguntas específicas de COVID-19 que incluyen:**
 - ¿Le ha pedido un médico que se aíse o se ponga en cuarentena o un funcionario local de salud pública en los últimos 14 días?
 - ¿Has experimentado algún resfriado o síntomas parecidos a la gripe en los últimos 14 días (fiebre, tos, dificultad para respirar u otro problema respiratorio)?
 - ¿Has tenido contacto cercano o has sido atendido por alguien diagnosticado con COVID-19, o alguien que presenta síntomas de resfriado o gripe en los últimos 14 días?
 - ¿Te han hecho la prueba COVID-19? ¿Qué tipo de prueba tuviste? ¿Cuándo fue la prueba? ¿Cuál fue el resultado?
- **Si tiene alguna razón para sospechar que el cliente no está completamente sano, posponga su sesión.**

Cambios a la llegada del cliente

Procedimientos

» **Pídales a los clientes que esperen en sus autos o afuera** hasta que les envíe un mensaje de texto o llámalos para que entren.

» **Salude a los clientes en la puerta, evitando prácticas como apretón de manos o abrazos.** Use una temperatura térmica sin contacto escanee para confirmar que la temperatura del cliente no sea superior a 100.4 ° F [38 ° C]. Si un cliente tiene una temperatura superior a 100.4 ° F, o si han desarrollado síntomas de resfriado o gripe u otros síntomas que sugieren enfermedad desde la llamada telefónica previa a la sesión, reprogramar su sesión de masaje y sugerir que llamen su proveedor de atención primaria para consulta.

» **Si el cliente llega con guantes médicos, solicite que se quiten estos guantes antes de entrar, ya que los guantes pueden estar contaminados con gotitas respiratorias del cliente al tocarse la nariz o la cara.**

» **Confirme que el cliente tenga una máscara facial aceptable.** Si el cliente no tiene una máscara facial aceptable, proporcione el cliente con una mascarilla desechable.

» **Pídale al cliente que desinfecte sus manos con un alcohol desinfectante para manos y demostrar cómo ponerse y quitarse la máscara facial correctamente** (use su propia máscara como ejemplo). El cliente debe desinfectar sus manos antes de ponerse máscara.

» **Acompañe al cliente a la sala de sesiones.**

Clientes en Alto riesgo

» Si bien la información aún es limitada, los CDC indican que estas las condiciones subyacentes colocan a las personas en mayor riesgo de sufrir graves enfermedad de COVID-19:

- Personas mayores de 65 años
- Enfermedad pulmonar crónica
- Asma moderada a severa
- Enfermedades del corazón
- Sistema inmunológico comprometido o suprimido
- Obesidad severa (masa corporal índice de 40 o más)
- Diabetes
- Enfermedad renal crónica
- Enfermedad del hígado

Cambios a procedimientos durante la sesión

Si bien COVID-19 está presente en la comunidad, se recomiendan los siguientes cambios durante la sesión de tratamiento:

» **Los amigos y familiares del cliente no pueden esperar en el área de recepción** mientras el cliente recibe masaje, a menos que sean el tutor legal de ese cliente.

» **Tanto el profesional como el cliente deben usar una máscara facial durante la sesión.** El cliente también debe usar una máscara facial desde el momento en que ingresan al momento en que salen de la instalación.

» Los CDC sugieren que las gotas respiratorias infectadas con COVID-19 se puede dispersar cuando la gente habla. Por esta razón, **la conversación se limita a la comunicación sobre presión, calor y comodidad** en el espacio cerrado de la sala de sesiones.

» **El masaje intraoral o nasal está prohibido** en este momento porque aumenta el riesgo de exposición a COVID-19.

» Debido a que se usa una máscara facial durante la duración del masaje, **el masaje facial seguro no es posible y, por lo tanto, está prohibido en esta vez.**

» **Si es posible, procese el pago y la nueva reserva para la próxima sesión en la sala de sesiones después de que el cliente haya tenido la oportunidad de vestirse.** La carga de desinfección en la instalación se reduce cuando hay menos oportunidades para los clientes o practicantes para contaminar superficies al realizar estos procedimientos de sesión.

» **Si corresponde, utilice métodos electrónicos para realizar gráficos y encuestas / comentarios de clientes.**

» **Los practicantes deben desinfectar sus manos inmediatamente después del manejo de materiales de pago del cliente, como tarjetas de crédito, efectivo y recibos ya que estas superficies pueden estar contaminadas.**

» **Solicite que el cliente desinfecte sus manos con un desinfectante para manos a base de alcohol** inmediatamente antes de abandonar la sesión habitación y antes de que pasen por las áreas comunes de las instalaciones.

Procedimiento de seguimiento a clientes

» **Solicite a los clientes que compartan si han desarrollado síntomas de resfriado o gripe o si han dado positivo en la prueba de COVID-19.**

» **Los practicantes de masaje no están autorizados a compartir los datos de salud de sus clientes sin el consentimiento por escrito del cliente.** Sin embargo, si un cliente desarrolla síntomas de COVID-19 dentro de dos semanas de una sesión, los practicantes deben contactar a su departamento de salud local para consulta y orientación.

