



**COVID-19**

# PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA A DOENÇA POR NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)

BEFASHION

VERSÃO 1

JUNHO 2021



**TÍTULO:** Plano de Contingência para a doença por novo coronavírus (COVID-19) do Evento Befashion

**REGISTO DE ATUALIZAÇÕES:**

<b>Versão</b>	<b>Descrição</b>	<b>Responsável de Edição</b>	<b>Data</b>
1	Plano de Contingência – 1ª versão	PromoTorres	14/06/2021

## Índice

1. INTRODUÇÃO .....	4
1.1. O que deve saber sobre o novo coronavírus .....	4
1.2. Sintomatologia de infeção .....	4
1.3. Transmissão do novo coronavírus .....	5
1.4. Formas de tratamento .....	5
1.5. Grupos de risco .....	5
2. OBJETIVOS DO PLANO .....	6
3. ÂMBITO DE APLICAÇÃO .....	6
4. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO .....	6
4.1. Cadeia de Responsabilidades .....	6
4.2. Direção e Coordenação do Plano Composição .....	6
4.3. Equipa de gestão operacional .....	7
4.3.1. Composição .....	7
4.3.2. Competências .....	7
5. CARACTERIZAÇÃO DO EVENTO BEFASHION .....	8
5.1. Âmbito da aplicação .....	8
5.2. Procedimento para o funcionamento do Evento .....	8
5.3. Informação e sensibilização .....	9
6. MEDIDAS ESTRUTURAIS .....	9
7. COMUNICAÇÃO E PREVENÇÃO .....	9
8. PROCEDIMENTOS PARA CASOS SUSPEITOS .....	10
8.1. Procedimentos participantes, colaboradores e convidados com sintomas de covid-19 .....	10
<b>9. KITS PARA CASOS SUSPEITOS E IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO .....</b>	<b>11</b>
9.1. Composição do kit para casos suspeitos de infeção no espaço de isolamento .....	11
9.2. Composição do kit para acompanhamento de casos suspeitos .....	11
<b>10. IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO DE CASOS SUSPEITOS .....</b>	<b>11</b>
11. RH - MEDIDAS DE FORMAÇÃO E RESPOSTA ADEQUADA .....	11
ANEXOS .....	13
ANEXO 1 – CONTROLO DE ACESSOS do Evento .....	14
ANEXO 2 – REGISTO DE CONTACTOS PRÓXIMOS .....	15
ANEXO 3 – REGISTO DIÁRIO DE OCORRÊNCIAS .....	16
ANEXO 4 – LISTA DE CONTACTOS – SALA DE ISOLAMENTO .....	18
ANEXO 5 – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO .....	19

## 1. INTRODUÇÃO

A 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi informada da existência de um cluster de pneumonia de origem desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. A 9 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram um novo vírus da família dos coronavírus como agente causador da doença COVID-19 (Coronavirus Disease - 2019). A OMS, com o avançar da propagação global do vírus designado SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome – Coronavírus – 2), declarou a doença por novo coronavírus como uma Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional a 30 de janeiro de 2020 e, posteriormente, classificou-a como pandemia a 11 de março de 2020. A Direção-Geral da Saúde (DGS) tem seguido, desde o primeiro momento, o desenvolvimento do surto por novo coronavírus (SARS-CoV-2) e ativou o dispositivo de Saúde Pública do País, com monitorização e vigilância epidemiológica, gestão e comunicação de risco, habituais nestas situações. Neste contexto, procedeu-se à elaboração do Plano de Contingência para a doença por novo coronavírus (COVID-19) da Feira de Viaturas Usadas.

O Plano de Contingência é um documento estratégico que visa planear e implementar orientações específicas e contextualizadas que permitam a realização deste evento de carácter cultural, minimizando o risco de transmissão Coronavírus SARS-CoV-2.

