



**MANUAL DE BIOSSEGURANÇA DO(A) ALUNO(A) NA
CLÍNICA-ESCOLA DE FISIOTERAPIA DA FACENE EM
TEMPOS DE COVID-19**

**JOÃO PESSOA/PB
2021**

MANUAL DE BIOSSEGURANÇA DO(A) ALUNO(A) NA CLÍNICA-ESCOLA DE FISIOTERAPIA DA FACENE EM TEMPOS DE COVID-19

(Adaptado da Cartilha de Biossegurança para Fisioterapeutas e Terapeutas Ocupacionais em Tempos de Covid-19. Organização: Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. Brasília, DF: COFFITO, 2020)

Organização

Camila Figueiredo Gomes
Emanuelle Malzac Freire de Santana

Revisão

Danyelle Nóbrega de Farias
Dyego Anderson Alves de Farias
Emanuelle Silva de Mélo
Gabriel Rodrigues Neto
Matheus dos Santos Soares
Newton da Silva Pereira Júnior

SUMÁRIO

1 COMO SE COMPORTAR	3
1.1 Cuidados Antes de Sair de Casa	3
1.2 Durante o Deslocamento	3
1.3 Ao Chegar à Instituição	4
1.4 Cuidados ao Chegar em Casa	4
1.5 Orientações para as Vestimentas Utilizadas na Área Clínica (pijama ou calça/blusa branca, jaleco e calçado)	4
2 TRIAGEM DE USUÁRIOS E ACOMPANHANTES DA CLÍNICA ESCOLA, PRÉVIA AO AGENDAMENTO	4
2.1 Ao Agendar Consultas/Sessões	5
2.2 Para a Continuidade dos Atendimentos	6
2.3 Recepção e Orientação aos Usuários e Acompanhantes no Dia da Sessão	6
3. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIs)	7
4.PROTOCOLOS DE BIOSSEGURANÇA ANTES, DURANTE E APÓS ATENDIMENTO CLÍNICO	8
4.1 Antes da Paramentação	8
4.2 Paramentação Preliminar	10
4.3 Paramentação	10
4.4 Ambiente para o Atendimento	11
4.5 Desparamentação	12
5 ORIENTAÇÕES PARA A LAVAGEM DE ROUPAS UTILIZADAS NA ÁREA CLÍNICA	14

1 COMO SE COMPORTAR

Para segurança de todos (alunos, professores, funcionários e familiares), estas recomendações de conduta devem ser seguidas desde o momento da sua saída de casa até seu retorno, incluindo seu trajeto de deslocamento e seu período de permanência nas dependências da instituição.

1.1 CUIDADOS ANTES DE SAIR DE CASA

- Lavar as mãos e colocar máscara de tecido. Se possível, manter os cabelos presos.
- Levar bolsa (preferencialmente de material lavável) contendo o mínimo de material possível, apenas o essencial, como celular, chaves e documentos pessoais.
- Itens necessários: álcool em gel, máscara extra limpa, saco plástico para guardar a máscara usada, garrafa térmica com água para beber, caneta esferográfica/lápis para uso pessoal, bloquinho de anotações, estetoscópio, esfigmomanômetro, goniômetro, martelo de reflexos, pijama cirúrgico ou calça/blusa branca, jaleco e calçado clínico devidamente higienizados, além de sacos plásticos para acondicioná-los após o uso.
- Evitar uso de acessórios, como relógio, brincos, colares e pulseiras.
- Se possível, separar um calçado específico para o uso fora de casa.

1.2 DURANTE O DESLOCAMENTO

- Não tocar olhos, nariz, boca e máscara sem antes higienizar as mãos.
- Manter etiqueta respiratória (ao tossir ou espirrar, cobrir nariz e boca com lenço ou com o antebraço; não utilizar as mãos).
- Ao tocar qualquer superfície, higienizar as mãos com álcool, como por exemplo, a maçaneta da porta do carro.
- Se utiliza transporte público, evite tocar/encostar-se em superfícies e mantenha distância de 2 metros das demais pessoas.

1.3 AO CHEGAR À INSTITUIÇÃO

- Higienizar as mãos com água e sabão.
- Apenas retirar a máscara no momento de trocá-la pela máscara de uso clínico.
- Trocar de roupa vestindo o pijama cirúrgico ou calça/blusa branca.
- Guardar em armário o material pessoal que não será utilizado. Lembrar que os armários deverão ser higienizados antes e após o uso.
- Trazer o cadeado para segurança de seus pertences.
- Evitar contato físico, como aperto de mão, abraço e beijo em professores, funcionários, colegas e pacientes, mantendo distância de 2 metros, sempre que possível.
- Não compartilhar materiais/objetos.

