



Município de
**SEVER DO
VOUGA**

Plano de Contingência e Ação para a Prevenção de Transmissão da Infeção Humana pelo Coronavírus do

Município de Sever do Vouga

Considerando o atual estado de emergência de saúde pública, declarado pela Organização Mundial de Saúde e atendendo à recente evolução de propagação da infeção por doença respiratória causada pelo Agente Coronavírus (SARS-COV-2 e COVID-19), o Município de Sever do Vouga definiu as linhas gerais do seu plano de Contingência Interna.

O documento está de acordo com as diretivas do SNS, respetivamente a Orientação nº 6/2020 de 26/02/2010 e Despacho nº 2836-A/2020, para a infeção humana pelo Coronavírus e define o nível de resposta da Ação do Município de Sever do Vouga (todos os serviços) para minimizar os riscos destes agentes.

A estrutura do nível de resposta define-se atendendo ao conhecimento atual da propagação da doença e desencadeia-se a três níveis:

- a) – divulgação massiva de informação
- b) – recomendações sobre cuidados de higiene e precauções de contágio
- c) – monitorização de eventuais casos suspeitos.

1 – O que é o Coronavírus e como se transmite:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron);

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-COV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos do COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima da pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma

pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos das pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo Coronavírus e em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

2 – Pressupostos do Plano

Objetivo:

- O plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto de uma eventual situação de gripe pandémica em todos os que exercem funções no Município de Sever do Vouga, visando:

- Preparar a resposta para minimizar as condições de propagação do Coronavírus e eventuais prejuízos decorrentes de um aumento de absentismo.
- Definir a estrutura de coordenação do Município de Sever do Vouga
- Preparar resposta às necessidades de comunicação para o interior e exterior do Município.

3 – Política e princípios

- O Plano de Contingência do Município de Sever do Vouga, tem por base os seguintes princípios:

- Reduzir o risco de contaminação nos locais de trabalho
- Assegurar o funcionamento dos serviços municipais.
- Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio em caso de pandemia.
- Gerir a informação interna e externa.
- O Plano de Contingência é aprovado pelo Presidente da Câmara.

4 – Informações

Com a entrada em vigor do Plano de Contingência e Ação, até que se justifiquem procedimentos diferentes, serão divulgados nos suportes físicos do Município, todos os comunicados, orientações e informações publicadas pela Direção Geral de Saúde no site www.dgs.pt

Sempre que se justificar serão emitidas explicações internas sobre algumas dúvidas que surjam no âmbito daqueles comunicados orientações e informações.

Será identificada área de isolamento definida nos termos do ponto 5.2.1 da orientação nº 006/2020 da DGS do dia 26/02/2020.

5 – Pressupostos

Na elaboração do Plano foram considerados os seguintes pressupostos:

- Assegurar os serviços essenciais a um nível equivalente ao normal.
- Período crítico não inferir a 40 dias.

6 – Cadeia de Gestão

- A gestão da situação de eventual pandemia, justifica a criação de um gabinete de gestão do Coronavírus no Município de Sever do Vouga, constituído pelo Presidente da Câmara, Vereador da Proteção Civil, Diretor de Departamento, responsável dos Recursos Humanos e empresa da Medicina no Trabalho.

Compete ao gabinete:

- Manter informada a Câmara e o pessoal do Município sobre o evoluir da situação.
- Decidir sobre a gestão estratégica face ao evoluir da situação.
- Coordenar as ações de nível interno e externo, obter e consolidar a informação dos serviços.
- Gerir o processo de comunicação.
- Informar/notificar as entidades regionais de saúde.

7 – Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar na empresa

O Município de Sever do Vouga está a preparar-se assim para a possibilidade de parte ou a totalidade dos seus membros e agentes não comparecerem ao serviço devido a doença, suspensão de transportes e outras situações.

Desta forma foi necessário avaliar:

- As atividades desenvolvidas pelo Município imprescindíveis de dar continuidade e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar;
- Os recursos essenciais que são necessários manter em funcionamento para o Município satisfazer as necessidades básicas dos Municípios;
- Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são necessários para manter o funcionamento da Autarquia;

- Os trabalhadores que pelas suas atividades ou tarefas poderão ter um maior risco de infeção (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público; trabalhadores que prestam cuidados de saúde; trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade);
- As atividades do Município que podem recorrer a formas alternativas de realização de tarefas, designadamente pelo recurso ao teletrabalho, teleconferência e o acesso remoto.

