

## **PAUTAS DE HIGIENE Y PREVENCIÓN FRENTE AL COVID-19 EN LA CONSULTA DE NUTTRALIA**

### ANTES DE LA VISITA

- Existe la posibilidad, si lo deseas, de seguir atendíendote mediante consulta on-line.
- Evita asistir a la consulta si:
  - a. Tienes alguna sintomatología característica de la COVID 19 (tos, fiebre, dificultad para respirar, etc).
  - b. Si has estado en contacto reciente con una persona infectada por COVID 19 aunque no presente sintomatología (durante al menos 14 días).
  - c. Eres paciente de riesgo (embarazadas, personas >65 años, inmunodeprimidas, con alguna enfermedad respiratoria, oncológica, pacientes con comorbilidades, etc.). En esta situación, en caso de decidir venir recuerda todo el material de protección
- Limita venir acompañado a las consultas ¡sólo las estrictamente necesarias (en caso de menores, personas con dificultades de habla, de movilidad, etc.) Cuéntanos tu caso y buscamos una solución
- Es importante respetar todas las medidas de higiene y distanciamiento (1-2m) para prevenir contagios.
- Evita tocar con las manos los interruptores, los timbres o las manivelas del centro y el despacho. Usa el codo, las llaves, las manos cubiertas con ropa, empujar puertas con el brazo o el glúteo, etc.
- Recuerda el día y la hora de tu cita y sé puntual, para evitar que te cruces con otra persona y tengamos tiempo para limpiar entre pacientes.
- En caso de anulaciones se tienen que realizar 24-48h antes

- El pago se realizará prioritariamente mediante transferencia bancaria, sino se entregará el dinero justo el día de la consulta. En el caso de que no puedas asistir, por causa justificada, y hayas abonado mediante transferencia bancaria, avísanos y te mantenemos la sesión.
- Si realizas el pago por transferencia bancaria, efectúalo 24-48h antes de la visita correspondiente enviando el justificante de abono por email o whatsapp:
  - El número de cuenta: ES11 0081 5502 1400 0129 2840 (Banco Sabadell)
  - Beneficiario: Nuttralia
  - Concepto: 1 visita, seguimiento, bono (según el tipo de consulta que vayas a tener) + nombre y 1er apellido
- Cualquier diario dietético, registro, cuestionario, analíticas, informes o documentación en papel que nos tengas que enseñar, recuerda enviárnosla previamente por email ([ana@nuttralia.com](mailto:ana@nuttralia.com) o [laura@nuttralia.com](mailto:laura@nuttralia.com)) o hazle una foto con el móvil
- Recuerda haber ido al baño antes de venir a la consulta ya que el del centro de negocios solo se utilizará para urgencias.
- Recuerda venir con mascarilla, sino nosotros te proporcionaremos una
- Evita traer bolsas o bolsos grandes. En el caso de que lo necesites, lo dejarás en una silla o dentro de una bolsa, las cuales estarán previamente desinfectadas.
- Es recomendable que traigas tu propio bolígrafo y bloc de notas desde casa.

 [info@nuttralia.com](mailto:info@nuttralia.com)  666 972 524 | 666 972 125

 Avenida del Oeste, 34, 4º, 8ª. Valencia



## LLEGADA AL CENTRO DE NEGOCIOS MAINAR

- Al llegar al centro tendrás que lavarte las manos con gel hidroalcohólico.
- Respeta una distancia de seguridad física segura, 1.5-2m, con la compañera que te recibirá al entrar al centro.
- Hasta que te atendamos puedes utilizar la sala de espera. Entre sesiones, habrá un tiempo entre 15-20' para atender al siguiente paciente. En el hipotético caso de que se retrase la anterior sesión, la disposición de la sala de espera permitirá que esperes sin ningún riesgo. En caso contrario, deberás esperar fuera del centro.
- No habrá revistas. Evita tocar superficies u objetos.
- Podrás utilizar el baño, si es imprescindible, el cual estará previamente desinfectado. Se desinfectará cada vez que se utilice.

Cuando salgamos a recibirte, evitaremos el saludo físico para mantener las distancias de seguridad

## EN LA CONSULTA DE NUTTRALIA

- Tendremos un cartel que te recordará las medidas a llevar a cabo en la consulta.
- Si vienes con alguna chaqueta, utilizaremos una silla o una bolsa para que la puedas dejar, las cuales estarán previamente desinfectadas.
- Te pediremos que utilices el gel hidroalcohólico para desinfectarte las manos.
- Mantendremos distancia de seguridad segura y barreras de protección (mascarilla).
- En el momento del pesaje, el paciente desinfectará la bioimpedancia con alcohol y papel desechable para poder utilizarla. Si hubiera que realizar antropometría nos lavaremos las manos, usaremos guantes, mascarilla y desinfectaremos el material.
- Utilizaremos, además, otros indicadores alternativos al peso: sensaciones, cambios en el estado de ánimo, talla ropa, cambios de hábitos en el diario dietético, etc.

 [info@nuttralia.com](mailto:info@nuttralia.com)  666 972 524 | 666 972 125

 Avenida del Oeste, 34, 4º, 8ª. Valencia



- Todo el material que utilicemos te lo enviaremos por email al finalizar la visita o lo compartiremos en una carpeta de Google Drive, en lugar de dártelo en papel. En caso de no disponer de email, te lo imprimiremos
- Cualquier ficha plastificada que utilicemos durante la consulta estará desinfectada previamente.

### DESPUÉS DE LA CONSULTA

- Dejaremos entre 15-20' entre pacientes para ventilar, limpiar y desinfectar cualquier superficie, pomos, bioimpedancia, ordenador, sillas, mesa, etc.
- Desecharemos pañuelos, mascarillas en papeleras abiertas

Con todas estas medidas de seguridad puedes estar tranquilo/a de que los riesgos están minimizados al máximo, queremos que estés a gusto en la consulta y hablar como siempre

 [info@nuttralia.com](mailto:info@nuttralia.com)  **666 972 524 | 666 972 125**

 Avenida del Oeste, 34, 4º, 8ª. Valencia