1.4 CUIDADOS AO CHEGAR EM CASA

- Retirar os sapatos e objetos pessoais (bolsa, carteira, celular, chaves, relógio) ainda na entrada de casa.
- Se possível, manter na entrada de casa um pano com solução de hipoclorito de sódio para higienização dos calçados, além de separar uma área na entrada de casa para deixar os calçados e objetos pessoais.
- Higienizar as mãos com água e sabão, retirar a máscara e higienizar os objetos pessoais com álcool a 70%.
- Separar a roupa para lavagem. No caso dos calçados e vestimentas de uso clínico, estes devem passar por lavagem específica (citada abaixo).
- Tomar banho lavando bem as áreas mais expostas, como mãos, punhos, pescoço e rosto (barba e bigode), além de lavar os cabelos.

1.5 ORIENTAÇÕES PARA AS VESTIMENTAS UTILIZADAS NA ÁREA CLÍNICA (PIJAMA OU CALÇA/BLUSA BRANCA, JALECO E CALÇADO)

Ao fim do expediente clínico, trocar de roupa e armazenar as peças contaminadas em saco plástico fechado. Em casa, lavá-las separadamente das demais roupas. Preparar solução de hipoclorito (10ml/1 litro de água) e deixar as peças de molho durante 30 minutos, lavar

normalmente com água e sabão e deixar secar ao sol ou secadora. Após secagem, passar o ferro quente e embalar em saco limpo para o próximo uso. Após o procedimento de lavagem, executar o ciclo de autolimpeza da máquina de lavar roupas.

2. TRIAGEM DE USUÁRIOS E ACOMPANHANTES DA CLÍNICA-ESCOLA, PRÉVIA DO AGENDAMENTO

O atendimento presencial deve ser precedido pelo contato por via remota (telefone, e-mail, whatsapp ou outro aplicativo de comunicação) com o usuário ou seu responsável. Para a triagem, uma ficha direcionada ao usuário ou responsável, no caso de idosos, crianças e adolescentes, e pessoas com deficiência, deve ser respondida. Essa ficha de triagem ou anamnese prévia questiona alguns aspectos clínicos relevantes sobre a covid-19.

2.1 AO AGENDAR CONSULTAS/SESSÕES

2.1.1 Perguntar ao usuário se ele(a) ou acompanhantes apresenta(m) sintomas de infecção respiratória (por exemplo, tosse, coriza, espirros, dificuldade para respirar). Esses usuários devem ser orientados a adiar a consulta para depois da melhora dos sintomas. Se as respostas forem negativas para os sintomas da covid-19, o agendamento da consulta pode ser realizado.

2.1.2 As fichas de triagem, devem ficar registradas no prontuário do usuário, e este deve ser assinado pelo responsável pela triagem e repetida a cada sessão de fisioterapia (Figura 1).

Figura 1. Ficha de Pré-triagem

**FICHA DE TRIAGEM PRÉ-ATENDIMENTO
CLÍNICA ESCOLA DE FISIOTERAPIA****Paciente:** _____**Data:** / /**Aluno(s) responsável(is):** _____

Nos últimos 15 dias, você ou alguém se eu convívio:

1. Esteve em contato com alguém diagnosticado por COVID-19?

 Sim Não

2. Esteve em contato com alguém que teve febre ou problemas respiratórios?

 Sim Não

3. Teve febre?

 Sim Não

4. Teve tosse seca?

 Sim Não

5. Teve dificuldades para respirar?

 Sim Não

6. Sentiu alguma alteração no gosto (paladar) ou no cheiro (olfato)?

 Sim Não

7. Apresentou dor de cabeça intensa?

 Sim Não

8. Apresentou algum desarranjo intestinal?

 Sim Não

9. Esteve em algum hospital como paciente ou acompanhante?

 Sim Não**Em caso de resposta positiva em alguma das perguntas, a sessão de fisioterapia deve ser adiada (por 14 dias ou até confirmação por testagem específica, da ausência de COVID-19)**

2.1.3 Orientar que todos os usuários e acompanhantes venham para atendimento usando máscara de tecido (exceto crianças menores de 02 anos devido ao elevado risco de asfixia e rápido umedecimento) e que permaneçam com esta durante o tempo em que estiverem nas dependências do prédio e no seu trajeto de ida e de volta.