Comunicación con el cliente

» **Actualice el sitio web comercial para reflejar la política comercial y cambios de procedimiento relacionados con COVID-19.**

» **Comunicar cambios de políticas y procedimientos a clientes durante la llamada telefónica de reserva.** Enviar a los clientes un resumen de procedimientos que pueden esperar como parte de la admisión de salud cuando llame y cuando lleguen al negocio para su sesión. (Ver Apéndice C para un ejemplo de aviso del cliente.)

GUÍAS PARA Higiene de los Practicantes

La higiene se define como la práctica o principios de autolimpieza y limpieza del medio ambiente para mantener la salud y prevenir enfermedades. La higiene adecuada del profesional reduce la propagación de patógenos infecciosos a otros y aumenta la probabilidad de que el practicante se mantenga saludable.

Limpieza en Días laborables

- » **Los practicantes deben ducharse y lavarse el cabello en días laborables.** El vello facial está cuidadosamente recortado. El pelo largo se tira hacia atrás y asegurado para que no toque a un cliente durante un masaje.
- » **Los profesionales deben practicar la atención médica oral** adecuada antes de las sesiones, entre sesiones y después de consumir alimentos o bebidas.
- » **Los practicantes mantienen las uñas cortas** y limadas en su borde y natural (sin esmalte de uñas, uñas largas o uñas artificiales).
- » **Los practicantes se quitan los anillos, pulseras, relojes y rastreadores de ejercicios de sus manos, muñecas y antebrazos durante el día de trabajo.**

Higiene de manos

Siga el protocolo de CDC para lavarse bien las manos directamente antes de cada sesión de masaje, inmediatamente después de cada sesión de masaje, inmediatamente después de usar el baño, inmediatamente después del manejo de sábanas sucias, e inmediatamente antes y después de comer en el trabajo, mayor lavado de manos ayuda a proteger contra enfermedades infecciosas.

- » **Moje las manos** con agua de cualquier temperatura.
- » **Agregue jabón líquido a las manos** mojadas y use fricción durante 20 segundos para convertir el jabón en espuma y eliminar los contaminantes de la superficie de la piel.
- » **Use fricción en cada superficie de sus manos.** Frote sus manos palma a palma, enjabone el dorso de sus manos, frótese entre sus dedos y pulgares, frote la parte posterior de sus dedos en las palmas opuestas, y limpie sus pulgares y yemas de los dedos.
- » **Debido a que los practicantes de masajes brindan masajes con antebrazos y codos, lave estas áreas con agua y jabón también.** Enjabone todo el antebrazo sobre el codo por segundos de fricción adicionales.
- » **Enjuague** las manos, codos, antebrazos y muñecas con agua.
- » **Seque los brazos y las manos** con toallas de papel desechables y use las mismas toallas de papel para cerrar el agua y abra cualquier puerta de camino a la sala de sesiones.

Uso de Desinfectante de manos a base de alcohol

- » Desinfectantes para manos a base de alcohol (desinfectante para manos) utilizados en una práctica de masaje debe contener entre **60-95% de alcohol**.
- » **Aplique suficiente desinfectante para manos** para cubrir sus manos, antebrazos, y codos.
- » Frotar las manos juntas y frotar las manos sobre los antebrazos y codos usando fricción hasta que el producto esté completamente seco.
- » **Tenga en cuenta que lavarse las manos con agua y jabón líquido es preferible al uso de desinfectante para manos**, pero el desinfectante para manos puede usarse cuando no hay agua y jabón disponibles.
- » Tenga en cuenta que **el desinfectante para manos es menos efectivo cuando se aplica a manos grasientas** (p. ej., cuando las manos están cubiertas por lubricante para masaje).
- » Use desinfectante **para manos inmediatamente antes de tocar un cliente para comenzar un masaje e inmediatamente después de completar un masaje** antes de salir de la sala de sesiones.
- » **Si no hay agua y jabón líquido disponibles**, use los desinfectantes de mano inmediatamente después de manipular la ropa de masaje sucia.
- » Use desinfectante para manos **inmediatamente antes de limpiar la ropa de masaje** para preparar la mesa de masaje.
- » Use desinfectante para manos **inmediatamente antes de ponerse una mascarilla e inmediatamente después de quitar una máscara facial**.
- » Use desinfectante para manos **inmediatamente antes de ponerse los guantes e inmediatamente después de quitarse los guantes médicos**.
- » Use desinfectante **para manos inmediatamente después de distraídamente o sin darse cuenta, toque su cara, boca, nariz, vello facial, o cabello durante una sesión de masaje y antes de reanudar masaje**.
- » Use desinfectante para manos **inmediatamente después de estornudar en un codo**.
- » Use desinfectante para manos **inmediatamente después de manipular cualquier cosa que esté potencialmente contaminada**.

