

UFCD 0349



# EXERCICIO DO MÓDULO

## PRESSUPOSTOS UTILIZANDO A INOVAÇÃO

1. Definir qual o problema e como nos propomos a resolver
2. Decidir qual o produto/serviço que vamos trabalhar (Cabeleireiro / Estética / Massagem).
3. O projeto vai ser físico e/ou com comércio eletrónico.
4. Qual vai o ser o nome do projeto? Atenção, temos que validar primeiro se tem o domínio disponível em (.pt) e (.com). [www.amen.pt](http://www.amen.pt) esteticajim.pt
5. Cross Selling com quem (Parceiros complementares) Não são clientes nem fornecedores
6. Logotipo para estacionário e comunicação institucional. <https://www.logomaker.com/pt/>
7. Pesquisar tendências sobre o negócio. **Tendências atividade** ( ex: tendências cabeleireiro; tendências estética; tendências massagem; etc.) + as **Tendências vendas on-line**, **Tendências contactos com cliente**, **Tendências gestão de clientes**, tendências HSST etc.  
<https://vogue.globo.com/beleza/pele/noticia/2020/11/7-tendencias-que-dominarao-o-mercado-de-beleza-em-2021.html>
8. Legislação ou condicionantes externas que podem afetar o projeto: Notícias em portais: [www.sapo.pt](http://www.sapo.pt) , [www.publico.pt](http://www.publico.pt) , [www.expresso.pt](http://www.expresso.pt) , [www.iol.pt](http://www.iol.pt)



## 9. GESTÃO DE RESÍDUOS

- Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos
- Estratégias de atuação
- Boas práticas para o meio ambiente

10. SHST - segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção.

11. SHST - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador



12. **ACIDENTES DE TRABALHO**

13. **PRINCIPAIS RISCOS PROFISSIONAIS** - Riscos biológicos, Agentes biológicos, Vias de entrada no organismo, Medidas de prevenção e proteção, Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção), Ambiente térmico, Iluminação, Radiações (ionizantes e não ionizantes), Ruído e Vibrações.
14. **RISCOS QUÍMICOS** - Produtos químicos perigosos, Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma, Vias de exposição, Efeitos na saúde, Classificação, rotulagem e armazenagem e Medidas de prevenção e proteção.
15. **RISCOS ELÉTRICOS** - Riscos de contacto com a corrente elétrica: contatos diretos e indiretos, Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano, Medidas de prevenção e proteção.



## 16. SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE

- Sinais que podem ser associados às instalações do projeto
- Tipos de sinalização

## 17. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Informação complementar

8– Legislação ou condicionantes externas que podem afetar o projeto:

- Notícias em portais (Oportunidades e/ou Ameaças) em [www.sapo.pt](http://www.sapo.pt) [www.publico.pt](http://www.publico.pt) [www.expresso.pt](http://www.expresso.pt) [www.iol.pt](http://www.iol.pt) :
- Ameaças: <https://marketeer.sapo.pt/cabeleireiros-e-barbeiros-criam-movimento-estamos-por-um-fio>
- Oportunidades: <https://eco.sapo.pt/2021/03/12/corrída-aos-cabeleireiros-saloes-cheios-na-semana-da-reabertura/>  
<https://www.publico.pt/2020/10/14/impar/noticia/ha-novo-selo-quer-garantir-seguranca-cabeleireiros-gabinetes-estetica-1935246>  
<https://tvi24.iol.pt/aominuto/5e56645d0cf2071930699ff6/covid-19-as-novas-regras-de-seguranca-para-a-reabertura-dos-gabinetes-de-estetica/5eaf43e40cf29545b5715e82>

## ➤ Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos

<https://www.tpalaw.pt/es/noticias/alteracao-ao-regime-da-gestao-de-fluxos-especificos-de-residuos/136/>

Sistema Integrado de Gestão de Embalagens e Resíduos de Embalagens (SIGRE)

Sistema Integrado de Embalagens e Resíduos de Embalagens e Medicamentos (SIGREM)

Sistema Integrado de Gestão de Resíduos de Equipamentos Elétricos e Eletrónicos (SIGREEE)

Sistema Integrado de Gestão de Resíduos de Pilhas e Acumuladores (SIGRPA)