2.1.4 Informar ao usuário que evite se adiantar ou atrasar em relação ao horário agendado.

2.1.5 Orientar ao usuário e ao acompanhante que levem o mínimo de bagagem consigo na data da sessão.

2.2 PARA A CONTINUIDADE DOS ATENDIMENTOS

2.2.1 Devem ser estabelecidos canais eficazes de comunicação entre os usuários e/ou acompanhantes com a instituição para situações de cancelamentos de consultas e intercorrências.

2.2.2 A cada sessão devem ser repetidos os procedimentos de triagem presencial, aferição de temperatura e anamnese, assim como reforçadas as orientações quanto ao uso de máscara, etiqueta social sem contatos físicos, lavagem das mãos, não tocar olhos e boca, etiqueta da tosse e espirro e a adequada higienização das máscaras de tecido.

2.2.3 Antes de liberar o usuário para o retorno, orientar quanto à conduta de sistematização de cuidados ao chegar em casa (tirar a roupa e deixar em local separado para higiene, tomar banho completo, etc.) e orientar que, sempre que possível, busque nos dias que comparecer às sessões, ir direto para casa ao invés de circular por diversos espaços sociais.

2.3 RECEPÇÃO E ORIENTAÇÃO AOS USUÁRIOS E ACOMPANHANTES NO DIA DA SESSÃO

2.2.1 Todos os alunos, professores e funcionários terão a temperatura aferida ao chegar, caso alguém apresente temperatura superior a 37,5°C deverá ser afastado do trabalho e/ou estudo presenciais.

2.2.2 O usuário que foi considerado apto ao atendimento através do agendamento prévio, deverá passar por nova triagem no dia da sessão. Na entrada da clínica, será aferida temperatura dos usuários e acompanhantes, oferecido álcool em gel para higienização das mãos e tapete higienizador para limpeza dos pés.

2.2.3 Caso apresente algum sintoma de COVID-19 ou responda positivamente a algum quesito da triagem: fornecer-lhe máscara cirúrgica em substituição à máscara de tecido, acolhê-lo em ambiente ventilado obedecendo às regras de distanciamento,

adiar sua consulta eletiva com o fisioterapeuta por pelo menos 15 dias e orientá-lo a buscar atendimento médico.

2.2.4 Quando o usuário precisar de acompanhante (crianças, idosos e pessoas com deficiência), este deve permanecer sentado a no mínimo 2 metros de distância da maca/tablado ou local específico em que o atendimento esteja sendo realizado, munido de máscara. Sempre que possível, preferencialmente, solicitar que aguarde fora do ambiente clínico.

2.2.5 O usuário deve ser orientado a seguir o distanciamento mínimo de 2 metros e antes de liberá-lo, reforçar as condutas necessárias: dirigir-se diretamente para casa, evitando circular por outros ambientes sociais, ao chegar em casa deixar sapatos e objetos na entrada e higienizá-los, separa a roupa para lavagem e tomar banho completo lavando rosto e cabelos.

3. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIs)

Além de todos os EPIs que já eram empregados rotineiramente na prática clínica da fisioterapia, com o advento da pandemia da COVID-19, serão necessários alguns equipamentos adicionais e exigirá de nós atenção redobrada para seu uso correto. Tanto os alunos, professores e equipe de auxiliares, como os pacientes, precisarão utilizar EPIs específicos.

3.1 **Sapato:** branco, fechado (recobrimdo o dorso do pé e sem orifícios), em material emborrachado impermeável e lavável (Figura 2). Evitar calçados em tecido e com cadarço. Lembrete: o calçado acima é para uso clínico exclusivo.

3.2 **Vestimenta:** pijama cirúrgico de mangas curtas ou calça/blusa branca e jaleco branco, ambos de tecido. Lembrete: vestir apenas no ambiente clínico, após o uso trocar de roupa e acondicionar em saco fechado para posterior lavagem com solução de hipoclorito.

3.3 **Respirador N95/PPF2 ou máscara cirúrgica ou máscara de tecido.** Lembrete: O respirador pode ser descartado ou acondicionar em recipiente adequado ou saco plástico (Vide: tópico de desparamentação) usar por no máximo 12 horas seguidas ou por até 15 dias, substituindo se este não estiver íntegro, limpo e seco. A máscara cirúrgica deve ser descartada após uso e a máscara de tecido deverá ser trocada a cada 2 horas ou quando estiver úmida.

3.4 **Óculos de proteção individual.** Lembrete: quem utiliza “óculos de grau” deve adquirir óculos de proteção específicos. Aconselhamos a aquisição de óculos de uso próprio.

3.5 **Protetor facial (face shield).** Lembrete: higienizar óculos e protetor facial com água e sabão.

3.6 **Luva de procedimento.** Lembrete: higienizar as mãos e trocar as luvas a cada atendimento.