Higiene respiratoria y etiqueta para la tos

La higiene respiratoria y etiqueta para la tos pretenden prevenir o reducir la distribución de gotitas respiratorias en el medio ambiente. La higiene respiratoria y la etiqueta de la tos son practicadas consistentemente por practicantes de masaje y recomendado en clientes.

- » **Cúbrase la boca y la nariz** al toser o estornudar con un pañuelo. Si no hay un pañuelo disponible, tosa o estornude en el codo.
- » **Deseche los pañuelos sucios** inmediatamente después de usarlos sin tocarlos, bótelos a la basura.
- » **Lávese las manos después del contacto con secreciones respiratorias.** Si no hay agua y jabón disponibles, descontamine sus manos con un desinfectante para manos a base de alcohol.
- » **Para fomentar la higiene respiratoria y la etiqueta de la tos, proporcione pañuelos desechables, botes de basura sin contacto y desinfectante de manos a base de alcohol en toda la instalación de masajes.** Publicar letreros para educar a los clientes y recordar al personal que practique la higiene respiratoria y etiqueta para la tos mientras está en el centro de masajes.

Uso del equipo protector personal

El equipo de protección personal (EPP) se refiere a guantes, mascarillas, respiradores, gafas protectoras y ropa especial para el cuidado de la salud que los profesionales usan para protegerse de enfermedades infecciosas mientras trabaja con pacientes y clientes. En respuesta a COVID-19, se aconseja a los practicantes de masaje que usen mascarillas y ropa protectora. Se usan guantes para manejar ropa de cama potencialmente contaminada y cuando hay presencia de piel, sangre o fluidos corporales.

MÁSCARAS FACIALES

- » **Las mascarillas quirúrgicas desechables son delgadas, material similar al papel que se ajusta libremente a la boca y la nariz.** Son desechadas y debe ser reemplazada con una máscara nueva al final de cada sesión de masaje. Las máscaras quirúrgicas bloquean gotas respiratorias de partículas grandes al ser expulsadas o inhaladas.
- » **Respiradores N95, simplemente llamados "respiradores" ofrecen más protección.** Ellos protegen contra partículas grandes y pequeñas de gotas dispersadas desde las vías respiratorias. No se ajustan correctamente cuando se usan sobre vello facial porque deben adherirse para alisar la piel.
- » **Los respiradores se usan para una jornada laboral y se deben descontaminar antes de su almacenamiento en una bolsa de papel transpirable por 24 horas antes de que se reutilicen.** COVID-19 persiste durante 17 horas en el material del respirador. El CDC señala que los respiradores pueden ser reciclados cuando muestren signos de desgaste o no se adhieran a la piel.

» **Inmediatamente antes de ponerse una máscara, lávese las manos con agua y jabón líquido o desinfectelas con un desinfectante de mano a base de alcohol.**

» **Cubra la nariz y la boca con la máscara y apriete las correas para asegurarse de que no hay espacios alrededor de los bordes de la máscara.** Con la mascarilla de respiración, coloque ambas manos limpias completamente sobre la mascarilla e inhala fuertemente. La máscara debe pegarse en su cara.

» **Evite tocar la superficie exterior de la mascarilla** y la superficie interior de la mascarilla mientras usa la máscara ya que si la toca se contaminará.

» **Si toca su máscara mientras proporciona masaje, pause y desinfecta tus manos con desinfectante para manos a base de alcohol antes de reanudar.**

» **Quítese la máscara por detrás para evitar tocar la superficie de la máscara,** lávese las manos con agua y jabón líquido o desinfectelas con desinfectante a base de alcohol desinfectante.

ROPA PROTECTORA

» Mientras COVID-19 está presente en la comunidad, **cubra su ropa con delantales protectores, batas de laboratorio de manga corta, o batas médicas desechables.** Cambie estas prendas de protección entre los clientes.

» Alternativamente, **compre varios pares de scrubs** y los cambia entre clientes.

» **Los CDC recomiendan cambiarse la ropa de trabajo y zapatos de trabajo en la calle y lavarlos en el centro de salud** para evitar el transporte de artículos potencialmente contaminados al hogar de profesionales de la salud.

» Si las circunstancias no permiten el lavado en el sitio, **se debe quitar la ropa de trabajo y contenido para el lavado,** antes de entrar en el entorno del hogar.

» **Gafas de seguridad o anteojos** (nota: los anteojos no son una protección aceptable) debe lavarse entre cada cliente o reemplazarse.

GUANTES

» **Los practicantes usan guantes de nitrilo o vinilo sin polvo en cualquier momento antes de entrar en contacto con sangre o fluidos corporales**, incluso cuando un cliente tiene piel rota en un área donde el masaje se proporciona o cuando el profesional tiene piel rota en las manos o antebrazos.