### 1.1. O que deve saber sobre o novo coronavírus

Os coronavírus pertencem à família Coronaviridae que integra vírus que podem causar infeção no Homem, noutros mamíferos (por exemplo nos morcegos, camelos, civetas) e nas aves. Até à data, conhecemos oito coronavírus que infetam e podem causar doença no Homem. Normalmente, estas infeções afetam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes às constipações comuns ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia. Dos coronavírus que infetam o Homem o SARS-CoV (síndrome respiratória aguda grave), o MERSCoV (síndrome respiratória do Médio Oriente) e o SARS-CoV-2 (novo coronavírus) saltaram a barreira das espécies, ou seja, estes vírus foram transmitidos ao Homem a partir de um animal reservatório ou hospedeiro desses vírus. O SARS-CoV originou uma epidemia em 2002-2003 e o MERS-CoV emergiu em 2012 e foi causando casos esporádicos de infeção humana ou pequenos clusters de casos de doença respiratória.

O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos e a fonte da infeção é ainda desconhecida. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada e já existe infeção em vários países e em pessoas que não tinham visitado o mercado de Wuhan. O novo coronavírus é o agente causal da doença denominada COVID-19 que significa Doença por Coronavírus, fazendo referência ao ano em que foi descoberta - 2019.

### 1.2. Sintomatologia de infeção

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte. Os dados mostram que o

agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a segunda semana da doença. Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

### **1.3. Transmissão do novo coronavírus**

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta). A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo. As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca. Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas. No entanto, a pessoa é mais infecciosa durante o período sintomático, mesmo que os sintomas sejam leves e muito inespecíficos. Estima-se que o período infeccioso dure de 7 a 12 dias em casos moderados e até duas semanas, em média, em casos graves. Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

### **1.4. Formas de tratamento**

O tratamento para a infeção por este novo coronavírus é dirigido aos sinais e sintomas que os doentes apresentam e tem como objetivo proporcionar alívio e maior conforto aos doentes. À data, estão a ser administradas 4 vacinas de diferentes laboratórios em Portugal, estando ainda em curso investigações em diversos países para o desenvolvimento e aprovação de novas vacinas com eficácia comprovada e que respeite os requisitos necessários de segurança.

### **1.5. Grupos de risco**

As pessoas que correm maior risco de doença grave por COVID-19 são:

- Pessoas com idade avançada (65 anos ou mais);
- Pessoas com doenças crónicas - doença cardíaca, pulmonar, oncológica, neoplasias ou hipertensão arterial, entre outras;
- Pessoas com compromisso do sistema imunitário (a fazer tratamentos de quimioterapia, tratamentos para doenças autoimunes (artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla ou algumas doenças inflamatórias do intestino), infeção VIH/sida ou doentes transplantados.

## 2. OBJETIVOS DO PLANO

De forma a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para realização de uma edição da Feira de Viaturas Usadas, a Promotorres, EM, elaborou o presente Plano de Contingência que constitui um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção pelo Coronavírus SARS-CoV-2.

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintas medidas e procedimentos:

- Medidas de divulgação de prevenção
- Medidas de formação e resposta adequada
- Medidas de Gestão, monitorização e avaliação

## 3. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente Plano abrange todo o recinto do Evento, aplicando-se a todos os trabalhadores, participantes e visitantes do evento, dependendo destes para assegurar o cumprimento das diretrizes nele transmitidas.

## 4. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO

A implementação eficaz do Plano de Contingência depende da Organização do evento que deverá garantir a aplicação das medidas face à situação.

### 4.1. Cadeia de Responsabilidades

A implementação eficaz do Plano de Contingência depende da estrutura que assegura a Direção, Coordenação e Gestão Operacional do Plano.

A liderança tem a responsabilidade de tomar as decisões-chave e a equipa de gestão deve atuar em conformidade para garantir a aplicação das medidas apropriadas face à situação. Os contactos dos elementos constituintes encontram-se no Anexo 4.