8 – Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19 de trabalhador(es)

A colocação dos trabalhadores numa área de isolamento, visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação do Coronavírus na Câmara Municipal de Sever do Vouga.

Cada unidade orgânica ou serviço da CMSV deve indicar para o efeito uma área de isolamento que deve ter ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica e possuir revestimentos lisos e laváveis (não possuir tapetes, alcatifas ou cortinados).

Os serviços de educação, nomeadamente as auxiliares de ação educativa e operacionais do Município colocadas nas escolas e jardins de infância, cumprem o Plano de Contingência elaborado e aprovado pelo Agrupamento de Escolas.

Estas áreas devem estar equipadas com um kit: - telefone, cadeira ou marquesa para descanso e conforto do trabalhador, kit com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos com abertura não manual e saco de plástico, solução antisséptica de base alcoólica, (disponível no interior e à entrada desta área), toalhetes de papel, máscara cirúrgica, luvas descartáveis, termómetro.

Foram definidas áreas de isolamento tendo em consideração as características solicitadas pela DGS, que serão devidamente identificadas em todos os edifícios.

Edifício	Área designada
Município	Sala de reuniões
Gabinetes técnicos	WC à saída
Casa do Artesão	Será o local do artesanato com saída dos trabalhadores
Armazém	Escritório/contentor
CAE	Sala de formação
Biblioteca	Sala de apoio
Museu	Sala de apoio
Centro Coordenador de Transportes	Sala de apoio
Piscina Municipal	Salão de ginástica
VougaPark	Sala 42

Designação de responsáveis

Cada Unidade Orgânica ou serviço, designa o responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de Coronavírus.

Os trabalhadores serão informados de quem é o responsável do seu serviço. Qualquer situação de doença ou de sintomas ligados à epidemiologia deverá ser reportada a este responsável, que por sua vez comunicará ao SNS 808242424 e à Saúde Pública Local.

O Responsável será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos no Plano de Contingência.

Edifício	Responsável
Município	Gladys Araújo
Gabinetes técnicos	Luís Figueiredo
Casa do Artesão	Graciela Figueiredo
Armazém	Manuel Leça
CAE	Brígida Alves
Biblioteca	Sílvia Ferreira
Museu	Pedro Nobrega
Centro Coordenador de Transportes	Ilda Martins
Piscina Municipal	Raul Gouveia
VougaPark	Andreia Fonseca

9 – Procedimentos específicos

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador na empresa com a definição de caso suspeito, informa a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de isolamento definida no Plano. A chefia direta deve contactar de imediato o gabinete de gestão.

O trabalhador que acompanha/presta assistência, ao trabalhador com sintomas, deve colocar momentos antes de se iniciar a assistência uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higienização das mãos, após contacto com o suposto trabalhador doente.

O trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de isolamento contacta o SNS 24 (808 24 24 24). Este trabalhador deve usar uma máscara cirúrgica se a sua condição clínica o permitir. A máscara deve ser colocada pelo próprio trabalhador. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa

do nariz boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida – máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida o trabalhador deve substituí-la por outra.

O profissional de saúde do SNS24 questiona o trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação o SNS 24 informa o trabalhador:

- **Se não se tratar de caso suspeito** define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador.

- **Se se tratar de caso suspeito de COVID-19**, o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM) da Direção Geral de Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:

- **Caso suspeito não validado**, este fica encerrado para o COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o empregador da não validação e este último deverá informar o médico do trabalho responsável.

- **Caso suspeito validado**, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A chefia direta do trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.

Na situação de caso suspeito validado:

- O trabalhador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua situação clínica o permita, até à chegada do INEM), ativada pela DGS que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para teste laboratoriais.

- O acesso de outros trabalhadores à área de isolamento fica interdito, exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência.

- O empregador colabora com a Autoridade de Saúde Local com na identificação dos contactos próximos do doente (caso suspeito validado).

- O empregador informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador.

- O empregador informa os restantes trabalhadores da existência de caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

O caso suspeito validado deve permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, de forma a restringir ao mínimo indispensável, o contacto deste trabalhador com outros trabalhadores.

Devem-se evitar deslocações adicionais no caso suspeito validado nas instalações da empresa.