» **Las consideraciones para COVID-19 no requieren un uso especial de guantes.** Los guantes podrían utilizarse cuando se maneja potencialmente ropa contaminada, pero no son necesarios siempre y cuando el practicante tenga una higiene de manos correcta. Los guantes de limpieza de nitrilo también pueden reutilizarse, desinfectarse y reusarse para proteger el medio ambiente.

Automonitoreo para signos y Síntomas de COVID-19

» **El profesional debe monitorear** sus signos y síntomas de COVID-19 todos los días.

» **Tómese la temperatura antes de la jornada laboral y luego nuevamente en la tarde** (cuando los virus tienden a aumentar la temperatura).

» **COVID-19 causa una amplia gama de síntomas.** Trate cualquier novedad de síntoma como sospechosa. Los síntomas más comunes son leves. Resfriado o síntomas parecidos a la gripe, especialmente tos, dolor de garganta y dificultad para respirar.

» **Si un profesional desarrolla una temperatura o síntomas de enfermedad, debe cancelar sus citas de masaje** y auto aislarse durante 14 días o buscar obtener la prueba COVID-19 para descartar infección y regresar al trabajo.

Exposición o Expectativas de Exposición a COVID-19

» **En caso de que un practicante sospeche que ha sido expuesto a COVID-19**, debe auto aislarse hasta que puedan realizarse pruebas y estar libre de infección.

» **Si un cliente llama para informar que ha dado positivo para COVID-19 dentro de las 2 semanas de la sesión de masaje**, el practicante debe auto aislarse hasta que pueda obtener pruebas y estar libre de infección.

Pruebas COVID-19

» **Si cree que necesita una prueba COVID-19**, comuníquese con su principal proveedor de atención para consulta y orientación.

» **La prueba COVID-19 también puede estar disponible en una sala de emergencias local.** Llame para hacer una cita o recibir una consulta y orientación.

» Debido a la falta de disponibilidad de pruebas y su necesidad para los profesionales de la salud con mayor riesgo de infección, **la FSMTB no recomienda que los terapeutas de masaje se sometan a pruebas obligatorias.**

Orientación Para Escuelas de masaje

El brote de COVID-19 interrumpió colegios, universidades, y programas vocacionales en todo el país. Ahora, como algunos estados comienzan a levantar las órdenes de quedarse en casa, las escuelas están preparando sus recintos para el regreso de estudiantes en comunidades donde el COVID-19 todavía está presente.

La orientación que se ofrece aquí está destinada a complementar los procedimientos ya implementados por el Departamento de Educación de EE. UU. y el Departamento de Educación de cada estado. Las escuelas deben adherirse a las políticas esbozadas por estas instituciones gubernamentales. Por lo tanto, las sugerencias ofrecidas por la FSMTB son inherentes a masaje y se les solicita a los administradores de las instituciones educativas a implementar los procesos basados en la información de secciones anteriores que estén relacionadas a la práctica de masaje en el aula y en los laboratorios prácticos. Si un estudiante, facultad o miembro del personal se enferma, presenta síntomas de COVID-19, o arroja positivo a pruebas para detectar el COVID-19, solicite que la persona se retire inmediatamente de los predios para recibir atención médica y auto aislarse. Contacte al departamento de salud del estado para consulta y orientación.

Aquí abordaremos la limpieza escolar, la desinfección y prevención de enfermedades, políticas y procedimientos en el salón de clases, y entrenamiento COVID-19.

Limpieza escolar, Desinfección, y prevención de enfermedades

Revise la sección de este documento titulada Limpieza de instalaciones, Desinfección y prevención de enfermedades. Estas guías se aplican al área de recepción de la escuela, el área de ventas al detal, los baños, los pasillos y escaleras, salas de sesiones, equipos de spa especializados, las salas o áreas de descanso y el área de lavandería de la clínica estudiantil.

En general, y para todas las áreas de la institución se deberá:

- » **Limpiar y eliminar artículos innecesarios** de las áreas escolares para reducir la carga diaria de desinfección y limpieza de superficies (por ejemplo, revistas, libros, estanterías, chucherías, cuencos de dulces, estaciones de té, equipo dañado que espera ser reparado, herramientas de aprendizaje que rara vez se usan, etc.).
- » **Organizar áreas escolares para promover el distanciamiento físico eliminando sillas**, espaciando las sillas a 6 pies entre cada una, colocando cinta adhesiva en forma de una X en áreas donde las personas no debe sentarse o pararse, de ser posible bloquear las áreas donde la gente puede estar tentada a congregarse. Si es posible, instale un escudo de plexiglás/acrílico en los mostradores de recepción como una barrera física entre las personas cuando realizan transacciones.
- » **Tenga fácilmente accesibles en toda la institución, dispensadores con desinfectante para las manos a base de alcohol**. Aliente a los estudiantes, profesores y personal a lavarse y desinfectarse las manos regularmente.
- » **Tenga disponibles dispensadores de papel y botes de basura** automáticos que no requieren contacto físico.
- » **Anime a los estudiantes, profesores y personal a llevar sus propias mascarillas a la instalación**. Proporcione mascarillas quirúrgicas desechable para los que no la tengan disponible al entrar a los predios.
- » **Coloque letreros** a la altura de los ojos para educar a estudiantes, facultad y personal sobre la etiqueta de higiene y tos, higiene de manos, síntomas de COVID-19 y distanciamiento físico.
- » **Aliente a los estudiantes, profesores y personal a limpiar y desinfectar superficies de alto contacto durante todo el día utilizando un desinfectante registrado por la EPA**. El alto contacto de las superficies incluye manijas de puertas, mostradores, superficies de camillas, bolígrafos utilizados para completar documentación, marcadores de borrado en seco, portapapeles, huesos y esqueletos utilizados como herramienta de aprendizaje, escritorios, interruptores de luz, teléfonos y teclados.
- » **Ventilar áreas de la escuela** en la medida posible, abriendo puertas y ventanas para circular aire fresco y mediante Sistemas de filtración de aire HEPA cuando estén disponible.