### 4.2. Direção e Coordenação do Plano Composição

[Consultar anexo 4]

Compete à Direção e Coordenação do Plano:

- Ativar e desativar o Plano de Contingência;
- Decidir sobre a gestão estratégica do Plano face à evolução da situação;
- Coordenar a implementação de todas as medidas e procedimentos adotados ao nível da organização;
- Decidir sobre o encerramento temporário, parcial ou total, do evento, se tal for justificado;
- Decidir sobre a limitação ou condicionamento de acesso, circulação ou permanência de pessoas, se tal for justificado;
- Garantir a articulação com o Delegado de Saúde do ACES Oeste Sul para aplicação das orientações veiculadas pela DGS;

### 4.3. Equipa de gestão operacional

#### 4.3.1. Composição

Para assegurar a implementação e controlo da execução das medidas previstas no Plano definiu-se uma Equipa de Gestão Operacional, com a seguinte composição:

Equipa	Email	Contacto
<b>Filipe Machado Dias</b> Serviço Municipal de Proteção Civil	prociv@cm-tvedras.pt	918 773 330
<b>Rui Penetra</b> Coordenação Plano	rui.penetra@promotorres.pt	913 500 835
<b>Ricardo Rodrigues</b> Coordenação Eventos	ricardo.rodrigues@promotorres.pt	915 374 474
<b>Ricardo Dias</b> Logística	ricardo.dias@promotorres.pt	916 302 946
<b>João Gomes</b> Logística	joao.gomes@promotorres.pt	914 344 651

#### 4.3.2. Competências

São competências da Equipa de Gestão Operacional:

- Garantir a capacidade de prevenção e resposta, nomeadamente adotando as medidas necessárias para prevenir o contágio e diligenciando a preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2;
- Assegurar a implementação das medidas e procedimentos contidos no Plano, bem como acompanhar a sua efetiva execução em qualquer caso suspeito ou confirmado;
- Monitorizar a implementação do Plano, de forma a informar a equipa de gestão operacional sobre a observância das medidas e procedimentos nele contidos e propor medidas alternativas ou complementares que se revelem adequadas à situação;
- Propor o encerramento temporário, parcial ou total, do evento;
- Propor a limitação ou condicionamento de acesso, circulação ou permanência de pessoas no recinto;
- Propor a revisão e atualização do Plano de Contingência, sempre que tal se justifique.

## 5. CARACTERIZAÇÃO DO EVENTO BEFASHION

O Befashion é um evento produzido pela Promotorres, EM, com uma edição anual. São convidadas todas as lojas de roupa.

O presente plano de normas e de contingência aplica-se ao evento Befashion, que se realizará no dia 10 de julho na Esplanada Antero de Quental, em Santa Cruz e a todas as pessoas que de alguma forma visitem ou interajam com a mesma.

### 5.1. Âmbito da aplicação

A elaboração do Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, assim como os procedimentos a adotar perante a deteção de casos com sintomas desta infeção, devem seguir as informações disponibilizadas nas orientações da DGS.

Toda a informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

### 5.2. Procedimento para o funcionamento do Evento

De acordo com as orientações da DGS e do Decreto n.º 74-A/2021, de 9 de junho, o evento fica sujeito ao cumprimento das seguintes regras:

- Obrigatoriedade do uso de máscara ou viseira por parte dos participantes e convidados;
- Medidas de distanciamento físico adequado entre participantes e convidados, quando possível;
- Medidas de higiene, nomeadamente a obrigatoriedade de cumprimento de medidas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória, bem como a disponibilização obrigatória de soluções desinfetantes cutâneas, nas entradas e saídas do recinto do evento, e nas instalações sanitárias quando existentes;
- Medidas de acesso e circulação relativas, nomeadamente:
  - i. À gestão do acesso ao recinto do Evento Befashion, de modo a evitar uma concentração excessiva quer no seu interior quer à entrada do mesmo;
  - ii. Às regras aplicáveis ao desfile e aos seus intervenientes;
  - iii. Aos procedimentos de desinfeção do local do desfile, ajustados à tipologia do Evento;
- Plano de limpeza e de higienização do local;
- Protocolo para recolha e tratamento dos resíduos.