Procedimento perante um caso suspeito validado

- A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso foi infirmado, este fica encerrado para o COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo a limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa.

Se o caso for confirmado, a área de isolamento deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção), pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de caso confirmado:

- O empregador deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;

- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, como maior probabilidade de estarem contaminadas;

- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);

- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron), que após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para o operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico).

- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

Procedimento de vigilância de Contactos próximos

- Considera-se contacto próximo um trabalhador que não apresentada sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

O contacto próximo com caso confirmado com COVID-19 pode ser:

- Alto risco de exposição definido com:

- Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros)

- Trabalhador que esteve face a face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado

- Trabalhador que partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

- Baixo risco de exposição é definido como:

- Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face a face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).

- Trabalhador que prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória, higiene das mãos).

Perante um caso confirmado com COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão de contactos à Autoridade de Saúde Local em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos;

- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar se necessário).

O Período de incubação estimado do COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguinte:

Alto risco de exposição	Baixo risco de exposição
<ul style="list-style-type: none">. Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição.. Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.	<ul style="list-style-type: none">. Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.. Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.

<ul style="list-style-type: none"> . Restringir o contacto social ao indispensável. . Evitar viajar. . Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição. 	
---	--

É importante referir que:

- . A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal 2 vezes por dia e registar o valor e a hora da medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- . Se se verificarem sintomas de COVID-19 e o trabalhador estiver na unidade orgânica, devem se iniciar os procedimentos num caso suspeito;
- . Se nenhum sintoma surgir decorrentes da última exposição, fica encerrada por o COVID-19.

Medidas de auto-proteção

As medidas gerais de higiene, pessoais e do ambiente da Câmara Municipal de Sever do Vouga, constituem as medidas mais importantes para evitar a propagação da doença.

- . **Evitar o contacto próximo com pessoas com gripe. Guarde uma distância de pelo menos 1 metro quando falar com as outras pessoas.**
- . **Evite cumprimentar com abraços, beijos ou apertos de mão.**
- . **Se ficar doente permaneça em casa. Se tiver sintomas de gripe ligue para a linha saúde 24: 808 24 24 24**
- . **Evite locais com muitas pessoas.**
- . **Se tossir ou espirrar cubra a boca e o nariz com um lenço de papel. Os lenços de papel que deverão ser de uso único, deverão ser depositados num saco plástico, devidamente fechado e colocado no lixo após utilização.**
- . **Lave as mãos com frequência com água e sabão. Se não tiver as mãos lavadas, evite mexer nos olhos, nariz e boca.**
- . **A utilização de equipamentos de proteção individual deverá ser indicada pelo coordenador do Plano em articulação com as diretrizes da DGS.**

Procedimentos de atendimento aos Múncipes

- . Lavar frequentemente as mãos com água e sabão esfregando-as bem pelo menos durante 20 segundos;
- . Evite cumprimentos com abraços, beijos e apertos de mão.
- . Manter distância de pelo menos 1 metro do Munícipe a atender;
- . Reforçar a lavagem das mãos após se assoar, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- . Usar como alternativa para higiene das mãos uma solução à base de álcool;
- . Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- . Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar de seguida as mãos;
- . Tossir ou espirrar para o braço como cotovelo fletido e não para as mãos;
- . Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca, com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- . Evitar contacto próximo com pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas;
- . Limpar regularmente as superfícies com detergentes e desinfetantes apropriados.

Procedimentos em situações de eventos públicos e eventos de massa

Antes de decidir organizar, prosseguir, restringir, modificar, adiar ou cancelar um evento, deve fazer-se uma avaliação de risco completa, em articulação com as Autoridades de Saúde Local e Nacional, considerando o seguinte:

- . As recomendações das autoridades sobre o COVID-19.
- . Verificar se as pessoas presentes poderão ter sido expostas ou infetadas com COVID-19 e qual o risco que representam para as outras.
- . O número de pessoas esperadas e a densidade da multidão, a idade e tipo de interação, o alojamento, a duração do evento, os países de proveniência dos participantes, as viagens inerentes ao evento.
- . As medidas a adotar para reduzir a propagação da doença
- . Contactar a Autoridade de Saúde Local para obter aconselhamento.

Medidas a tomar pela organização de eventos

- . Recomendar ao público e aos trabalhadores do evento para não comparecerem se estiverem doentes ou se estiverem em contacto com um caso confirmado de COVID-19 ou se estiveram numa área com transmissão ativa nos últimos 14 dias.