» **Limpiar pisos al final del día** mapeando los pisos con un limpiador de pisos registrado por la EPA. Aspirado de alfombras usando una aspiradora con un filtro de aire HEPA si hay uno disponible. Utilizar la aspiradora cuando no hay personas en el espacio (las aspiradoras pueden dispersar partículas respiratorias en el aire) y asegurarse que la persona que opere la aspiradora utilice mascarilla de igual forma.

» **Revise la sección de este documento titulado, Productos de limpieza y desinfección. Adquiera productos de limpieza y desinfección registrados por la EPA para cumplir con las necesidades de limpieza de la escuela.** Tenga productos de desinfección disponibles fácilmente para promover la higienización y descontaminación frecuente de las superficies de alto contacto.

» **Determine la cantidad de personas que pueden reunirse de forma segura** en la escuela a la vez (por ejemplo, 25% de la capacidad máxima publicada por orden del Jefe de Bomberos del Estado, 1 persona por cada 110 pies cuadrados de espacio útil, o el requisito del estado emitido). Ajustar los horarios de clases para acomodar este número, si es necesario.

» **En salas de conferencias o salones de clase, donde se sientan los estudiantes en escritorios o mesas, promueva distanciamiento** quitando sillas, espaciando sillas separadas a 6 pies, colocando cinta adhesiva en forma de una X en áreas donde las personas no debe sentarse o pararse, o bloqueando áreas donde la gente puede verse tentada a congregarse. Los estudiantes deben usar mascarilla durante las conferencias.

» **Delinear conferencias o espacios de enseñanza para instructores que les recuerde a los estudiantes que deben mantener distancia física.** Los instructores sin mascarilla deben mantener 6 pies de distanciamiento físico de los estudiantes. Identificar áreas donde los maestros pueden hablar, con estudiantes en privado mientras se mantiene distancia física.

» **En aulas donde los estudiantes intercambian masaje, coloque cinta adhesiva en el piso para indicar donde se encuentran las mesas de masaje localizadas.** Organice con 10 pies de distancia entre lugares donde los estudiantes se paran mientras dan masaje y la siguiente área de masaje para permitir movimiento alrededor de la mesa y evitar la invasión del espacio de compañeros cercanos.

» **Los estudiantes deben colocar sus artículos personales en su propio escritorio / mesa o área designada (por ejemplo, casillero).** Estar seguro de coordinar y agendar de manera regular procesos de limpieza y desinfección de los casilleros y escritorios.

Políticas y procedimientos del salón de clases

Estas actualizaciones y cambios a las políticas estándar de masaje y a sus procedimientos tienen como finalidad disminuir los riesgos para la salud mientras el COVID-19 esté presente en las comunidades. La FSMTB recomienda estas políticas, cambios y guías de procedimiento.

» **Tanto el alumno que actúa como cliente como el estudiante que actúa como terapeuta practicante debe usar una mascarilla durante la duración del intercambio de masajes.**

» **Para reducir el riesgo, los estudiantes que actúan como terapeuta practicante deben utilizar una mascarilla mientras se encuentren dando masajes a compañeros y/o clientes de prácticas externas.** Si se utilizan mascarillas N95, se deben suministrar 2 mascarillas por alumno. Las mascarillas se eliminan al final de una clase o laboratorio práctico y deberán ser colocadas en una bolsa de papel respirable por 24 horas. El COVID-19 permanece en las superficies de la mascarilla durante 17 horas. Esta práctica asegura que los estudiantes tengan una mascarilla sanitizada para usar en cada masaje durante una clase de laboratorio práctico.

» **Fomentar y reforzar protocolos de higiene de manos adecuado, higiene respiratoria adecuada y etiqueta al toser, mantener distanciamiento físico y tener especial atención a la desinfección de superficies de alto contacto y superficies potencialmente contaminadas durante el intercambio de un masaje.**

» **Los CDC sugieren que el COVID-19 infecta las gotas respiratorias que pueden dispersarse cuando la gente habla.** Por esta razón, en la medida posible, se debe ventilar la sala de sesiones de la clínica estudiantil y los salones de clase o correr Unidades de filtración de aire HEPA.