### Medidas gerais de funcionamento do Evento

Vedar o local do Evento e definir as entradas e saídas com controlo de acessos de forma a confirmar que as pessoas estão a cumprir com as regras de segurança (Anexo 1);

Manter uma distância mínima de dois metros entre as pessoas/cálculo de ocupação de 1 pessoa por 20m<sup>2</sup>;



A organização disponibiliza solução antisséptica de base alcoólica para os participantes e convidados em vários pontos na área do Evento (Anexo 1);

Os espaços de atendimento devem estar equipados com dispensador de desinfetante e distanciador no piso, também fornecido e implementado pela Organização;

É obrigatório, o uso de máscara pelos participantes, convidados, seguranças e colaboradores da Organização, podendo ser complementado com o uso de viseira;

### **5.3. Informação e sensibilização**

A organização irá assegurar previamente aos participantes, convidados e entidades locais responsáveis, toda a informação sobre o conteúdo das medidas do Plano de Contingência.

Será afixada sinalética nas entradas e em locais considerados estratégicos, no sentido de garantir a todos os participantes e convidados a informação necessária, nomeadamente a relativa às boas práticas e recomendações de higiene e saúde pública. [Anexo 1]

Estarão ainda disponíveis no site e nas redes sociais da Promotorres, EM as normas de funcionamento e recomendações.

A empresa de Segurança contratada, bem como o elemento da Organização presente durante o Evento, sensibilizarão os visitantes e garantirão o cumprimento das regras sanitárias, designadamente o distanciamento físico, o uso da máscara, a higienização regular das mãos e o respeito pelos circuitos de circulação.

## **6. MEDIDAS ESTRUTURAIS**

A área total do recinto é de 700m<sup>2</sup>.

Sem publico só participantes e convidados.

Ao contrário dos anos anteriores, onde se verifica a livre circulação de pessoas, em 2021 o recinto do festival estará delimitado.

A frequência de limpeza das instalações sanitárias será efetuada de acordo com a orientação 014/2020, da DGS, podendo necessitar de maior periodicidade, dependendo da utilização.

Será assegurada a colocação de dispensadores de solução antisséptica, à base de álcool, em diversos pontos estratégicos do espaço, de fácil acesso aos utilizadores e a todos aqueles que vão trabalhar no evento. [Anexo 1].

## **7. COMUNICAÇÃO E PREVENÇÃO**

Disponibilização do Plano de todas as formas digitais possíveis;

Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes (participantes, convidados, patrocinadores, parceiros); distanciamento entre pontos de exposição não inferiores a 2 metros;

Sinalética em suportes informativos nas entradas, zonas de circulação mais amplas

[Anexo 1];

Comunicação vertical e dos RH permite efetuar uma gestão equilibrada de acesso do público de modo a cumprir o distanciamento;

Reforço de informação relativamente à importância da higienização: ativação de promotores com pulverizadores com álcool gel para desinfeção das mãos;

Informação a participantes e convidados de obrigatoriedade de uso de máscara com ou sem viseira;

Obrigatoriedade de distanciamento físico obrigatoriedade de medidas de higienização das mãos e etiqueta respiratória,