## ➤ Estratégias de atuação (exemplo)

No Fhair – Organic Hair Studio, a beleza é sustentável. O novo espaço lisboeta promete uma abordagem ética e amiga do ambiente e tem como ambição ser referência em Portugal nos cuidados de beleza justos e responsáveis, contribuindo activamente para a mudança de paradigma no sector. Os produtos utilizados são, preferencialmente, de origem orgânica ou não-sintética, de modo a assegurar que a pele tem o menor contacto possível com substâncias químicas. A Davines é a marca que acompanha o Fhair na fase de arranque. Além disso, as luvas que usam são lavadas para poderem ser reutilizadas, os resíduos são separados para a reciclagem, os detergentes de limpeza são ecológicos, o café e o chá servidos são biológicos e o consumo de energia e água é regulado. Também a decoração do salão não foi deixada ao acaso. Ana Fernandes, o nome por detrás do projecto, teve o cuidado de procurar o maior número de elementos junto da comunidade local e de aproveitar materiais reciclados. Corte, coloração, penteados e tratamentos são apenas alguns dos serviços disponibilizados pelo Fhair, uma vez que também tem disponíveis opções no campo da maquilhagem e cuidado com o corpo.



## 9– GESTÃO DE RESÍDUOS – continuação

### ➤ Boas práticas para o meio ambiente

[http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei\\_mostra\\_articulado.php?nid=2953&tabela=leis&so\\_miolo=](http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=2953&tabela=leis&so_miolo=)

## 9– GESTÃO DE RESÍDUOS – continuação

Em relação ao tratamento dos resíduos é importante considerar os seguintes aspetos:

- Existência de baldes do lixo com tampa movida a pedal e adequados à quantidade produzida pelo estabelecimento;
- Os diversos resíduos produzidos devem obedecer a uma triagem, acondicionamento, transporte e eliminação adequados; Agulhas e lâminas são de uso único, portanto não reutilizáveis, e devem de ser colocadas em contentor apropriado, de paredes rígidas e devidamente identificado como Risco Biológico. O Decreto-lei n.º73/2011, de 17 de Junho, classifica estes resíduos como Resíduos Hospitalares e como tal, o seu transporte e eliminação implica um contrato com uma entidade licenciada para o efeito; O material passível de reciclagem (papel/ cartão, vidro, plástico/ metal, pilhas e baterias) deve ser separado e colocado no respetivo ecoponto; Os resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos (REEE) devem ser corretamente eliminados, pelo que atualmente poderão ser entregues de forma gratuita, na aquisição de outro equipamento novo com as mesmas funções. Para outros REEE, poderá recorrer aos locais de recolha disponíveis nas grandes superfícies comerciais.

10 – SHST - segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção.

- **SHST:**

- No projeto de instalação do estabelecimento e consoante as atividades a desenvolver, deverá prever espaço para diferentes compartimentos, em particular, gabinete de estética e /ou sala de depilação. Um dos erros mais comuns é a construção de uma sala de estética interior, sem janela, o que obrigará à colocação de um sistema mecânico de renovação do ar. Lembre-se que os locais com permanência de pessoas terão sempre de ser ventilados a partir do exterior, através de meios passivos (janelas) ou ativos (equipamento AVAC). "aquecimento, ventilação e ar condicionado"

## 10 – continuação:

- **SHST:**
- É comum nas salas de estética e depilação exigir-se um lavatório de comando não manual. Para facilitar a higienização e a proteção da parede, mantenha a zona contígua ao lavatório revestida a azulejo ou a outro material com características semelhantes (chapa aço inoxidável, vidro, acrílico, etc.). Tenha em atenção a configuração do salão quando instalar as cadeiras e secadores, de forma a poder trabalhar com espaço e qualidade suficientes.

## 10 – continuação:

- **SHST:**

- **Instalação Sanitária** - Deverá reservar um espaço para a instalação sanitária dos funcionários do estabelecimento. Esta não poderá comunicar diretamente com a zona de clientes, neste sentido é comum a colocação de uma antecâmara ou anteparo fixo. A instalação sanitária deverá ter ventilação permanente a partir do exterior da edificação (janela ou ventax) e as paredes deverão ser revestidas a toda a sua altura por azulejo ou material similar.

## 10 – continuação:

- **SHST:**

- **Paredes e Pavimentos** - Os materiais utilizados nestes estabelecimentos devem permitir uma fácil limpeza e higienização. Esta regra aplica-se aos pavimentos, às paredes e ao teto. O pavimento deve também ser resistente, impermeável e não facilitar o escorregamento. Habitualmente utiliza-se mosaico, pedra, linóleos e piso vinílicos. As paredes devem ser revestidas a toda a sua altura por material de cor clara, junto aos lavatórios devem ter um lambrim de azulejo (ou outro material de características similares) e o teto deve ser estucado ou pintado com tinta de cor clara.

