

Mejores Prácticas Recomendadas para la Masoterapia

Los siguientes requerimientos encontrados en las últimas Medidas de Salud Dirigidas (DHM; por sus siglas en inglés) emitidas, deben de ser seguidos en todo momento si un establecimiento de masoterapia reabrirá.

- Todos los clientes y empleados **DEBEN** usar máscaras faciales en todo momento dentro de las instalaciones.
- Todos los establecimientos de masoterapia deben adherirse a la regla sobre el límite de 10 personas para clientes u otros invitados, excluyendo el personal.

Además de los requerimientos encontrados en las DHM mencionadas previamente, se les solicita a los establecimientos de masoterapia el adherirse a las siguientes guías desarrolladas en asociación con la División de Salud Pública, el Departamento de Desarrollo Económico, la Asociación Americana de Masoterapia (AMTA; por sus siglas en inglés), el Capítulo de Nebraska y el Comando Especial Hagamos Crecer Nebraska.

Empleados

- Intercala los turnos para cumplir con las DHM y reducir el número de personas en la tienda.
- Cada que sea posible, practica el distanciamiento social entre el personal. Rediseña el flujo de trabajo, designa tareas y estaciones de trabajo a empleados específicos o contacta a los grupos de trabajo para minimizar la mezcla entre estos y maximizar el distanciamiento social.
- Aumenta el entrenamiento de seguridad del empleado, enfatiza las prácticas de higiene (evitar tocar tus ojos, nariz, y boca), y una higiene de manos apropiada incluyendo el lavar tus manos por al menos 20 segundos, especialmente después de utilizar el baño, antes de comer, y después de estornudar o toser, o después de tocar superficies de contacto continuo (p.ej. manijas, sillas, y mesas).
- Completar la examinación previa del empleado (p.ej. tomar la temperatura y examinar cualquier síntoma consistente con la COVID-19) previo a iniciar a trabajar.
- Considerar el uso de calcomanías después de la revisión de fiebre y un registro confidencial de síntomas. Comunicar diariamente al personal que se debe informar inmediatamente al gerente si se sienten enfermos o si experimentan algún síntoma, incluyendo, pero no limitado a: inicio de fiebre, tos, o dificultad respiratoria.
- Los empleados que se sientan bien pero que tienen a un familiar enfermo en casa con COVID-19 (ya sea confirmado por laboratorio o por diagnóstico clínico) deberán notificar a su supervisor previo a iniciar su turno. El empleador deberá consultar con su departamento de salud local para valorar si hubo exposición al miembro familiar en casa (ejemplo: si el individuo cuida a un familiar enfermo) o si no hubo exposición (ejemplo: el individuo reside en un cuarto separado con baño) antes de determinar si es apropiado que regrese a trabajar o si requiere iniciar la cuarentena. Continuar la monitorización del empleado durante su turno por síntomas de la COVID-19 (incluyendo, pero no limitados a: fiebre, tos, dificultad respiratoria). Si algún empleado llega a enfermarse en el trabajo, envíelos de regreso a casa inmediatamente y después limpie y desinfecte las superficies en su área laboral. Otros empleados y clientes en el establecimiento que tuvieron contacto cercano (dentro de 6 pies) con el empleado enfermo durante este tiempo deberán considerarse expuestos. Instruyan a los empleados enfermos a quedarse en casa y sigan las precauciones de la CDC Qué Hacer Si Está Enfermo y consultar con el departamento de salud local para guías adicionales.

- 
- Crear un plan de respuesta para cualquier caso en el que un empleado sea sospechoso o sea un caso confirmado de COVID-19. Si es necesario, consulta con tu departamento de salud local para guías adicionales.
 - El personal deberá considerar el traer un cambio de vestimenta para cambiarse después de su turno.
 - El personal deberá mantener sus teléfonos celulares lejos o en una ubicación central, con toallas desinfectantes disponibles. Desinfecta el celular después de usarlo.

Establecimiento

- Las sillas de los clientes deben de estar con una distancia de por lo menos seis pies.
- Quita los elementos que no puedan ser desinfectados en la recepción, como revistas, publicaciones de moda, etc.
- No permitas visitantes adicionales. No amigos o familiares, con la excepción de si un padre o guardián está presente porque el procedimiento lo recibirá un menor.
- Desinfecta las estaciones de trabajo (incluyendo sillas, mesas, aparatos electrónicos, cables, etc.) y todos los artículos que tengan contacto con el cliente, previo a cada nuevo cliente. Limpia, esteriliza y desinfecta todos los implementos no desechables después de cada uso.
- Desecha y reemplaza los productos que han sido utilizados, o que han sido contaminados después de un uso impropio o antihigiénico.
- Desinfecta los objetos de contacto frecuente mínimo cada cuatro horas, p.ej. manijas, puertas, mostradores.
- Los masajistas y los clientes deben de lavar sus manos antes de cada procedimiento, por lo menos 20 segundos.
- El personal deberá cambiarse los guantes desechables entre cada cliente.
- Limpia las puertas y sus ventanas cada 30 minutos por dentro y fuera del salón.
- Provee un dispensador de desinfectante en la puerta de entrada para los clientes.
- Cuando sea posible, utiliza las puertas frontales y traseras para establecer un flujo de tráfico en un solo sentido a lo largo del establecimiento.
- Intercala los horarios de entrega.
- Asegúrate que el establecimiento tenga ventilación apropiada. Modifica los ajustes de tu equipo de aire acondicionado para que circule aire fresco dentro de tu área laboral.
- Crea señalamientos/carteles informando las nuevas políticas.