Figura 2. Exemplo sapato ideal: sem cadarço, fechado e de material plástico.



4. PROTOCOLOS DE BIOSSEGURANÇA ANTES, DURANTE E APÓS ATENDIMENTO CLÍNICO

4.1 ANTES DA PARAMENTAÇÃO

a) Preparo em casa

- Remover todos os acessórios e adereços;
- Prender os cabelos, se aplicável;
- Manter as unhas curtas;
- Não utilizar maquiagem e/ou protetor solar, pois dificulta o selamento e fixação dos EPIs.
- Barbear-se, se aplicável (a barba prejudica o selamento marginal dos respiradores).

b) Preparo na instituição

- Beber água, se necessário, para evitar interrupções durante o atendimento. (Lembrete: levar sua própria garrafa de água);
- Ir ao toalete se necessário, para evitar interrupções durante o atendimento;
- Vestir o pijama cirúrgico ou calça/blusa branca, calçado específico para uso na clínica e deixar o material pessoal, roupas e calçado no vestiário em armários ou, alternativamente, dentro de sacolas plásticas descartáveis, fechadas.
- Fazer a higienização completa das mãos com água e sabão líquido: duração do procedimento: 40 a 60 segundos. Evitar toques após a higienização das mãos (Figura 3).
- Na ausência de água e sabão, pode-se fazer a higienização com álcool a 70% seguindo os mesmos procedimentos. Duração do procedimento: 20 a 30 segundos.

Figura 3. Sequência de lavagem simples das mãos



4.2 PARAMENTAÇÃO PRELIMINAR

- Em ambiente adequado, o aluno deve substituir a roupa, pelo pijama cirúrgico ou calça/blusa branca. Seguido de jaleco.
- Trocar o calçado.
- Higienizar as mãos.
- Trocar a máscara de uso doméstico (armazenar em saco plástico), segurando pelas alças e garantindo adaptação ao rosto.

- Colocar óculos de proteção e/ou face shield, com fechamento lateral (sobre óculos corretor de visão, se aplicável).
- Utilizar gorro, de tamanho adequado, acomodando todo o cabelo e orelhas no seu interior.
- Apenas após a paramentação preliminar o aluno está apto a adentrar em ambiente clínico.

Figura 4. Sequência de pré-paramentação: colocar vestimenta clínica (pijama cirúrgico ou calça/blusa branca, calçado e jaleco), e com as mãos limpas colocar respirador, óculos e touca



4.3 PARAMENTAÇÃO

- Ao entrar em clínica, higienizar as mãos;
- Vestir luvas de procedimento: em látex ou vinílica que, no contexto da epidemia da covid-19, devem ser utilizadas em qualquer contato com o usuário ou seu entorno. Separar materiais que serão utilizados no procedimento clínico e prontuários do paciente (obs.: Seguir o tópico: 4.4 Preparo do ambiente de atendimento);
- Após material separado, remover luvas e realizar lavagem de mãos;
- Colocar protetor facial (*face shield*);
- Colocar novas luvas

Lembrete: Sequência da paramentação: máscara/respirador, óculos, gorro/touca e protetor facial.

4.4 AMBIENTE PARA O ATENDIMENTO

Ao preparar o ambiente para o atendimento, primeiramente deve-se higienizar as superfícies a serem utilizadas, como macas, tablados e tatames, além de equipamentos eletrotermofototerapêuticos e materiais que possam vir a ser utilizados (solo, bicicleta, bola suíça,

halteres, cones, barras paralelas, rolos...). Deve-se também planejar previamente os procedimentos a serem executados e organizar o ambiente apenas com os materiais necessários.

Após o uso, materiais perfurocortantes, como agulhas e seringas, devem ser descartados em recipiente adequado, sem desconectá-los ou reencapá-los (caixa perfurocortante).

Atentar para a higienização do ambiente, equipamentos e materiais após a finalização de cada atendimento, como descrito abaixo:

