



PROTOCOLO GENERAL DE PREVENCIÓN

Recomendaciones de la Asociación de Danza
Movimiento Terapia Española
ante el COVID-19.

El presente documento tiene la finalidad de proveer a las profesionales de la Danza Movimiento Terapia (DMT) de un protocolo con recomendaciones para su práctica frente al COVID-19 en la transición a la nueva normalidad. El objetivo principal es proteger y prevenir a las profesionales de la DMT y a sus usuarias/os frente al COVID-19 en las diferentes instituciones, públicas o privadas, donde se ofrece un servicio de DMT.

Este protocolo tiene en cuenta las directrices, que se han marcado desde el ministerio de sanidad, establecidas tras la declaración del estado de alarma y el actual plan de desescalada por fases. La ADMTE apoya las medidas preventivas para limitar la propagación y el contagio por COVID-19 teniendo en cuenta las principales medidas establecidas por la orden SND/388/2020 de 3 de mayo, donde la higiene, la distancia física y la concentración de personas en un determinado espacio son las principales recomendaciones a tener en cuenta.



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com

info@danzamovimientoterapia.com

COVID-19 TRANSMISIÓN Y SÍNTOMAS

La enfermedad COVID-19 es causada por un coronavirus, la mayoría de estos son de origen zoonótico, lo que significa que se transmitió desde un animal a un ser humano. El coronavirus de la actual pandemia, el “SARS-CoV-2”, surgió en China en la provincia de Hubei en diciembre del 2019 causando síntomas y dificultades similares a un resfriado común y otras enfermedades respiratorias más graves como el SARS (síndrome agudo respiratorio severo) y el MERS (síndrome respiratorio de Oriente Medio) (Abd El-Aziz y Stockand, 2020).

El coronavirus se transmite y se propaga de una persona a otra a través del contacto físico y de las gotas respiratorias expelidas por una persona infectada mediante tos y estornudos. De ahí la importancia del uso de mascarillas, lavarse las manos con jabón o gel hidroalcohólico y mantener una distancia de al menos dos metros entre personas. Es importante saber que el contagio es posible por medio del contacto con objetos y superficies que anteriormente han sido tocadas por una persona infectada. Diferentes estudios han demostrado que el virus puede permanecer vivo hasta 9 días en objetos y superficies (Riou y Althaus, 2020). De ahí la importancia de la limpieza y desinfección de los objetos y lugares de trabajo.

El periodo de incubación medio del virus es de 14 días. Existen casos donde los primeros síntomas pueden aparecer entre 5 o 6 días tras el contagio. Los síntomas de la enfermedad COVID-19 suelen parecerse al resfriado común o gripe sin generar grandes complicaciones. Sin embargo, en personas de riesgo que sufren de enfermedades cardíacas, pulmonares u otras como diabetes puede llegar a complicarse y necesitar cuidados intensivos e incluso llevar a la muerte. Cabe mencionar que hay personas asintomáticas que son portadoras del virus que también pueden contagiar.



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

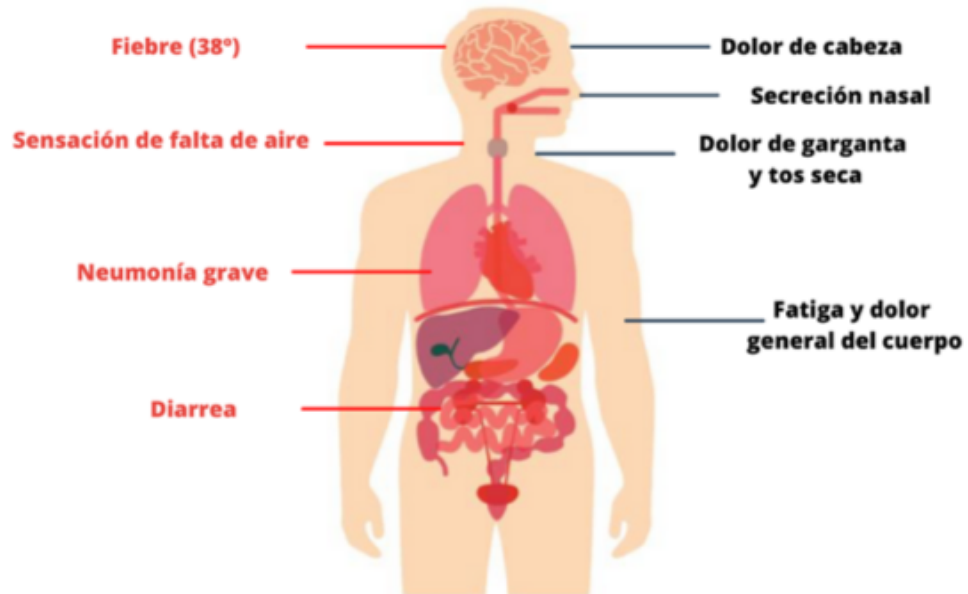
www.danzamovimientoterapia.com

info@danzamovimientoterapia.com

Síntomas COVID-19

Posibles complicaciones

Síntomas comunes



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com

info@danzamovimientoterapia.com

RECOMENDACIONES PARA LAS PROFESIONALES DE LA DANZA MOVIMIENTO TERAPIA

La ADMTE recomienda tomar las medidas obligatorias y necesarias de higiene y prevención de contagio siguiendo la orden SND/388/2020 del 3 de mayo, “por la que se establecen las condiciones para apertura al público de determinados comercios y servicios, así como la práctica del deporte profesional y federado”.