## 10 – continuação:

- **SHST:**

- **Mobiliário e Equipamento** - O estabelecimento deve dispor de prateleiras, armários e mesas em número suficiente para acondicionar os produtos e utensílios a utilizar, bem como toalhas, batas e penteadores. As rampas de lavagem instaladas devem ser abastecidas de água quente e fria e com o esgoto devidamente sifonado. As coberturas ou tampos das bancadas e das mesas de trabalho deverão ser de pedra, de vidro ou de outro material fácil de lavar. Os toucadores, marquesa de estética, mobiliário de apoio e expositores de produtos de beleza deverão permitir a sua fácil limpeza e higienização. Os secadores e restante material elétrico deverão ser certificados e garantir a segurança na sua utilização.

10 – continuação:

- **SHST:**

- O estabelecimento deverá dispor de uma zona compartimentada ou cuba independente (separada funcionalmente), para a lavagem dos utensílios. Na instalação de água quente, quando proveniente de esquentador a gás, este deverá ser colocado em local isolado e terão de ser observadas as condições regulamentares de exaustão de gases de combustão. Se optar por aquecimento elétrico (termoacumulador) peça o termo de responsabilidade da instalação, de acordo com a Portaria nº 1081/91, de 20 de Novembro. Deverá também dispor de equipamentos e produtos para a desinfeção e esterilização de todos os utensílios cortantes e que contactem com a pele, unhas e couro cabeludo. É comum a utilização de esterilizadores do tipo autoclave (<https://www.medicalexpo.com/pt/prod/nhc-medical-beauty/product-130666-965556.html>), ultra-violeta, ultra-sons, cristais de quartzo, calor seco, mas a maioria destes produtos não é totalmente eficaz na destruição dos microrganismos, pelo que se sugere a posterior imersão dos utensílios em álcool etílico (75%) ou desinfetante hospitalar.



## 10 – continuação:

- SHST:
- Higiene e Limpeza

Em matéria de higiene e limpeza é fundamental o cumprimento das seguintes orientações: Deverá existir um plano de higiene preventiva das instalações no qual estejam descritos procedimentos que salvaguardem quer nas instalações quer para os clientes, a ausência de contaminação patogénica na aplicação das técnicas de tratamento e que podem afetar as instalações e os clientes; Os equipamentos disponíveis nos gabinetes de estética, deverão ter o seu próprio protocolo de verificação, manutenção (preventiva/corretiva) e processo de desinfeção; Nos procedimentos de higienização devem ser utilizados produtos e utensílios que assegurem uma limpeza e desinfeção eficazes; Os utensílios ou materiais que não representem risco em potencial para a saúde deverão ser sujeitos a processos de limpeza; Todos os utensílios que entrem em contacto com o paciente devem de ser preferencialmente descartáveis; O procedimento de esterilização deve ser adequado a todos os utensílios utilizados, não descartáveis (ex: pinça, lima e alicate de unhas), em que exista risco de contaminação por sangue ou outras secreções orgânicas. Para a esterilização dos utensílios deve-se utilizar estufas, autoclaves, ultra violeta, ou outros;

## 10 – continuação:

### ➤ Higiene e Limpeza

O material esterilizado deve ser acondicionado em invólucros adequados, devendo estes invólucros apenas ser abertos no momento de uso no cliente, para garantir a esterilização; Todo o material utilizado deve ser substituído a cada cliente. Na realização da manicure e pédicure é recomendado a utilização de um kit individual; As “ampolas” de utilização individual devem de ser abertas no momento de uso e eliminadas no fim da sua utilização, mesmo que não tenha sido utilizado todo o conteúdo; Antes e depois de realizar qualquer tratamento ao paciente, o manipulador deve proceder a uma correta lavagem e desinfeção das mãos. O uso de adornos como anéis e pulseiras, não são recomendadas; Sempre que haja contacto cutâneo com o paciente, devem de ser utilizadas luvas descartáveis nos procedimentos de tratamento; É recomendado o uso de bata de proteção; As Marquesas devem estar protegidas com papel descartável e este ser trocado a cada cliente; No fim do tratamento, todas as superfícies contaminadas não descartáveis devem de ser limpas com produto desinfetante; As toalhas e robes devem ser de uso individual e posteriormente lavados a altas temperaturas; O serviço de lavandaria poderá ser próprio ou subcontratado. Em qualquer dos casos, deve ser assegurado instalações apropriadas para o armazenamento em separado de roupas sujas e limpas, de modo a que em nenhum momento as roupas se misturem; Materiais em madeira e tapetes têxteis não são aconselháveis; A decoração da sala de tratamentos deve de ser a mínima possível de modo a permitir a sua fácil higienização.