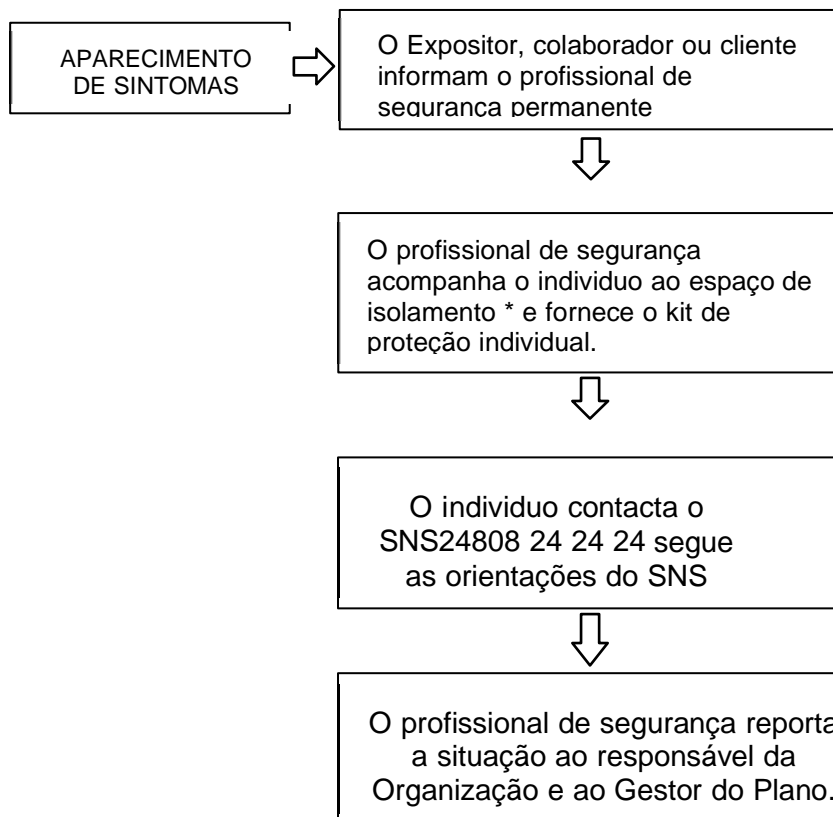
INFORMAR ACERCA DO PLANO de limpeza e higienização dos recintos:

Protocolo para tratamento dos resíduos de equipamentos de proteção;

## 8. PROCEDIMENTOS PARA CASOS SUSPEITOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento da feira.

### 8.1. Procedimentos participantes, colaboradores e convidados com sintomas de covid-19



## 9. KITS PARA CASOS SUSPEITOS E IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO

### 9.1. Composição do kit para casos suspeitos de infeção no espaço de isolamento

A sala de isolamento encontra-se equipada com os materiais e equipamentos, para pessoas que nelas tenham que permanecer temporariamente até à validação da sua situação e o eventual transporte pelos BTVV, designadamente:

- Telefone;
- Cadeira ou marquesa;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.

### 9.2. Composição do kit para acompanhamento de casos suspeitos

- Respirador FFP2;
- Bata TNT descartável;
- Solução de desinfetante à base de álcool 70%, gel;
- Luvas descartáveis.

## 10. IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO DE CASOS SUSPEITOS

A sala de isolamento encontra-se nos camarins, que se situam numa galera (Anexo 6) estacionada no Largo Jaime Baptista da Costa em Santa Cruz.

## 11. RH - MEDIDAS DE FORMAÇÃO E RESPOSTA ADEQUADA

Formação de equipas [coordenação, produção, assistência, backoffice];

Formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento das feiras e implementação de planos propostos;

Formação e explicação dos planos de contingência e novas normas a todos os RH;

Identificação das tarefas essenciais e complementares de cada RH;

Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais e complementares, em caso de suspeita de contaminação;

Aquisição de equipamentos, kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19;

Identificação dos trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;

Indicação de qual o trabalhador designado para acompanhamento à sala de isolamento, de eventual suspeito de infeção;

Dado que os trabalhadores destes equipamentos exercem as funções em regime de turnos, deverá ser designado sempre um dos trabalhadores que no momento se encontre ao serviço;

Monitorizar e acompanhar a situação em dois turnos, diariamente.

