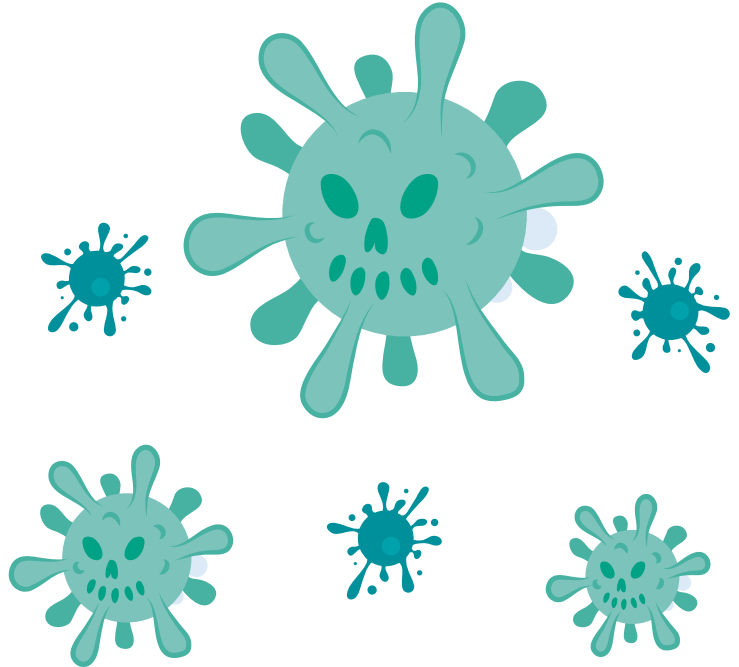




COCEMFE 30 años
Cantabria juntos

DESESCALADA COVID 19





1. Somos

2. Objeto

3. Alcance

3.1 Con tu ayuda

4. Plan de contingencia

4.1 Qué hemos hecho

4.2 Qué debes de hacer tú

4.3 Medidas de higiene y prevención

4.4 Medidas específicas servicio de promoción de la autonomía personal: fisioterapia

- En el centro
- En tu domicilio

4.5 Medidas para el resto de servicios de atención directa

4.6 Medidas de higiene y prevención adoptadas para el equipo profesional

4.7 Proveedores, mensajería, mantenimiento...

4.8 Coordinación con otras entidades

5. Responsabilidad



1. Somos...

COCEMFE Cantabria está formada por 23 asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica. Tenemos nuestra sede en el Centro de Usos Múltiples (CUM) Matías Sainz Ocejo, en la Avda. Cardenal Herrera Oria de Santander. Las instalaciones son aproximadamente 1.600 metros cuadrados distribuidos en 3 plantas. La planta inferior (-1) es la Residencia "COCEMFE Cantabria", conocida como Casa Matías, y está gestionada por una de las entidades que están federadas, Amica.

Además en el centro 6 entidades, también federadas, tienen su sede social, 2 de ellas comparten despacho y las otras 4 tienen despacho independientes, además estas 4 tienen profesionales contratados.

2. Objeto

El objeto de este plan es dar las directrices necesarias para gestionar adecuadamente la Federación, tras el estado de emergencia publicado en el R.D 463/2020 y modificado posteriormente por el R.D 465/2020.

Establecer recomendaciones al equipo profesional que permita asumir con garantías suficientes la recuperación gradual de la actividad presencial, con el objetivo de prevenir contagios y la propagación del COVID-19.

Minimizar los efectos derivados de esta situación y garantizar la normalidad en todas nuestras actividades.

3. Alcance

El alcance de este plan se establece para las instalaciones y puestos de trabajo de la Federación, tanto el trabajo desempeñado en el Centro de Usos Múltiples, (sede de la Federación, en la Avda. Cardenal Herrera Oria 63 interior de Santander), como en los posibles desplazamientos domiciliarios para la prestación de servicios.

Este plan estará en continua revisión en función de la evolución de los acontecimientos derivados de la situación actual (SARS-COV-2).

