



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

RECOMENDAÇÕES DE PROTEÇÃO, HIGIENE E DESINFECÇÃO PARA TERAPEUTAS DE ACUPUNTURA, MASSOTERAPIA E DEMAIS PIC'S, EM TEMPOS DE COVID-19

INTRODUÇÃO

As práticas terapêuticas representadas pelo CRAEMG, oriundas da medicina chinesa, o Reiki e o Shiatsu são Práticas Integrativas e Complementares em saúde e como tais devem ser consideradas como atividades Essenciais, na medida que promovem a saúde, combatem doenças e aliviam o sofrimento humano.

São terapêuticas oriundas de conhecimentos ancestrais tradicionais, com sucesso comprovado durante milhares de anos em prática clínica, tratando de bilhões de pessoas em todos os países do oriente e, na atualidade, possuem ampla aceitação no ocidente. São oriundas de uma racionalidade ancestral (em saúde) específica, ensinada em cursos superiores e autônomas no entendimento da fisiologia, patologia, diagnóstico, semiologia e propedêutica, bem como nas escolhas terapêuticas. Por serem tradicionais e muito antigas, não dependem do diagnóstico alopático para atuação, tornando-se práticas complementares muito eficazes quando somadas aos conhecimentos de outras profissões da saúde.

Durante a grave crise que atualmente assola a humanidade, pela pandemia de COVID-19, provocada pelo novo corona vírus, o CRAEMG considera importante que os profissionais que representa não deixem de prestar seus serviços em atendimentos presenciais, que tantos benefícios trazem às pessoas, desde que se preencham alguns pré-requisitos e procedimentos que destacaremos logo a seguir. Cabe, portanto, a cada terapeuta, como condição imprescindível para o atendimento, ter bons hábitos alimentares, respiratórios e biorrítmicos, de modo que possa tornar sua energia imunológica forte o suficiente para fazer frente aos fatores patógenos externos. Afirmamos: sem esses pré-requisitos/condições a atuação profissional não é recomendada e o CRAEMG não pode se responsabilizar pelo maus hábitos individuais que, certamente, trariam altos riscos de contágio pelo COVID-19.

Além da obrigatoriedade de se ter uma energia imunológica forte, o CRAEMG insiste veementemente que os (as) profissionais (as) sejam cuidadosos e responsáveis em seus procedimentos, preservando a si próprios, ao paciente e à população em geral, através das medidas recomendadas neste documento, que são barreiras contra o vírus. Somados: biossegurança, todos os esforços para o incremento da saúde pessoal, cuidando de doenças pré-existentes e fortalecendo o sistema imunológico, chamada na medicina chinesa de Wei Qi, o (a) profissional se torna muito menos susceptível ao contágio no trabalho.



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

Recomendações para atendimentos a pacientes em contexto de pandemia de Covid-19

I- Procedimentos gerais de proteção

- a- No agendamento e na confirmação do horário marcado, o (a) paciente deve ser questionado (a) se apresenta algum sintoma de infecção respiratória (por exemplo, perda de olfato e/ou paladar, tosse, coriza, dor de garganta, rouquidão, dificuldade para respirar, febre e cefaleia). Em caso de o (a) paciente apresentar pelo menos um destes sintomas, deve ser orientado (a), a adiar a consulta e se dirigir imediatamente a um hospital para uma consulta/avaliação médica através de exames e protocolos específicos. Estando tudo em ordem pode-se marcar a consulta e atender normalmente a pessoa.
- b- Grupos de risco não devem procurar atendimentos com os (as) terapeutas. O que se recomenda é o isolamento nesse caso.
- c- Distanciamento entre pessoas
 - i. Não causar e não permitir aglomeração de pessoas na sala de espera. A distância mínima entre duas pessoas na sala de espera deve ser de no mínimo 1,5 metros. Solicitar ao paciente que só leve acompanhante em caso de necessidade.
 - ii. Marcar a agenda de forma a que um (a) paciente não se encontre com outro (a).
- d- Na chegada do (a) paciente ao consultório
 - i. O (a) paciente deverá deixar seus sapatos próximos à porta de entrada e permanecer de meias ou descalço no interior do consultório. Pode-se também oferecer e solicitar ao (à) paciente e acompanhante que usem propés, que deverão ser corretamente descalçados e descartados na saída.
 - ii. Ao chegar para ser atendido, deve-se oferecer e solicitar ao (à) paciente que higienize corretamente as mãos com álcool líquido ou gel a 70% ou que lave suas mãos com água e sabão.
 - iii. O (a) paciente deverá permanecer de máscara enquanto espera ou conversa com o (a) terapeuta.
 - iv. Uso de um tapete com solução de hipoclorito a 6% e água, para a limpeza da sola dos calçados.