## **12. MEDIDAS DE GESTÃO, MONITORIZAÇÃO e AVALIAÇÃO**

Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes [RH da FSP, fornecedores, expositores, etc.];

Garantir a existência de higienização na entrada do recinto da feira, de modo a garantir uma boa higienização das mãos [Anexo 1];

Garantir a reposição dos kits de proteção individual;

Providenciar e garantir meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), entrega de um kit de proteção individual e encaminhamento para um espaço de isolamento (Anexo 1) de casos suspeitos que possam existir;

Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos;

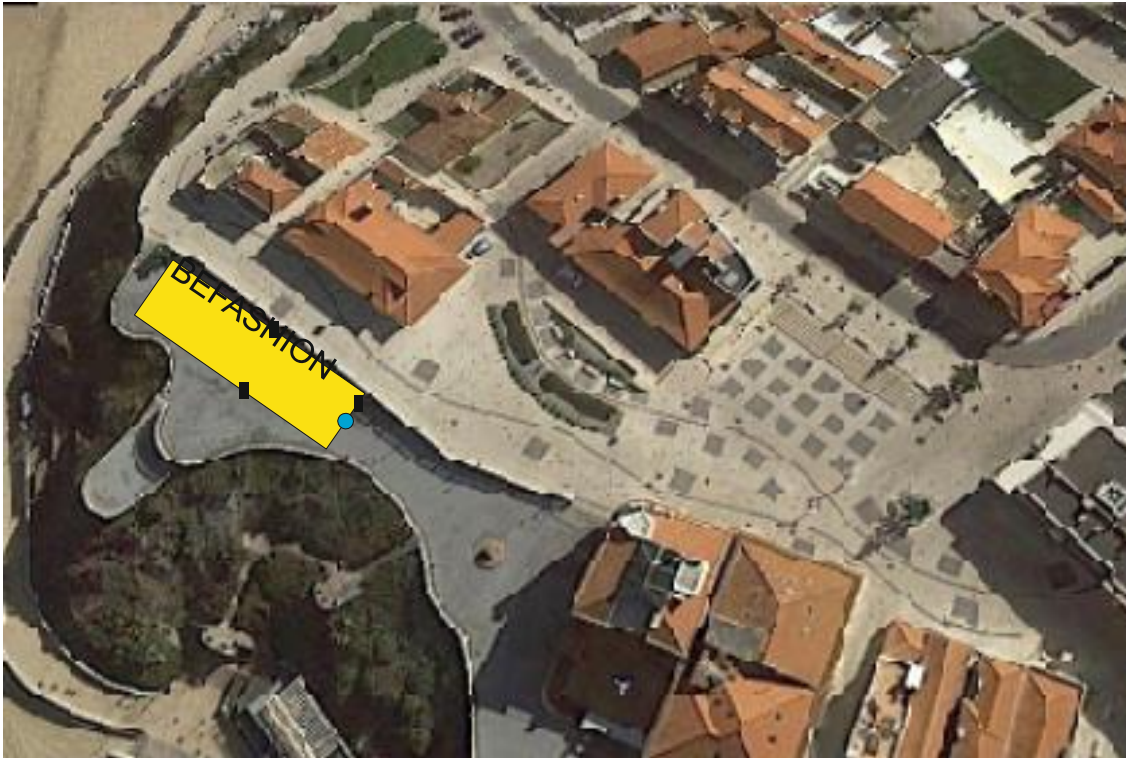
Informar os municípios sobre a eventual perturbação no funcionamento da feira;


Emitir relatórios diários, em conjunto com Prociv, PSP, BVTV, com informação direcionada às autoridades de saúde, dirigentes e demais trabalhadores;


Recolher a identificação dos trabalhadores que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção e reportar;

# ANEXOS

## ANEXO 1 – CONTROLO DE ACESSOS do Evento – INFORMAÇÃO VERTICAL



 Área controlo de acessos com segurança, contagem, dispensadores de álcool gel e se necessário e controlo de temperatura se necessário [medidas e plano FSP]