- . Garantir a existência de um Plano de Contingência atualizado. Este plano deverá contemplar o diagnóstico e encaminhamento de casos suspeitos durante o evento e articular com os Serviços de Saúde Local.
- . Implementar as condições estruturais necessárias para melhor prevenir a transmissão da doença.
- . Promover a adoção de medidas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória.

Medidas a adotar pelos trabalhadores de eventos

- . As mesmas que o Plano prevê para os vários serviços da Autarquia.

Higienização das instalações

- . Durante as diferentes fases deve ser articulado o plano de limpeza com o pessoal especializado.
- . A limpeza e higiene dos espaços e superfície de trabalho assumem particular importância no âmbito das medidas de proteção a adotar para minimizar os riscos de contágio pelo COVID-19.
- O pessoal da limpeza deve adotar medidas de autoproteção, sendo disponibilizado um kit, com o seguinte material:
 - Luvas descartáveis
 - Óculos de proteção
 - Máscara de proteção
 - Toalhetes de papel
 - Dispensador de solução antisséptica de base alcoólica
 - Desinfetantes de superfícies
 - Contentores de acionamento não manual para eliminação de resíduos

Comunicação

- . O Município difundirá internamente pelos vários meios a informação técnica produzida pela DGS no que concerne fundamentalmente a medidas de prevenção e autoproteção sobre o COVID-19.
- . Privilegiaremos a comunicação eletrónica, tendo em conta a capacidade de contacto, quer para um universo alargado, quer individualmente.

Destinatários

São destinatários da informação todos os trabalhadores do Município e público que utiliza os serviços.

O Plano será dado a conhecer aos prestadores do serviço e aos visitantes do Município.

Município de Sever do Vouga, 09 de março de 2020

O Presidente da Câmara Municipal,



(António Coutinho, Dr.)

Anexos

A – Documentação da DGS, Ministério da Saúde

B – Ficha de ocorrência

C – Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID-19

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

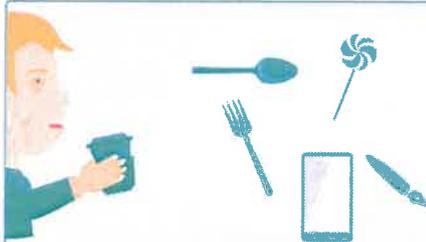
SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU
TOSSIRES TAPA A BOCA E O
NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE



NÃO PARTILHES OS TEUS
OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA



CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - www.dgs.pt) e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS:

FEBRE

TOSSE

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lápiz, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações



CORONAVÍRUS (COVID-19)

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24



SNS
SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



DGS
desde 1899
Direção-Geral da Saúde

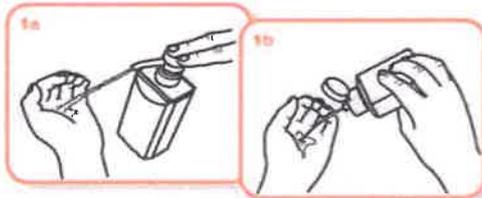


- Material de divulgação fricção anti-séptica das mãos

Fricção Anti-séptica das mãos



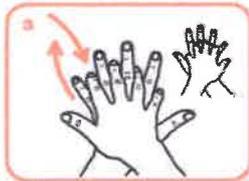
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



1a 1b
Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



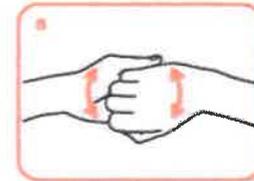
2
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



3
Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



4
As palmas das mãos com dedos entrelaçados



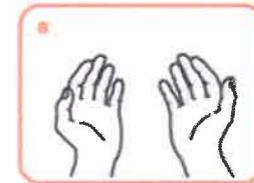
5
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



6
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



7
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



8
Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.

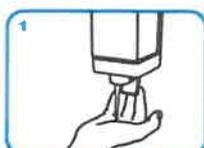
- Material de divulgação higienização das mãos

Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



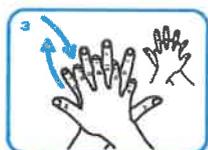
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



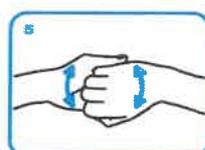
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

Anexo C

Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19