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

e- Na sala de atendimento

- i. A sala de atendimento deve permanecer com janelas abertas e com ar condicionado desligado.
- ii. Usar lençol de papel forrando a maca, travesseiros, rolinhos e almofadas que forem utilizados. Trocar a cada paciente.
- iii. Ao forrar a maca deixar sobrar uns 15 centímetros do lado que o (a) paciente coloca a cabeça, para proteger a beirada da maca quando ele (a) se posicionar em decúbito ventral.
- iv. Se houver necessidade de cobrir o (a) paciente, utilizar sobre sua pele lençol de papel e sobre este pode-se usar, se necessário, cobertor ou manta, fazendo-se neste caso, a virada do lençol de papel sobre a colcha ou cobertor, de uns 50 centímetros. Trocar o papel a cada paciente.
- v. O apoio de cabeça, usado quando o (a) paciente deita em decúbito ventral deverá ser protegido com fronha de tecido, trocado a cada paciente ou forrado com lençol de papel e trocado a cada paciente.
- vi. Quando deitado em decúbito dorsal, o (a) paciente deverá ainda permanecer de máscara. Se for o caso, para possibilitar o exame da língua, o (a) paciente retira a máscara por alguns instantes.
- vii. Em casos de que o (a) paciente tenha que ficar maior tempo sem máscara, como por exemplo, quando recebe acupuntura na face, o (a) terapeuta deverá usar a máscara N95 (ou similar) e também o protetor facial (*face shield*), ou ainda os óculos de proteção.
- viii. Quando deitado (a) em decúbito ventral, o (a) paciente poderá retirar a máscara.
- ix. Ao terminar de ser atendido e antes de ir embora, já na porta de saída da clínica ou ambulatório, o (a) paciente deve retirar o propés, se tiver feito uso dele, descartá-lo em lixo “infectante”, calçar seus sapatos, higienizar suas mãos com álcool 70% e sair usando a máscara.

f- No local do atendimento, entre um atendimento e outro



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

- i. Após a realização de um atendimento e antes que se faça o próximo, as superfícies passíveis de terem sido tocadas pelo (a) paciente, como mesa, cadeira e maçanetas, deverão ser higienizadas com álcool 70%.
- ii. Caso o (a) paciente, estando sem máscara por algum motivo justificado, tenha tossido ou espirrado ou mesmo tenha conversado muito, durante sua permanência na sala de atendimento, os próximos atendimentos por um prazo de 3 (três) horas só poderão ser feitos com os pacientes de máscara por todo o tempo de sua permanência e o (a) terapeuta com máscara N95 e protetor facial (*face shield*). Outra possibilidade é de que a sala deva ficar interditada, vazia de pessoas e com as janelas abertas por 3 (três) horas. Além disso, neste caso, quer a sala fique interditada ou não, o chão deverá ser desinfetado com pano molhado em solução de água sanitária diluída a 5% (equivale a 50 ml de água sanitária para 950ml de água).
- iii. Caso o (a) paciente tenha utilizado o vaso sanitário, este deverá ser desinfetado no seu interior e na tampa, com água sanitária a 5% ou álcool a 70%. O botão da descarga também deve ser desinfetado.

