



**Duchenne**  
PARENT  
PROJECT **España**

## **RECOMENDACIONES PARA PACIENTES DMD/DMB**

*Queridas Familias,*

*En estos días de gran incertidumbre por el coronavirus COVID-19, es importante mantener la calma, pero tenemos que ser precavidos para proteger a los pacientes con DMD / DMB y a nuestras familias en general.*

*Compartimos con toda la comunidad Duchenne y Becker los consejos actualizados para protegernos eficazmente en esta alerta sanitaria.*

*Si tenéis cualquier consulta o necesitáis apoyo, podéis contactar con nuestra asociación por teléfono o correo electrónico:*

Información General — [info@duchenne-spain.org](mailto:info@duchenne-spain.org) — 685 27 27 94

Atención a las Familias — [atencion.familias@duchenne-spain.org](mailto:atencion.familias@duchenne-spain.org) — 623 18 28 76

— [at.familias@duchenne-spain.org](mailto:at.familias@duchenne-spain.org) — 623 18 28 34

Atención Psicológica — [psico@duchenne-spain.org](mailto:psico@duchenne-spain.org) — 623 19 29 48

— [psico2@duchenne-spain.org](mailto:psico2@duchenne-spain.org) — 623 17 87 05

**[www.duchenne-spain.org](http://www.duchenne-spain.org)**

***Es recomendable que el paciente no salga de casa.*** Cualquier cita médica puede cancelarse y/o posponerse, si no son de extrema necesidad.

***Se recomienda que se evite entrar a personas externas a nuestra casa.*** Lo ideal es mantener esta recomendación hasta que finalice el período de alerta sanitaria.

***En la medida de lo posible, se recomienda evitar que los familiares que viven con el paciente salgan de casa.*** En caso necesario, es importante cambiarnos al llegar a casa de ropa, además de lavado de manos antes de entrar en contacto con el paciente usando, mascarilla y guantes.



## RECOMENDACIONES PARA PACIENTES DMD/DMB

**En el caso de ser indispensable algún servicio por una persona externa al hogar, asegurarnos de que esta persona se cambie la ropa o use una bata limpia, guantes y mascarilla antes de entrar en contacto con el paciente.**

**Se debe evaluar la suspensión de las sesiones de fisioterapia ambulatoria.** Os recomendamos consultar con cada centro. La fisioterapia en el hogar debe continuar y no debe suspenderse. Os recordamos los links que tenemos publicados en nuestras web, que os pueden ser de utilidad para realizar los ejercicios y siempre usando guantes y mascarilla:

[Fisioterapia respiratoria en la infancia](#)

[Fisioterapia en la infancia](#)

[Fisioterapia en adolescentes y adultos](#)

[Fisioterapia respiratoria en adolescentes y adultos](#)

**Si por necesidad entra en casa una persona externa o uno de los miembros de la familia que convive con el paciente debe salir, es necesario realizar una limpieza de rutina de las superficies principales tocadas por la persona que viene del exterior, con producto desinfectante o lejía y las prendas con las que se ha estado en el exterior deben mantenerse lejos del paciente.**





**Duchenne**  
PARENT  
PROJECT **España**

## RECOMENDACIONES PARA PACIENTES DMD

*En caso de duda sobre las necesidades clínicas específicas, contactad con vuestro médico de referencia o puedes llamar a los teléfonos habilitados en cada comunidad autónoma.*

*Si el paciente usa equipo de ventilación y sospecha que la situación respiratoria se está volviendo más complicada o que un miembro de la familia ha contraído el virus, llamad para obtener información o atención.*

**Andalucía 900 400 061**

**Aragón 061**

**Asturias 112**

**Cantabria 112 y 061**

**España 112**

**Castilla la Mancha 900 122 112**

**Castilla León 900 222 000**

**Cataluña 061**

**Ceuta 900 720 692**

**C. Madrid 900 102 112**

**C. Valenciana 900 300 555**

**Extremadura 112**

**Galicia 900 400 116**

**Islas Baleares 061**

**Canarias 900 112 061**

**La Rioja 941 298 333**

**Melilla 112**

**Murcia 900 121 212**

**Navarra 948 290 290**

**País Vasco 900 203 050**

*Estas recomendaciones son para todos los miembros de la familia. Es importante que se sigan para protegernos no solo a nosotros mismos, sino a nuestros familiares vulnerables.*

*Es importante que seamos positivos y sigamos apoyándonos mutuamente.*

*Seamos responsables para poder dejar atrás esta alerta sanitaria.*



**Duchenne**  
PARENT  
PROJECT **España**  
[desafioduchenne.org](http://desafioduchenne.org)