Clientes

- Alienta a que las citas sean hechas en línea o por teléfono; desanima el servicio sin cita. Si es posible, usa el prepago en línea, pago sin contacto, uso de tarjetas o tarjetas de regalo en lugar de efectivo. El personal deberá limpiar las superficies de los puntos de venta con desinfectante entre cada uso.
- Los clientes deberán esperar fuera en su coche previo a ser llamados para su cita, o esperar en la línea con seis pies de distancia frente a la tienda.
- Si se requiere la recepción, agrega señalamientos o marcas con cinta para designar dónde los clientes pueden estar de pie o sentados; reduce la cantidad de sillas en la recepción o aumenta el espacio entre las sillas; limpia las sillas de la recepción cada 30 minutos; quita juguetes, juegos, controles de televisión, materiales promocionales, bebidas o máquinas de café; quita las hojas de registro de entrada.
- Desalienta a los clientes el traer artículos personales (bolsos, chamarras, etc.).

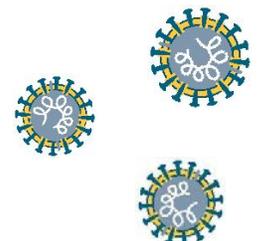
La Asociación Nacional y el capítulo de Nebraska AMTA proveen las siguientes guías adicionales. **Nota: los siguientes lineamientos no sustituyen los requerimientos de las Medidas de Salud Dirigidas del Estado de Nebraska.**

Lineamientos del Capítulo de la AMTA de Nebraska

Continúa siguiendo todas las regulaciones del estado y asume los protocolos y precauciones estándar. Los protocolos de higiene continúan siendo comunes. Recuerdate a ti y a tus empleados las regulaciones del estado (visita <http://dhhs.ne.gov/licensure/Pages/Massage-Therapy.aspx>). Ten un completo entendimiento de las nuevas leyes y normas de los niveles locales, estatales y nacionales, y ajusta tus prácticas acordemente, siguiendo las guías del CDC y OSHA (Apéndice A, B). Sé consciente de que las siguientes son guías de las mejores prácticas que tienen la intención de ayudar a asegurar la seguridad de los masajistas y de los clientes.

Medidas de Protección del Terapeuta

- Solamente por cita, no se proveerá servicio sin cita.
- No se permite a los clientes esperar en la sala de espera, a menos que se mantenga el distanciamiento social; los clientes deben esperar en el coche hasta que el terapeuta esté listo.
- Limitar el número de personas en el establecimiento a una por terapeuta.
- Los empleados usarán máscaras faciales y desinfectarán sus manos al entrar/salir del cuarto de tratamiento.
 - Considerar el uso de lentes o gafas protectoras.
 - Considerar el uso de delantales o cambiar de ropa entre clientes.
 - Considerar cambiar de zapatos al entrar/salir del establecimiento.
- Los clientes lavarán/desinfectarán sus manos al entrar/salir del establecimiento.
- Expandir el formulario de ingreso y de consentimiento al incluir preguntas sobre la COVID-19:
 - Previo a la cita o en la entrada del establecimiento.
 - ◆ ¿Has estado expuesto? ¿Has viajado recientemente? ¿Has estado enfermo?
 - Los clientes firmarán un consentimiento reconociendo que comprenden la naturaleza de contagio de la COVID-19, la posibilidad de exposición a la COVID-19, y que no culparán a la empresa/establecimiento/terapeuta como responsables.
 - Evaluar las políticas y protocolos de cancelación si el cliente requiere cancelar debido a signos de COVID-19, síntomas o exposición.
- Se les tomará la temperatura a los empleados antes de iniciar su día laboral. Las temperaturas de 100.4° F deberá ser considerada como signo posible de infección por COVID-19.
- Evaluar el rango normal de limpieza/desinfección; expandir si es necesario.
 - Usar productos con barreras no permeables, como colchonetas, el cubrir tu mesa, calentadores de mesa, etc.
 - Desinfectar con mayor frecuencia, y asegurarse de hacerlo en todas las superficies entre cada cliente.
 - Asegurarse de que todo el equipo, sillas y mesas usadas por los empleados sean desinfectadas entre los clientes.
 - Cambio completo de la ropa de cama después de cada tratamiento.
 - Considerar el vaciar los botes de basura entre cada cliente.
 - Considerar las lámparas UVC v filtros HEPA para desinfección adicional.
 - Intercala las citas lo suficiente para permitir una desinfección extendida y la mezcla entre los clientes.
 - Evalúa los procedimientos de lavandería, especialmente si el lavado es fuera del establecimiento.
 - Desinfecta los suministros y mercancía que arriben.