3.1 Con tu ayuda...

Antes de la crisis sanitaria prestábamos una serie de servicios que han sido considerados como servicios esenciales. Hemos readaptado nuestros servicios, dentro de sus posibilidades, al teletrabajo durante este tiempo. Ahora toca readaptarnos al



nuevo escenario que se nos plantea, y no podemos hacerlo sin vuestra ayuda. Nuestro movimiento asociativo es muy cercano, y somos conscientes de lo que nos va a costar mantener distancias, hablarnos con mascarillas etc. A partir de ahora todas las medidas de distanciamiento, protocolos... que tenemos que tomar, puede parecer que enfrían nuestra relación, pero queremos no verlo así. Vamos a verlo como un conjunto de acciones fundamentales con las que convivir para poder seguir prestando los apoyos. Debemos de **cuidarnos mutuamente**, y este cambio no lo podemos hacer sin tu ayuda. Y lo vamos a hacer bien, por eso necesitamos tu colaboración.

4. Plan de contingencia

4.1 Qué hemos hecho...

- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales. Nuestro servicio está externalizado con Ibersys Seguridad y Salud, S.L. Solicitamos que nos hicieran una evaluación especial con motivo del COVID-19, anexando una evaluación COVID-19. Este documento está en revisión permanente, en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2), emitida por los organismos competentes.
- Servicio de limpieza. La limpieza del centro está externalizado con la empresa Depersonas. Se ha procedido a hacer una limpieza exhaustiva antes de regresar al centro. La empresa tiene su propio protocolo COVID-19 que ha puesto a nuestra disposición, en él figura un apartado específico para limpieza de centros de servicios sociales que es el que se nos aplica. Además, durante toda la vigencia del Estado de Alarma, el ICASS envía una empresa cada 4 días para la desinfección de entradas y zonas comunes de las 3 plantas.
- Dotarnos de EPIs para los profesionales, y materiales para comenzar la atención presencial, sobre todo en aquellos servicios esenciales en los que se requiere contacto con la persona, como es el servicio de rehabilitación.
- Rediseñar los espacios del centro para poder ofrecer medidas de seguridad.
- De momento hemos reducido el horario de apertura el centro
Antes: L-J 08:30-h a 19:15-h. V de 08:30-h a 15:00-h
Actualmente: L-V 08:00-h a 15:30-h, entrando con un margen de 10 minutos.



4.2 Qué debes hacer tú...

Contacta con nosotros siempre por teléfono y/o correo electrónico para solicitar el servicio que requieras, y juntos valoramos la mejor forma de ofrecértelo. Presencial, telefónico, telemático, o un conjunto de ellos.

Vamos a hacerte unas preguntas básicas para ver si puedes acceder al centro.

- ❖ No podemos ofrecerte una atención presencial si presentas alguno de los síntomas del virus o estás en aislamiento domiciliario debido a un diagnóstico por COVID-19, o te encuentras en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.

Síntomas COVID-19

Síntomas más habituales

Fiebre / Tos seca / Cansancio

Síntomas menos comunes

Diarrea / Pérdida del olfato y el gusto / Conjuntivitis

Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies

Síntomas graves

Dificultad para respirar o sensación de falta de aire

Dolor o presión en el pecho

Incapacidad para hablar o moverse

Cuando acudas al centro

- ❖ Debes venir con una mascarilla quirúrgica y mantenerla todo el tiempo. Sabemos que es incómoda pero es muy importante que la **mascarilla no se retire para hablar**, y debe de **cubrirte nariz, boca y barbilla**. Debes de seguir en todo momento las instrucciones del fabricante, es decir, si no es reutilizable usar solo una vez, si es reutilizable no lavarla más de los lavados permitidos.
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/030520_GUIA_COMPRA_MASCARILLAS.pdf
- ❖ No saludar mediante contacto físico a nadie en el centro, y mantener los 2 metros de distancia siempre que sea posible.