II- Procedimentos de proteção do terapeuta – Uso de EPIs (Equipamentos de proteção individual)

- a- O calçado que o (a) terapeuta chegou ao local de trabalho, deve ser protegido por um propés, enquanto estiver trabalhando, sendo descartado no final do expediente. Ou então, deve manter em seu ambiente de trabalho, um calçado para uso exclusivamente interno.
- b- As mãos do (a) terapeuta devem estar rigorosamente limpas e desinfetadas, inclusive lavando-se as unhas, o dorso da mão e até o meio do antebraço.
- c- A limpeza das mãos é repetida várias vezes ao dia, entre procedimentos em um (a) mesmo (a) paciente e entre um (a) paciente e outro (a) e caso o (a) terapeuta se alimente ou utilize o vaso sanitário.
- d- O (a) terapeuta NUNCA toca em seu rosto, nos olhos ou na máscara, se não estiver com as mãos rigorosamente desinfetadas.



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

EPI = Equipamentos de proteção individual. São equipamentos utilizados pelo (a) terapeuta, que visam protegê-lo (a) da contaminação e também proteger os (as) pacientes de uma possível contaminação que venha dele (a). São eles: máscara, capote, protetor facial, touca, luvas, propés. A máscara e o propés também são, eventualmente, usados pelo (a) paciente.

e- Máscara – equipamento indispensável- pode ser de dois tipos:

- i. Máscara cirúrgica. A máscara deve ter o clipe de metal em um dos lados, que deverá ser entortado sobre o nariz, evitando que a máscara fique bamba, moldando-a ao rosto.
- ii. Máscara tipo N95 ou PFF2. Como nos atendimentos de Acupuntura, Massoterapia ou PICS não há a produção de aerossol, estas máscaras não são absolutamente necessárias. No entanto, deve-se usá-las quando se necessita de maior proteção, no caso do (a) paciente e ou terapeuta pertencerem à algum grupo de risco (ver item V). Em caso de algum sintoma ou sinais de doenças respiratórias no (a) paciente ou no (a) terapeuta, não são recomendados os trabalhos e sim, um atendimento médico urgente.

Obs. 1: Chama-se aerossol a suspensão de partículas sólidas finíssimas no ar, motivadas pelo espirro, pela tosse ou pela conversa.

Obs. 2: Veja item IV, sobre o descarte ou reaproveitamento de máscaras e outros EPIs.

- iii. Qualquer máscara utilizada deve ser colocada e retirada com as mãos limpas e higienizadas e segurando pelo elástico e não tocar na máscara enquanto estiver no rosto.
- iv. No caso de desinfecção e reutilização das máscaras, o (a) terapeuta deve ter várias delas, no mínimo 4 (quatro), de acordo com o ritmo de uso e o método de desinfecção (item IV).

f- Capote ou jaleco de TNT (Tecido Não Tecido) – equipamento indispensável –

- i. A gramatura do TNT deve ser no mínimo de 40 gramas/ m², ele tem que ser de manga comprida e de comprimento total até bem próximo dos joelhos.
- ii. Visando uma utilização racional, segura, econômica e ecológica dos capotes de TNT, recomendamos que o terapeuta tenha um número suficiente deles para