Recomendaciones generales:

1. Atención a los pacientes/clientes solo con cita previa.
2. No se podrá usar la sala de espera, solo en casos de dependencia física o acompañamiento a menores, en estos casos solo habrá una persona en la sala de espera.
3. El espacio de tratamiento debe garantizar la distancia recomendada de 2 metros si no hay barreras de protección o de 1 metro si se cuenta con barreras.
4. Garantizar un horario preferente a personas mayores de 65 años.
5. Se deberán contar con medidas de protección para las y los trabajadores (mascarillas, ropa de trabajo y/o EPIs). La mascarilla será obligatoria cuando no se pueda garantizar una distancia interpersonal de 2 metros y se deberá contar con dispensadores de solución hidroalcohólica.
6. Garantizar las medidas intensivas de higiene y desinfección, con una frecuencia mínima de dos veces al día. Una de las limpiezas se realizará, obligatoriamente, al final del día.



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com

info@danzamovimientoterapia.com

7. Uso de desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida registrados por el Ministerio de Sanidad.
8. Importante tener una pausa a medio día dedicada a tareas de mantenimiento, limpieza y ventilación adecuada de las salas y despachos utilizados.
9. Lavado y desinfección diaria de la ropa de trabajo en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados.
10. Se debe tener a disposición de las y los pacientes/clientes un dispensador con solución hidroalcohólica para manos.
11. Adecuar un espacio específico para los objetos personales de las y los pacientes/clientes.
12. No se podrán utilizar los aseos por parte de los pacientes/clientes, salvo en casos estrictamente necesarios. En este último caso se deberá, de forma inmediata, limpiar en su totalidad el aseo (W.C, grifos y pomos de puertas.)
13. Se deberá disponer de papeleras, a ser posible con tapa y pedal.

Recomendaciones en relación al trato con los pacientes/clientes:

1. Solicitar a las o los clientes/pacientes que, si han contraído la enfermedad o presentan síntomas, cancelen su visita y reserven una nueva pasados los 14 días tras la enfermedad.



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com

info@danzamovimientoterapia.com

2. Pedir a las o los clientes/pacientes que sean ellos mismos quienes pongan sus objetos personales (bolsas, mochilas, chaquetas, etc) en el espacio que se ha destinado para ello.
3. Los pacientes/clientes deberán utilizar mascarilla durante el tiempo que estén en la consulta.
4. Abstenerse de cualquier tipo de contacto físico personal (abrazos, besos, apretón de manos, etc). Si llega a ser necesario se optará, en primera instancia, el uso de algún material lúdico con el objetivo de contención. Si no es posible se recomienda que el contacto físico sea mediante las manos, preferiblemente utilizando guantes.

Recomendaciones en relación al material utilizado en sesiones:

1. Utilización de materiales de trabajo, lúdicos y psicoterapéuticos que sean fáciles de higienizar, preferiblemente que sean de plástico, silicona o metal.
Si se utilizan materiales textiles se deberán utilizar solo con un cliente/paciente y terminada la sesión introducirlos en una bolsa de plástico para después lavarlos mediante ciclos de 60-90 grados centígrados.
2. Se deberá desinfectar los elementos físicos que el paciente/cliente pueda utilizar o tocar (lápices, bolígrafos, muebles de trabajo, etc.) La desinfección se deberá hacer después de cada sesión.
3. No se podrá ofrecer comida ni bebida (café, te, galletas, etc.)



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com
info@danzamovimientoterapia.com

Fuentes fiables de información sobre el coronavirus SARS-CoV-2 y COVID-19

<https://www.linkedin.com/pulse/fuentes-de-informaci%C3%B3n-sobre-el-coronavirus-covid-19-sanchez-alonso/>

<https://boe.es/boe/dias/2020/05/09/pdfs/BOE-A-2020-4911.pdf>

<https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/sanidad14/Paginas/2020/090520fase-uno.aspx>

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Informacion_inicial_alerta.pdf

<https://www.boe.es/boe/dias/2020/05/03/pdfs/BOE-A-2020-4793.pdf>

Referencias

Abd El-Aziz T.K, Stockand D. (2020). Recent Progress and challenges in drug development against COVID-19 coronavirus (SARS-CoV-2) – an update on the status. Infection, Genetics and Evolution, 83. doi: <https://doi.org/10.1016/j.meegid.2020.104327>

Riou J, Althaus C.L. (2020). Pattern of early human-to-human transmission of Wuhan 2019 novel coronavirus (2019-nCoV), December 2019 to January 2020. Euro Surveill. 25, 2000058 (2020). doi:10.2807/1560-7917.ES.2020.25.4.2000058pmid:3201966



Asociación Española de Danza Movimiento Terapia

www.danzamovimientoterapia.com
info@danzamovimientoterapia.com