- Sé puntual y cíñete al horario que hemos concertado.
- Siempre y cuando sea posible, no vengas acompañado/a.
- Una vez que accedas al centro debes de esperar en recepción, y seguir las instrucciones que te dé la persona que allí esté.
- Vamos a mirar tu temperatura, si tienes más de 37,5 grados no podremos atenderte, debes irte a casa y avisar por teléfono a los servicios sanitarios.
- Vamos a higienizarte la suela de los zapatos con producto higienizante, las ruedas de la silla, bastones o ayuda técnica en el caso de personas con movilidad reducida.
- Nosotros estamos tomando todas las medidas oportunas, tú deberás de hacer lo mismo, por ello vamos a pedirte que nos firmes tu conformidad con todos los requisitos tenidos en cuenta y que te haces responsable de tu propio estado de salud.

4.3 Medidas de higiene y prevención

En las tareas de limpieza y desinfección se tendrá especial atención en las zonas de uso común, así como en las zonas en las que se realicen tratamientos de rehabilitación y cuidado terapéutico. En el centro, al igual que en los servicios públicos, habrá un cuadrante del servicio de limpieza en el que se firmará el trabajo realizado cada día. Hay habilitados aseos para uso del personal y otros para el público, ambos estarán dotados de jabón de manos, papel para secarse y papelera.

En el centro, tanto a la entrada como en los espacios de atención al público, hay botes de gel hidroalcohólico, así como papeleras de pedal.

Se realizará ventilación diaria de todos los espacios, dejando tiempo suficiente para la renovación del aire.

El ascensor se usará solamente en los casos imprescindibles. En caso de tener que usarlo utilizarás un pañuelo de papel que luego tirarás a la papelera de pedal. Toda la atención a las personas se realizará en la planta cero.

En aquellas actividades que tienen un copago por parte de las personas usuarias de los mismos, se realizará mediante TPV en recepción, se procederá a la desinfección de ésta después de cada uso.

La gestión de los residuos ordinarios se seguirá haciendo por el método actual. Se han habilitado cubos específicos de pedal para la gestión de nuevos residuos consecuencia



de mascarillas, guantes...en ambos casos es el servicio externo de limpieza quien lo retira del centro de trabajo.

Las actividades grupales están suspendidas. Se fomentará el uso de la tecnología para las reuniones, en el caso de que sea imprescindible que sean presenciales se reducirá al mínimo el número de asistentes, manteniendo siempre la distancia de 2 metros.

4.4 Medidas específicas servicio de promoción de la autonomía personal: fisioterapia

El servicio retomará la actividad paulatinamente, serán los propios profesionales quienes priorizarán la incorporación de las personas según la mayor urgencia de los tratamientos para la salud. De forma excepcional y en determinados casos muy concretos, intentaremos poder ofrecer el servicio a domicilio.

Atención en el centro

Ver apartado 4.2 qué debes de hacer tú, página 4. En la entrada, frente a la recepción tienes un bote de gel para desinfectar tus manos.

Tu fisio saldrá a recibirte. Será quien desinfecte tu calzado y tome tu temperatura, (tendrás que tener menos de 37,5 ° para que podamos atenderte), entonces él o ella te acompañará a la sala de tratamiento.

Hemos habilitado un espacio independiente que llamamos Sala 3, además hemos habilitado la segunda puerta del gimnasio y realizado una separación a través de biombos para dejar dos espacios independientes, llamados Sala 1 y Sala 2.

En todas las salas habrá un perchero desinfectado, en el cual deberás depositar tu ropa. Después de realizar la sesión el fisio te acompañará hacia la salida.

En cada sala de fisio hay cubos de pedal específicos para depositar todo el material desechable, en los vestuarios habrá bolsas específicas para la recogida del material reutilizable, y ser lavado.

Tu fisio,

Va a lavarse las manos antes de ponerse los guantes (desechables) con los que va a tratarte, durante la sesión llevará puesto una mascarilla FFP2, una pantalla facial y una bata. Tendrás que seguir sus instrucciones durante toda la sesión.

Entre una sesión y otra se procede a desinfectar todo el material, perchero, ventilar.