 Comunicação/informação



### ANEXO 3 – REGISTO DIÁRIO DE OCORRÊNCIAS

<b>Título da reunião:</b>		
<b>Data:</b>	<b>Hora:</b>	<b>Local reunião:</b>
<b>Convocada por:</b>		
<b>Tipo reunião:</b>		
<b>Participantes:</b>		
<b>Tópico de Agenda:</b>		
<b>Tarefas</b>	<b>Pessoa Responsável</b>	<b>Prazo (Data   hora)</b>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
<b>Observações:</b>		





## ANEXO 4 – LISTA DE CONTACTOS – SALA DE ISOLAMENTO

# SNS 24 – 808 24 24 24

Delegado de Saúde do ACES Oeste Sul, Dr. Nuno Rodrigues – 261 336 370  
[nuno.s.rodrigues@arslvt.min-saude.pt](mailto:nuno.s.rodrigues@arslvt.min-saude.pt)

Unidade de Saúde Local / Centro de Saúde de Torres Vedras – 261 336 350

ORGÂNICA	NOME	CARGO - FUNÇÕES	CONTACTOS
<b>Direção do Plano de Contingência</b>			
Presidente Câmara Municipal de Torres Vedras	Laura Rodrigues	Diretora do Plano de Contingência	261 310 419 gap@cm-tvedras.pt
Coordenação	Filipe M. Dias	Apoio à Diretora do Plano	261 320 766 prociv@cm-tvedras.pt
Coordenação	Rui Penetra	Apoio à Diretora do Plano	913 500 835 rui.penetra@promotorres.pt
<b>Equipa de Gestão Operacional</b>			
EVENTOS	Ricardo	Equipa de Gestão Operacional do Plano de Contingência	915374474
EVENTOS	Ricardo Dias	Apoio à gestão operacional	916302946 ricardo.dias@promotorres.pt
EVENTOS	João Gomes	Apoio à gestão operacional	914344651 joao.gomes@promotorres.pt

## ANEXO 5 – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

COVID-19

# MEDIDAS GERAIS

### HIGIENE DAS MÃOS

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



### ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

### DISTANCIAMENTO SOCIAL

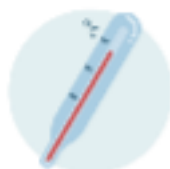
Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de 1,5 - 2 metros



**SE TIVER ALGUM DOS SEGUINTE SINTOMAS:**



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

**LIGUE  
SNS 24**

**808 24 24 24**

#SEJAUMAGENTEDESALUDEPUBLICA  
#ESTAMOSJuntos  
#UMCONSELHODADGS



# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



00 Molhe as mãos



01 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



02 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



03 Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



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



06 Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



07 Enxague as mãos com água



08 Seque as mãos com um toalhete descartável

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS (com uma solução à base de álcool)



Duração total do procedimento: **20 segundos**



01 Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



02 Estregue as palmas das mãos, uma na outra



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



04 Palma com palma com os dedos entrelaçados



05 Estregue o polegar esquerdo em sentido relativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa



06 Estregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma de mão esquerda e vice-versa

**SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA**

Partilhe informação e boas práticas sobre o COVID-19

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



**DEITE O LENÇO AO LIXO** e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

COVID-19

# MÁSCARAS

### COMO COLOCAR

- 1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**
- 2º **VER A POSIÇÃO CORRETA**  
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ext: na máscara cirúrgica / lado: tecido, com anacoel para clínico)
- 3º **COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- 4º **AJUSTAR AO ROSTO**  
Do nariz até abaixo do queixo
- 5º **NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS**

### DURANTE O USO

- 1º **TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA**
- 2º **NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR**
- 3º **NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**  
Se o fizer, lavar as mãos de seguida

### COMO REMOVER

- 1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER**
- 2º **RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- 3º **DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA**
- 4º **LAVAR AS MÃOS**

## TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSJUNTO  
#UMCONSELHODAGDS

## ANEXO 6 – Camarins