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

- trocar a cada paciente atendido e ter tempo hábil para fazer a desinfecção (ver item IV).
- iii. Depois que o (a) paciente for embora, o (a) terapeuta retira o capote utilizado no atendimento, dobrando-o com a parte externa voltada para dentro e armazena ele em saco de pano ou de TNT fechado.
 - iv. Após retirar o capote usado, o (a) profissional higieniza as mãos e os antebraços com água e sabão ou álcool 70% antes de vestir um capote limpo, para receber um (a) novo (a) paciente.
 - v. Consultar o item IV, sobre o descarte ou o reaproveitamento de capotes.
- g- Protetor facial – *face shield* – ou óculos de proteção - equipamentos de uso eventual: o (a) terapeuta também deve utilizá-lo quando o (a) paciente precisar tirar a máscara, para receber puntura ou outro tipo de tratamento nos pontos da face.
- h- Touca para a cabeça- equipamento de uso eventual
- i. Uso recomendado pelo (a) terapeuta e pelo (a) paciente nos casos em que houver maior necessidade de proteção, no caso de haver a possibilidade de produção de aerossol no ambiente.
 - ii. No caso de cabelos longos, estes devem ser presos e contidos dentro da touca.
 - iii. A touca deve ser descartada ao ser retirada da cabeça, após um período de trabalho, ou se o (a) paciente a utilizar, antes dele deixar o local de atendimento.
- i- Luvas – equipamento de uso eventual
- i. No caso de serem utilizadas, por qualquer motivo, devem sempre ser descartadas após um atendimento ou após um procedimento.
- j- Propés - equipamento de uso opcional ou eventual
- i. Pode ser utilizado protegendo os sapatos no ambiente de trabalho. Devem ser descartados após um período de trabalho. Devem ser utilizados pelo (a) terapeuta em atendimentos domiciliares.
- k- Conduta do (a) terapeuta ao chegar em casa: após um período de trabalho, ao chegar em casa, a roupa do corpo deve ser separada para lavagem, os sapatos devem ficar na



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

porta de casa e, imediatamente, deve-se tomar um banho completo. No caso de não se ter usado touca os cabelos devem ser lavados.

III- Condutas de desinfecção, reutilização de EPIs (equipamentos de proteção individual)

- a- Devidos à grande demanda atual por EPIs, gerando dificuldades de obtenção, ao custo ecológico para o meio ambiente e ao custo econômico para o (a) terapeuta, recomendamos alguns procedimentos de reutilização para alguns destes equipamentos e procedimentos de descarte para outros.
- b- Máscaras- desinfecção e reutilização
 - i. Desde que se mantenha limpa de sujeiras visíveis, seca, isenta de líquidos orgânicos e íntegra em sua estrutura física e funções, as máscaras cirúrgicas, N95 (ou similares) podem ser desinfetadas e reutilizadas.
 - ii. Se a máscara sofrer avarias físicas em seu corpo ou em seus elásticos, ou for molhada, suja por líquidos orgânicos ou outros, deverá ser descartada.
 - iii. A máscara retirada do rosto, após um período de trabalho ou ao se chegar em casa: é considerada material infectante e deve ser cuidada como tal.
 - iv. Pode ser pendurada em local reservado, iluminado e ventilado, permanecendo ali, por um mínimo de 24 (vinte e quatro) horas: é considerada desinfetada e pronta para novo uso.
 - v. Pode ser aquecida em estufa seca, onde deve permanecer na temperatura de 75^o C por 45 minutos, sendo assim também considerada desinfetada.
 - vi. Ao se guardar ou transportar uma máscara usada (e considerada infectada), deve-se fazer dentro de uma folha de papel A4, dobrada no meio e grampeada com dois grampos em cada lateral. NÃO se guarda máscara usada e não desinfetada em saco plástico.
 - vii. Não se deve aplicar agentes úmidos na máscara, como álcool, água sanitária ou lavação, sob risco de perda significativa de sua eficiência.
- c- Capote ou jaleco de TNT- desinfecção e reutilização