- Estetoscópio, goniômetro e martelo de reflexos: Procedimento: realizar fricção com álcool a 70% e papel toalha.
- Esfigmomanômetro: Procedimento: Fricção com álcool a 70% e papel toalha; trocar manguito sempre que ele estiver sujo.
- Instrumental de aço: Procedimento: colocar em detergente enzimático (10' imersão), lavar, enxugar, empacotar e esterilizar em autoclave.
- Maca, tablado, tatame, colchonete e materiais (bola suíça, cones, halteres, rolos...): Procedimento: fricção com álcool a 70% e papel toalha.
- Equipamentos (eletrodos): Procedimento: lavar com água, detergente e bucha, secá-lo com pano limpo e depois imergir apenas a parte de introdução vaginal ou anal, no ácido (20' imersão). Após a desinfecção, lavar com água corrente, sem bucha ou detergente, secar com pano limpo, proteger com saco plástico e armazenar em um recipiente com tampa.
- Turbilhão: Procedimento: esvaziar o turbilhão após o tratamento. Encher novamente o turbilhão com água suficiente para que a turbina opere com segurança e adicione sabonete líquido, colocar a turbina em movimento para que os agentes de limpeza circulem por todo componente interno, retirar a água do turbilhão e esfregar o interior com um produto de limpeza, prestando atenção na turbina, ralos, soldas e outras áreas que podem deter germes. Enxaguar cuidadosamente com água limpa a superfície interna do turbilhão.

4.5 DESPARAMENTAÇÃO

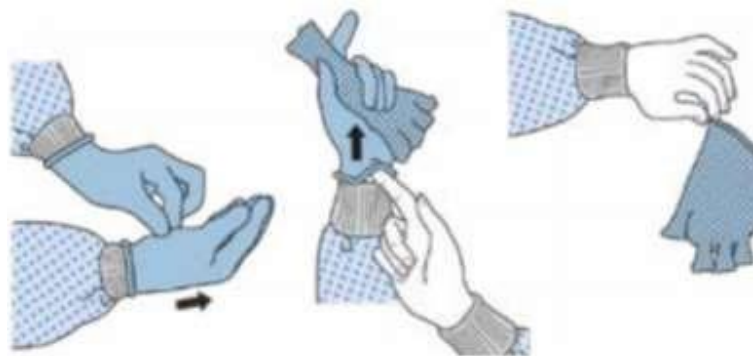
Após o atendimento, remover as luvas, sendo os demais EPIs removidos fora da clínica.

Remoção das luvas: Retirar a luva de uma das mãos com o auxílio da outra, tocando somente as superfícies externas. Com a mão desenluvada, retirar a luva da outra mão, tocando somente sua face interna. As luvas devem ser descartadas imediatamente em lixeira de material biológico, como nos exemplos abaixo. (Figuras 5 e 6).

Figura 6. Sequência de remoção das luvas



Figura 7. Esquema representativo de remoção das luvas



Fonte: AVASUS (UFRN, 2020).

Realizar lavagem das mãos.

Remoção do protetor facial e óculos de proteção: Na remoção do protetor facial utilizam-se as hastes laterais de trás para frente. Nunca se deve tocar na parte frontal do protetor facial, superfície mais propensa à contaminação. Os óculos de proteção também devem ser retirados e colocados em superfície adequada para posterior descontaminação (Figura 7).

Figura 7. Remoção do protetor facial e óculos pelos lados



- **Remover touca:** Após saída do ambiente clínico, remover gorro/touca pela parte posterior e descartar no lixo de material biológico.

- **Lavagem das mãos.**

- **Remoção da máscara/respirador:**

Fora do ambiente clínico, iniciar pelo elástico inferior, seguido pelo superior, segurando ambos com as mãos, sem tocar na face frontal da máscara. Excepcionalmente, em situações de carência de insumos e para atender à demanda da epidemia da covid-19, o respirador N95/PPF2 ou similar sem válvula poderá ser reutilizado pelo mesmo indivíduo, desde que cumpridos passos obrigatórios para a retirada, sem a contaminação da sua face interna. Se o respirador estiver íntegro, limpo e seco, pode ser usado várias vezes durante o mesmo dia pelo mesmo indivíduo por até 12 horas, ou conforme definido pela Comissão de Controle de Infecção Hospitalar (CCIH) do serviço de saúde (Ministério da Saúde). Para reutilização, armazenar em folha de papel ofício.

5 ORIENTAÇÕES PARA A LAVAGEM DE ROUPAS UTILIZADAS NA ÁREA CLÍNICA

- Ao final do expediente, retirar o pijama cirúrgico ou calça/blusa branca e jaleco, colocar em uma sacola/embalagem plástica fechada.

- Ao fim do expediente clínico, trocar de roupa e armazenar as peças contaminadas em saco plástico fechado; em casa, lavá-los separadamente das demais roupas. Preparar solução de hipoclorito (10ml/1 litro de água) e deixar as peças de molho durante 30 minutos; lavar normalmente com água e sabão e deixar secar ao sol ou secadora. Após secagem, passar o ferro quente e embalar em saco limpo para o próximo uso.

- Após a lavagem em máquina de lavar, executar o ciclo de autolimpeza da máquina.