Atención en el domicilio

En aquellos casos excepcionales en los que se realice la atención en el domicilio, tu fisio va a desplazarse en transporte privado. Antes de acceder a tu domicilio va a colocarse los guantes, la mascarilla FFP2, pantalla facial, gorro, calzas y bata. Deberás de tener ya puesta la mascarilla quirúrgica cuando le recibas y no se acercará a menos de 2 metros de ninguna persona del hogar si éstas no llevan mascarilla. Al terminar el tratamiento desechará el material utilizado en una bolsa de basura con cierre eliminándolo como residuo domestico, evitando su transporte en el vehículo. El material reutilizable (camilla...) se desinfectará antes de entrar en el vehículo. Llevará en todo momento un gel de desinfección que usará al entrar y salir de tu domicilio.

En aquellos tratamientos específicos de **fisioterapia respiratoria** el profesional llevará una mascarilla FFP3 y se usará aunque el paciente lleve mascarilla, pantalla facial, guantes, gorro, calzas para los zapatos y bata.

4.5 Medidas para el resto de servicios de atención directa

Los servicios de atención social, intermediación laboral y accesibilidad, no atenderán a nadie sin cita previa, **ver apartado 4.2 que debes de hacer tú**. Se fomentará la atención por videoconferencia, cuando se precise que sea una atención presencial, al llegar al centro deberás de esperar en recepción a que la persona que allí esté (Aitor) llame al profesional que te ha citado, que será quien te reciba. Se procurará la puntualidad para evitar el uso de la sala de espera más allá de lo imprescindible.

4.6 Medidas de higiene y prevención adoptadas para el equipo profesional

Las medias contempladas parten de la evaluación de riesgos laborales del servicio de prevención y del art.4 de la orden SND/414/2020, de 16 de mayo.

Se dotará a cada persona de un bote de gel hidroalcohólico en su mesa, una pantalla facial, para que guarde en su armario, y cada viernes se hará entrega de 5 mascarillas para la próxima semana.

Cada profesional, en función de su necesidad y puesto de trabajo tiene asignadas mascarillas quirúrgicas, FFP2 o FFP3, según marca el servicio de prevención de riesgos laborales. El personal tiene acceso a botes de desinfectante para poder limpiar su mesa cuando lo requiera, independientemente del servicio de limpieza externo.



Se ha adaptado la organización de espacios, dentro de las posibilidades, para que todas las personas puedan mantener en su lugar de trabajo más de 2 metros de distancia con otra persona, y así puedan trabajar sin necesidad de ponerse la mascarilla, aunque ésta será obligatoria siempre que se salga de ese entorno de trabajo y/o mesa (entrar y salir del centro, ir al baño, reuniones...).

No habrá contacto físico entre los profesionales y se mantendrá siempre que sea posible los 2 metros de distancia. No se intercambiarán objetos de trabajo (ordenadores, teléfono, materiales...), en el caso de que hubiera que hacer esto se desinfectará previamente.

Todos los profesionales tendrán un recipiente en su lugar de trabajo en el que depositar la mascarilla cuando no la tengan puesta, siempre con la parte interna, que está en contacto con la cara hacia arriba, cada persona se hará responsable de la limpieza de su recipiente.

Cada profesional desinfecta su propio calzado al entrar al centro, accedemos al edificio por la puerta auxiliar lateral, allí hemos habilitado un pequeño espacio de higienización. El fichaje dactilar queda suspendido, se reemplazará por las hojas de entrada y salida que cada profesional tendrá que rellenar y firmar cada día, entregándolas a fin de mes a la persona responsable.