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

- i. Enquanto ele se mantiver íntegro em sua estrutura, que garanta sua função de barreira física para o corpo do (a) terapeuta, ele pode ser desinfetado e reutilizado.
 - ii. Capotes que se rasguem ou que fiquem sujos ou úmidos por líquidos orgânicos ou outros devem ser descartados.
 - iii. O capote utilizado e retirado após um atendimento é considerado material infectante.
 - iv. Para sua desinfecção pode ser lavado com água e sabão, autoclavado ou deixado pendurado em local reservado, iluminado, seco e ventilado por um período de, no mínimo 24 (vinte e quatro) horas. Os capotes desinfetados devem ser guardados em saco não impermeável de pano ou TNT, para transporte e armazenamento.
 - v. No caso de ser guardado para posterior desinfecção ou transporte, deverá ser feito em saco de pano ou TNT, não impermeável, limpo, fechado e etiquetado. Neste caso, antes de ser armazenado ele deve ser dobrado com a face externa voltada para dentro.
- d- Protetor facial – *face shield*- e óculos de proteção - desinfecção e reutilização: enquanto se mantém íntegro em sua estrutura e cumprindo suas funções, pode ser limpo e desinfetado com álcool 70%, após um período ou um dia de uso.
- e- Luvas, propés e máscaras, quando estas forem descartadas.
- i. Luvas são de uso único para um atendimento ou um procedimento: uma vez usadas não podem ser reutilizadas.
 - ii. Propés são de uso único pelo período de permanência em um determinado ambiente.
 - iii. Máscaras e capotes podem ser desinfetados e quando necessário serão descartados.
 - iv. O transporte e armazenamento de material infectado deve ser feito em saco ou sacola de pano ou TNT, não impermeável, limpo e etiquetado.
 - v. O descarte deve ser feito em lixo infectante com recolhimento específico.
- f- Após o uso as ventosas e *gua-shas* devem sempre ser rigorosamente lavadas com água e sabão e posteriormente desinfetadas com álcool 70 ou água clorada.

IV- Sobre atendimentos a pacientes suspeitos ou contaminados com Covid-19

Tratamento de COVID-19 com PICS: a acupuntura, as massoterapias e as PIC's não são as primeiras escolhas terapêuticas para o tratamento da COVID-19. NÃO recomendamos



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

nenhuma das práticas terapêuticas, representadas pelo CRAEMG, como terapêutica principal para tratamento de COVID-19: são práticas complementares e, em casos de suspeitas ou positivos, somente podem ser executadas em ambiente hospitalar e seguindo todos os protocolos específicos.

V- Sobre quando o (a) terapeuta pertence aos grupos de risco

São considerados grupos de risco para a COVID-19 aquelas pessoas que apresentem uma ou mais das seguintes doenças: hipertensão arterial, diabetes, doenças cardíacas, doenças respiratórias e renais crônicas, câncer, doenças autoimunes, obesidade, pacientes que tomam imunossuppressores, pessoas com baixa de vitamina D, pessoas com mais de 60 anos de idade.

Se o terapeuta se encontra em um destes grupos, ou convive com pessoas dentro desse grupo, o CRAEMG NÃO RECOMENDA ATENDER PACIENTES, MAS ISSO FICARÁ A CRITÉRIO DO TERAPEUTA deve executar procedimentos ou atendimentos a pacientes, até que se tenha vacinas ou protocolos mais eficazes de prevenção.

Cooperadores:

Dr. Alexander da Silveira Assunção;
Dra. Andrezza Helena Muschioni;
Dra. Elaine Cristina Félix;
Dr. Flávio Carvalho Mineiro;
Dr. Hélio Pedrosa de Resende;
Dr. Kleiber Marcus Reis Gama;
Dra. Maria Izabel Afonso Domingos

Revisão final:

Dr. Kólia Patrice Lacerda Gomes



CONSELHO REGIONAL DE AUTORREGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA DO ESTADO DE MINAS GERAIS – CRAEMG

Foram consultadas as fontes:

Nota técnica gvims/ggtes/ANVISA nº 04/2020: orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (sars-cov-2);

Artigo: Aerosol and surface stability of sars-cov-2 as compared with sars-cov-1, de cientistas dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) da Universidade da Califórnia, publicado no “The New England Journal of Medicine” e utilizado pela FIOCRUZ em suas recomendações.