## 11 – SHST - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador:

- SHST – Obrigações de ambas as partes:

- Empregador

- Trabalhador

Os principais fatores de risco existentes para os profissionais deste setor são os agentes químicos; agentes biológicos, postura de pé mantida, abdução dos membros superiores, movimentos repetitivos; penetração de corpo estranho (com destaque para o cabelo cortado), trabalho húmido; iluminância desadequada; radiações eletromagnéticas; ruído; desconforto térmico e questões relacionadas com a organização do trabalho (espaço de trabalho reduzido, partilha da mesma área por diversos profissionais, tarefas dependentes do tempo de execução dos colegas e vice-versa, turnos prolongados, encurtamento ou inexistência de pausas e remuneração muito dependente da produtividade e satisfação direta do cliente).

## 11 – SHST - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador:

- **Continuação**

As principais medidas de proteção coletiva identificadas foram a potenciação da ventilação, encerramento das embalagens de agentes químicos (quando estes não estão a ser utilizados); iluminação adequada e limpeza das laminárias; aquisição de secadores mais silenciosos e menos produtores de radiações eletromagnéticas, desligar aparelhos elétricos que não estejam a ser utilizados, revestimento das paredes com material que absorva o som em vez de o refletir, boa manutenção e limpeza dos equipamentos; vínculo laboral com continuidade, aumento do salário base e diminuição das comissões, melhor organização do sistema de pausas, rotatividade de tarefas, construir postos de trabalho mais ergonómicos/ equipamento ajustável às dimensões de cada profissional; educação e promoção para a saúde ocupacional; uniformização das exigências legais mínimas para exercer, melhoria das normas/ legislação e incremento das inspeções.

## 11 – SHST - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador:

- **Continuação**

Os principais equipamentos de proteção individual mencionados foram as luvas, farda/ avental, máscara, óculos e eventualmente meias de compressão e pulso elástico, se adequados.

Os riscos/ eventuais doenças profissionais associadas a este setor são o eczema/ dermatite de contato alérgica, urticária, fotodermatite, doença pilonidal interdigital, paroníquia, onicólise; irritação ocular/ conjuntivite; asma, doença pulmonar granulomatosa, alveolite; cancros (bexiga, orofaringe, pulmão); HIV e hepatites B e C; alterações obstétricas (parto pré-termo, baixo peso ao nascer e eventualmente aborto); síndrome do túnel cárpico, tendinites e outras lesões músculo-esqueléticas; hipoacusia e stress.

<https://www.rpso.pt/postos-trabalho-saloes-beleza-cabeleireiros-esteticistas-manicuras-pedicuras-principais-riscos-fatores-risco-laborais-doencas-profissionais-associadas-medidas-protecao-recome/>

## 12 ACIDENTES DE TRABALHO :

- As numerosas e complexas causas dos acidentes de trabalho. Trata-se sempre de um acontecimento não intencionalmente provocado, pelo menos pela vítima, de caráter anómalo e inesperado, gerador de consequências danosas para o corpo ou para a saúde, imputável ao trabalho, no exercício de uma atividade profissional, ou devido a esta, de que é vítima um trabalhador.
- É acidente de trabalho aquele que se verifique no local e no tempo de trabalho e produza direta ou indiretamente lesão corporal, perturbação funcional ou doença, de que resulte a morte ou redução na capacidade de trabalho.
- É igualmente obrigatório registar todos os acidentes de trabalho, sendo que alguns deles devem ser comunicados às autoridades competentes. Entre as obrigações legais referidas é ainda importante efetuar a investigação das causas dos acidentes, cujo principal objetivo é a prevenção. Pressupõe que as empresas utilizem os resultados dessa análise para introduzir melhorias, quer a nível das práticas correntes, quer nos sistemas de controlo de riscos.

## 13 RISCOS PROFISSIONAIS:

- Os riscos profissionais, neste setor, estão particularmente relacionados com o ambiente e os constrangimentos físicos, nomeadamente, com a exposição a variações de temperatura e a agentes químicos que compõem os produtos utilizados diariamente. Os constrangimentos físicos mais evidenciados prendem-se com a adoção de posturas penosas e com o permanecer muito tempo de pé com deslocações. Consequentemente os problemas de saúde mais referidos são: adormecimento frequente dos membros, dores de costas, lesões músculo-esqueléticas, varizes e problemas de pele. Não é suficiente, porém, fazer um diagnóstico de condições de trabalho neste setor. Exige uma intervenção ao nível da prevenção e vigilância da saúde destes trabalhadores, para que o abandono precoce da profissão especialmente entre os mais jovens (EU-OSHA, 2014), seja reduzido.