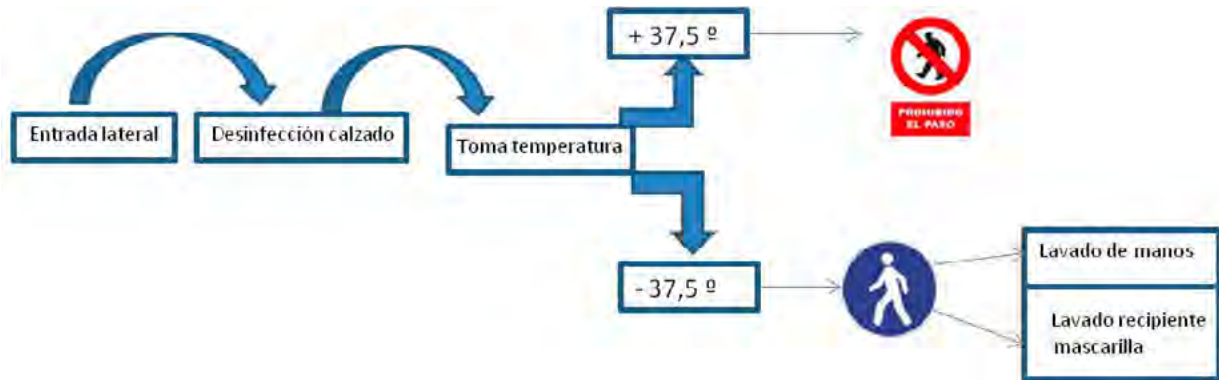
Se han habilitados baños con uso restringido para el personal.

Se ha habilitado una ducha para el uso de los fisioterapeutas.

El uniforme se depositará en una bolsa de plástico con cierre y al final de semana se procederá a su lavado como habitualmente.

Al llegar al centro de trabajo los profesionales tras higienizar el calzado, se nos toma la temperatura, esta no podrá pasar de 37,5 grados para poder trabajar, e iremos a lavarnos las manos.

Si un trabajador comenzara a tener síntomas compatibles con la enfermedad no acudirá al centro de trabajo y se pondrá en contacto con los teléfonos habilitados para ello y/o su centro de salud.



4.7 Proveedores, mensajería, mantenimiento...

Mensajería. Se ha habilitado un espacio en la entrada junto a la recepción para que el cartero deposite las cartas, éstas solamente las abrirá la persona que esté en la recepción con guantes.

Proveedores. Los pedidos o materiales que traigan también se quedarán depositados en esa área, la persona de recepción avisará a la persona de control COVID-19, Daniel de la Fuente, que será quien proceda a la manipulación del material, llevándolo con guantes, al salón de actos y dejándolo allí varios días y/o desenvolviéndolo y guardándolo en su lugar correspondiente, en función del material del que se trate.

Mantenimiento. Los distintos servicios de mantenimiento están externalizados, se intentará que avisen por teléfono previa a su visita. Siempre que acudan tendrán que esperar en recepción a que el responsable COVID 19 (Daniel) baje a recibirlos para ver que entran al centro siguiendo en todo momento las medidas de seguridad preventivas (mascarilla, guantes...)

Por procedimiento toda persona que llegue al centro deberá de decir en recepción su nombre y apellido y a quien va a ver, se apuntará esto junto con su hora de entrada y salida del centro.

4.8 Coordinación con otras entidades

Este protocolo se aplicará a las entidades federadas que tienen su sede en CUM cuando éstas se incorporen, añadiendo los anexos que fueran necesarios para una buena convivencia.



La coordinación de la convivencia con las personas de la residencia de la planta -1 también se recogerá en un anexo al protocolo.

5. Responsabilidad

La persona responsable de la elaboración y actualización del presente plan es la gerente (gerencia@cocemfecantabria.org / Mariló Damalia). Además se nombrará una persona supervisora COVID 19 (administración@cocemfecantabria.org / Daniel de la Fuente), que se encargará del abastecimiento de materiales y supervisión semanal de que todos los controles que se detallan a lo largo del plan se cumplan.

No pretendemos ser alarmistas, pero tenemos que tener en cuenta que toda nuestra actividad va dirigida a personas con un estado de salud vulnerable, por lo que vamos a intentar aplicar el sentido común y por supuesto, el principio de prudencia.

Esto no podemos hacerlo solos, por eso pedimos tu corresponsabilidad para la aplicación y mejora de este plan.

La única forma de hacerlo, hacerlo en equipo, **Contamos contigo!!!!**