» **Revise la sección titulada Administración de sábanas/o cubiertas. Asegúrese que los estudiantes traigan una bolsa de basura a prueba de licores a la escuela para el transporte de ropa de cama sucia utilizada durante una clase de laboratorio práctico.** Recuérdeles a los alumnos que no deben sacudir la ropa de cama sucia, que deben lavar la ropa rápidamente en agua caliente con detergente y secar con calor. Los estudiantes deben traer sus sábanas, toallas y demás equipos recién lavados.

» **Durante las clases prácticas donde existe un intercambio de masajes, solicite a los estudiantes que traigan un conjunto adicional de ropa para usar después de las clases.** Los estudiantes deben cambiarse de ropa y colocar su uniforme o ropa contaminada en una bolsa de basura a prueba de fugas para transportarla a sus casas. Recuérdeles a los estudiantes que deberán sacar de la bolsa sus uniformes, sábanas y toallas sucias solo cuando estén listos para lavarlos. Sugiera que esa ropa se lave sola y no junto con las tandas de ropa regular. Recuérdeles lavarse las manos luego de entrar en contacto con la ropa sucia ya que la misma puede estar potencialmente contaminada.

» Discutir la indulgencia o cambios en las políticas de asistencia y licencia por enfermedad para estudiantes al igual que la posibilidad de entregar trabajos de reposición en línea. Desarrollar trabajos de reposición que los estudiantes puedan terminar en línea, para mantener sus calificaciones, en el caso de necesitar auto aislarse, esperar la prueba COVID-19 o presentar la enfermedad. Consultar con las agencias de educación y acreditación pertinentes.

ESTUDIANTES EN ALTO RIESGO

Si bien la información aún es limitada, los CDC indican que estas condiciones subyacentes en personas con mayor riesgo de enfermedad grave por COVID-19:

- Personas mayores de 65 años
- Enfermedad pulmonar crónica
- Asma moderada a severa
- Enfermedades del corazón
- Sistema inmune comprometido o suprimido
- Obesidad severa (masa corporal índice de 40 o más)
- Diabetes
- Enfermedad renal crónica
- Enfermedad del hígado

En caso en que la asistencia a clase presencial sea discrecional, que el proveedor de atención médica primaria del alumno indique lo contrario y que el riesgo de enfermedad por Covid-19 esté presente, el estudiante debe tomar un permiso de ausencia mientras el virus esté presente en sus comunidades. Si eligen no tomar un permiso de ausencia, las escuelas deberán obtener el consentimiento informado por escrito del alumno de que comprende que está en alto riesgo y desea continuar con sus clases de todos modos.

AUTOMONITOREO PARA SEÑALES Y SÍNTOMAS DE COVID-19

» **Los estudiantes, el personal y la facultad deben monitorear** los signos y síntomas del COVID-19 todos los días.

» **Tómese la temperatura antes de la jornada laboral** y luego **otra vez en la tarde** (cuando los virus tienden a aumentar la temperatura).

» **El COVID-19 causa una amplia gama de síntomas**, trate cualquier síntoma nuevo como sospechoso. Los síntomas más comunes son resfriados leves o síntomas parecidos a la gripe, especialmente tos, dolor de garganta y dificultad para respirar.

» Si un miembro de la comunidad escolar desarrolla una temperatura o síntomas de enfermedad, deberá quedarse en casa, **no asistir a la escuela y auto aislarse durante 14 días** o buscar obtener pruebas COVID para que puedan ser correctamente diagnosticados y poder regresar a la escuela. Para obtener un ejemplo del Plan de Acción para un caso positivo a la prueba de COVID-19, consulte el Apéndice B.

CAMBIOS QUE IMPACTAN AL ESTUDIANTE, FACULTAD Y PROCEDIMIENTOS DE LLEGADA DEL PERSONAL

- » **Asignar uno o dos miembros del personal para saludar a la comunidad** escolar en la entrada principal al edificio.
- » **Los estudiantes, el personal y la facultad se alinean en la puerta de entrada**, manteniendo 6 pies de distancia entre ellos.
- » **Los miembros del personal asignados deben usar escáneres de temperatura térmica a distancia para medir la temperatura de las personas que entran a las instalaciones. La temperatura no puede ser más alto que 100.4 ° F.** Debe preguntar a cada una de las personas que entran si ha desarrollado frío o síntomas similares a la gripe u otros síntomas sugiriendo enfermedad. Si alguien tiene fiebre o ha desarrollado síntomas, será enviado a su casa.
- » **Confirme que cada persona que llega está utilizando una mascarilla facial** aceptable o proporcionales una mascarilla desechable.
- » Pídale a cada persona que llegue que **desinfecte sus manos a la llegada**.