- Los clientes deberán usar una máscara al entrar/salir del establecimiento, al registrarse y cuando se encuentran acostados de lado o en posición supina.
 - Considerar el tener listas cubiertas desechables para el hueco de la cabeza; mejóralo con una almohada, provee una cubierta tipo hamaca por debajo para que pueda atrapar los aerosoles del cliente cuando se encuentran en posición prono.
- Minimizar el contacto al realizar el registro/salida.
 - Alienta el pago sin contacto.
 - Proporciona señalamientos en las salas de espera y áreas comunes para enfatizar el distanciamiento social y los protocolos actualizados.

Comunicándose con los Empleados

- El dueño se reunirá con todos los empleados y comunicará las medidas verbalmente y por escrito.
- Masoterapia de Nebraska deberá publicar los cambios actualizados a las regulaciones en su sitio web.
- Cada organización deberá publicar los últimos cambios regulatorios.

Medidas de Protección al Cliente

- Ningún empleado con fiebre u otros síntomas de la COVID-19 puede proveer servicios al cliente.
- Solo un cliente por Masajista Autorizado.
- A ninguna persona se le permitirá el sentarse en la sala de espera.
- Solo un cliente y un terapeuta pueden ingresar al cuarto de tratamiento en todo momento.
- Los terapeutas usarán máscaras faciales protectoras.
- Todo el equipo, sillas, y mesas usadas por el empleado y el cliente serán desinfectadas entre clientes.
- Proveer equipo para el lavado de manos/desinfección para los clientes a su llegada.
- Los clientes deberán usar máscaras al entrar/salir del establecimiento, durante el registro, al estar acostados de lado o en posición supina.

Comunicándose con los Clientes

- Publica los protocolos actualizados en redes sociales, sitios web y otro tipo de comunicación electrónica usada con el cliente.
- Comunica los protocolos actualizados cuando una cita ha sido agendada.
- Publica los protocolos actualizados en la entrada del establecimiento, como también en las áreas comunes y los cuartos de tratamiento.

Sumario

Generalmente, el riesgo de contaminación es mitigado considerablemente por los siguientes estándares de prácticas de limpieza y desinfección. Modificación de la agenda de actividades para proveer un mayor tiempo entre clientes y proporcionar tiempo extra para limpiar minuciosamente las áreas comunes, y reducir el número de personas que cruzan su camino en las áreas comunes.



Lineamientos Nacionales de la AMTA

Estando conscientes de que cada estado reiniciará por su propia cuenta y que probablemente proveerán especificaciones variables sobre el cómo y cuando pueden iniciar sus prácticas, aquí se encuentran 10 consideraciones importantes:

1. Obtén un conocimiento completo de todas las nuevas leyes y normas a nivel local, estatal y nacional, y adapta tus prácticas de manera acorde.
2. Instituye una limpieza minuciosa, usa los protocolos de limpieza y desinfección en tu cuarto de masaje además de las áreas comunales, y cualquier otro objeto que los clientes toquen.
3. Considera la política de lavandería para tu vestimenta, ropa de cama, toallas, y otros objetos lavables.
4. Piensa en tu propio Equipo de Protección Personal (PPE) (incluyendo máscaras, guantes, y vestimenta).
5. Practica los protocolos apropiados de lavado de manos e higiene.
6. Considera las prácticas para la programación de citas; haz cualquier cambio para los procedimientos de desinfección e identifica las recomendaciones de distanciamiento social que limiten el número de personas en un espacio. Evalúa las políticas y protocolos de cancelación si un cliente muestra signos de la enfermedad.
7. Implementa una mejora en el proceso de registro y demuestra tu compromiso por la salud de tus clientes y tu propia salud.
8. Minimiza el contacto al momento del registro y salida (haz uso de herramientas virtuales).
9. Si trabajas con otros masajistas o proveedores de servicios, considera cualquiera de las actualizaciones necesarias para tus políticas de recursos humanos y de contratación de personal. Si eres empleado, revisa cuidadosamente todos los lineamientos que requieras seguir.
10. Publica señalamientos en las salas de espera y en las áreas comunes para enfatizar el distanciamiento social, el lavado de manos y cualquier equipo de protección que esperas que tus clientes utilicen. Alentamos a todos los masajistas a usar su mejor juicio profesional sobre su habilidad para aceptar y cuidar a los clientes de una forma en la que sigan los lineamientos del estado, CDC y OSHA. Estamos trabajando para obtener respuestas más concretas por parte de los expertos del cuidado de la salud, gobiernos y consejos acreditados de masoterapia, y te proporcionaremos recursos para tu protección y la de tus clientes.