COVID-19 - Adiestramiento

Los estudiantes, la facultad y el personal deben conocer el plan de la escuela para garantizar su seguridad. Designar un administrador escolar, gerente, supervisor u otra persona para ser responsable de monitorear la salud de la facultad, instructores y estudiantes y para hacer cumplir el plan de seguridad COVID-19. Use estas pautas como base de capacitación.

Alerte a la comunidad escolar sobre cambios en las políticas y procedimientos relacionados con el COVID-19 y cubra:

- » COVID-19, qué es, qué se sabe sobre la transmisión, síntomas y factores de riesgo relacionado con masajes y trabajo corporal.
- » Métodos para prevenir la propagación de COVID-19 en los salones de clases y en las clínicas de práctica.
- » Cómo practicar una higiene de manos adecuada, higiene respiratoria y etiqueta para la tos, distanciamiento físico y desinfección de superficies de alto contacto.
- » Cómo usar el EPP. Cómo ponérselo, cuando utilizarlo.
- » Protocolos y procedimientos escolares relacionados al COVID-19.
- » Protocolos y procedimientos de la clínica estudiantil relacionado con el COVID-19.
- » Prácticas de autocontrol y qué hacer si desarrolla síntomas

EJEMPLOS

Apéndices

Apéndice A: Anejo del Formulario de Admisión

Apéndice B: Plan de acción para la prueba COVID-19 positiva

Apéndice C: Ejemplo de aviso del cliente

APÉNDICE A Anejo de formulario de admisión

Para proteger mejor su salud y la de los demás, complete este formulario antes de cada sesión de masaje y trabajo corporal. ¡Gracias!

NOMBRE: _____ FECHA: _____

¿Se ha realizado la prueba de COVID-19? En caso afirmativo, ¿qué tipo de prueba le hicieron?

¿Cuándo fue su prueba?

¿Cuáles fueron los resultados?

¿Ha estado en lugares con una alta tasa de infección en las últimas dos semanas (por ejemplo, "puntos críticos" designados por el estado)? En caso afirmativo, explíquelo por favor.

Verifique si está experimentando alguno de los siguientes síntomas como un NUEVO PATRÓN desde el comienzo de la pandemia:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fiebre | <input type="checkbox"/> fatiga |
| <input type="checkbox"/> escalofríos | <input type="checkbox"/> dificultad para respirar |
| <input type="checkbox"/> Tos | <input type="checkbox"/> aparición repentina de dolor muscular
(no relacionado con una actividad específica) |
| <input type="checkbox"/> Dolor de garganta | <input type="checkbox"/> sarpullido o lesiones en la piel
(especialmente en los pies) |
| <input type="checkbox"/> Diarrea, malestar digestivo | |
| <input type="checkbox"/> Congestión nasal y sinusal | |
| <input type="checkbox"/> Pérdida del sentido del gusto u olfato | |

¿Tiene alguna nueva molestia con el esfuerzo o el ejercicio?

Declaro que la información proporcionada anteriormente es verdadera y precisa según entiendo.

(Nombre impreso)

(Firma)

(Fecha)

Apéndice B: Plan de acción para la prueba COVID-19 positiva

SI ALGUIEN ASOCIADO CON UNA INSTALACIÓN DE TERAPIA DE MASAJE RESULTA POSITIVO A PRUEBAS PARA INFECCIÓN ACTUAL DE COVID-19:

Si es un practicante de masajes, cliente, miembro del personal, maestro o cualquier otro personal asociado con un centro de terapia de masaje ambulatorio (incluyendo práctica privada, escuela, clínica, spa, franquicia y otros) y arroja positivo a una infección actual con SARS CoV-2 (COVID-19), entonces se recomienda realizar las siguientes acciones:

(Nota: los términos "auto cuarentena" y "contacto cercano" se definen a continuación).

Si la persona actualmente infectada es un cliente, paciente, cliente o invitado:

- La instalación de terapia de masaje deberá cumplir con los esfuerzos de localización de contactos, trabajando con el Departamento de Salud y otras entidades según sea necesario.
- El (los) profesional (es) de masaje que trabajaron con el cliente se deberán realizar la prueba para el virus (si es posible), y debe permanecer en cuarentena por 14 días después de un contacto cercano con ese cliente.
- Todos los demás clientes de ese practicante de masaje con el cual ese terapeuta haya tenido contacto cercano deben ser notificados de que pueden haber sido expuestos (Las declaraciones de salud pública recomiendan que también se someten a cuarentena por 14 días después de su exposición, pero eso no será dentro del ámbito de la instalación de terapia de masaje).

Si la persona actualmente infectada es un practicante de masaje o estudiante trabajando en una clínica pública:

- La instalación de terapia de masaje cumple con esfuerzos de búsqueda de contactos, trabajando con el Departamento de Salud y otras entidades como es requerido.
- Todos los clientes de los practicantes de masajes de las dos semanas previas al diagnóstico positivo de la prueba deben ser informados de que han sido expuestos (Declaraciones de salud pública recomiendan que luego entren en auto cuarentena durante 14 días después de su exposición).
- La(s) sala(s) y todas las herramientas que el practicante de masaje ha utilizado debe desinfectarse completamente y no utilizarse durante un mínimo de tres días, si es posible.
- El practicante de masaje debe entrar en la cuarentena hasta que a través de una prueba arroje negativo y todos los síntomas se hayan disipados.
- Cualquier otro personal en la instalación que haya tenido contacto cercano con el practicante de masaje debe ponerse en cuarentena por 14 días después su exposición Esto podría acortarse si pruebas precisas determinan que no están infectados.

Si la persona actualmente infectada es un estudiante de terapia de masaje:

- La escuela cumplirá con el rastreo de contactos, trabajando con el Departamento de Salud y otras entidades según sea necesario.
- El estudiante debe entrar en cuarentena hasta que una prueba arroje negativo y todos los síntomas hayan desaparecido.
- Todos los estudiantes y el personal con quienes la persona infectada tuvo contacto cercano dentro de las dos semanas anteriores deben ser informados de que han sido expuestos. Deben entrar en auto cuarentena durante dos semanas después de su última exposición. Esto podría acortarse si las pruebas precisas determinan que no están infectados.
- El área de almacenamiento de la persona infectada debe ser vaciado, desinfectado y dejado sin usar por un mínimo de tres días

Si la persona actualmente infectada es un miembro del personal (recepción, maestro, administrador de la escuela, etc.)

- La instalación cumplirá con el rastreo de contactos, trabajando con el Departamento de Salud y otras entidades según sea necesario.
- La persona infectada debe entrar en la cuarentena hasta que la prueba sea negativa y todos los síntomas hayan desaparecido.
- Todas las personas que trabajan en la instalación que tuvieron contacto cercano con la persona infectada dentro las dos semanas anteriores, deben ser notificadas que han sido expuestas y que deberán realizar una auto cuarentena durante 14 días después de su última exposición. Esto podría acortarse si las pruebas precisas determinan que no están infectado

APÉNDICE C Ejemplo de Notificación al Cliente

Estimado cliente,

Espero que esta notificación lo encuentre a usted y a su familia en buena salud. Si bien muchas cosas han cambiado, una cosa se ha mantenido igual: nuestro compromiso con su seguridad y salud. Por su propia naturaleza, el masaje y el trabajo corporal requieren contacto piel con piel y usted debe estar familiarizado con el hecho de que el control de infecciones siempre ha sido una prioridad para mi práctica. Teniendo el bienestar de nuestros clientes como prioridad, hemos implementado requisitos adicionales y modificado las medidas existentes debido al coronavirus. Por este medio, le solicito me ayude a apoyar a todos mis clientes cooperando con algunos requisitos nuevos.

Mi práctica sigue las pautas de práctica recomendadas por la Federación de Juntas Estatales de Terapia de Masaje (FSMTB), junto con las recomendaciones de control de infecciones hechas por los Centros de EE. UU. para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Es posible que vea algunos cambios cuando llegue el momento de su próxima cita. Hemos hecho estos cambios con el fin de ayudar a proteger a nuestros clientes y a nosotros mismos.

Por ejemplo:

- Nos comunicaremos con usted de antemano para obtener actualizaciones de su información de salud y preguntarle específicamente sobre su posible exposición a COVID-19.
- Cuando llegue a la oficina, le pediré que espere en su vehículo hasta que le envíe un mensaje de texto o le llame para que entre. Esto garantiza que no tenemos demasiadas personas en el área de recepción a la vez.
- Le saludaré en la puerta y usaré una prueba de temperatura térmica sin contacto para confirmar que no tiene fiebre.
- Le preguntaré si ha desarrollado algún síntoma de enfermedad desde que hablamos por teléfono. Si se siente enfermo el día de su sesión, no hay penalidad por cancelar su cita. No se recomienda el masaje si tiene algún síntoma de enfermedad.
- Traiga una mascarilla para usar mientras esté en el edificio y durante su masaje.
- Le pediré que firme un formulario de consentimiento informado que diga: "Entiendo que el contacto cercano con las personas aumenta el riesgo de infección por COVID-19. Al firmar este formulario, reconozco que soy consciente de los riesgos involucrados y doy consentimiento a recibir masajes de este practicante".
- Hay una estación de higiene de manos que le pediré que use cuando ingrese a la oficina. También encontrará desinfectante para manos en el área de recepción y otros lugares de la oficina para que los use según sea necesario.

Espero verle de nuevo y estoy feliz de responder cualquier pregunta que puedas tener sobre los pasos que hemos tomado para mantenerlo a usted y a cada cliente a salvo en nuestra práctica. Para hacer una

cita, por favor llame al xxx-xxx-xxxx. La práctica está tentativamente programada para abrir el día, mes, fecha.

Gracias por ser mi cliente. Valoro su confianza y lealtad y espero darle la bienvenida en un ambiente seguro y de contacto terapéutico.