# 13 ACIDENTES DE TRABALHO e DOENÇAS PROFISSIONAIS

Condições de Trabalho



Ficha de investigação e análise de

Acidentes de Trabalho

Ficha de investigação e análise de

Doenças Profissionais



## 14 RISCOS QUÍMICOS:

- Os trabalhadores das PME podem ser expostos a agentes químicos em várias indústrias, tais como a construção, as lavandarias, os cuidados de saúde, os serviços pessoais (cabeleireiros), a metalurgia, os têxteis, o mobiliário, o fabrico de alimentos, os transportes e a eliminação de resíduos.

## 14 RISCOS QUÍMICOS:

- As principais medidas de prevenção de aplicação obrigatória por parte das empresas estão consignadas na Diretiva relativa a agentes químicos da UE, a qual prevê:
- a eliminação de substâncias e processos perigosos, ou a sua substituição por alternativas menos perigosas;
- a aplicação de medidas de proteção coletiva, tais como controlos técnicos, ventilação adequada e medidas organizativas apropriadas;
- a existência de equipamento adequado para trabalhar com agentes químicos;
- a minimização do número de trabalhadores expostos ou passíveis de exposição;
- a minimização da duração e da intensidade da exposição;
- a aplicação de medidas de higiene apropriadas;
- a redução da quantidade de agentes químicos ao mínimo necessário para efetuar o tipo de trabalho em causa;
- a definição de procedimentos de trabalho adequados, incluindo medidas com vista à segurança do manuseamento, armazenagem e transporte de agentes e resíduos químicos perigosos;

## 15 RISCOS ELÉCTRICOS:

- A utilização da eletricidade exige vários cuidados, uma vez que quando são negligenciados os devidos procedimentos de segurança esta fonte de energia pode provocar não só danos patrimoniais, como também ser fatal ou causar lesões irreversíveis. A origem da maioria dos acidentes eléctricos está relacionada com a falta de informação, ou imprudência, de quem trabalha e utiliza recursos eléctricos.
- <https://www.apsei.org.pt/areas-de-atuacao/seguranca-no-trabalho/riscos-eletricos/>

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:

- [https://www.act.gov.pt/\(pt-PT\)/CentroInformacao/SinalizacaoSeguranca/Paginas/default.aspx](https://www.act.gov.pt/(pt-PT)/CentroInformacao/SinalizacaoSeguranca/Paginas/default.aspx)



Atmosfera Explosiva



Baixa Temperatura



Cargas Suspensas



Forte Campo Magnético



Obstáculos/ Locais Perigosos



Electrocussão



Perigos Vários

(Ver condições de utilização na alínea b)  
do artigo 3º da Portaria nº 178/2015  
de 15 de junho)



Queda com Desnível

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Radiações não Ionizantes



Raios Laser



Riscos Biológicos



Substâncias Comburentes



Substâncias Corrosivas



Substâncias Explosivas



Substâncias Inflamáveis ou Alta



Substâncias Radioativa

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Substâncias Tóxicas



Tropeçamento



Veículos de Movimentação de Cargas

### » Emergência



Via/ Saída de Emergência



Via/ Saída de Emergência



Via/ Saída de Emergência



Via/ Saída de Emergência

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Via/ Saída de Emergência



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Duche de Segurança



Lavagem dos Olhos



Maca

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Primeiros Socorros



Telefone para Salvamento e Primeiros Socorros



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Direcção a Seguir



Agulheta de Incêndio



Escada



Extintor



Telefone para Luta contra Incêndios





Obrigações Várias



Passagem Obrigatória para Peões



Protecção Individual Obrigatória  
contra Quedas



Protecção Obrigatória da  
Cabeça



## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Protecção Obrigatória dos  
Olhos



Protecção Obrigatória dos  
Ouvidos



Protecção Obrigatória dos Pés

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:



Água Não Potável



Não Tocar



Passagem Proibida a Peões



Passagem Proibida a Veículos de  
Movimento de Cargas



Proibição de Apagar com  
Água



Proibição de Fumar



Proibida a Entrada a Pessoas  
Não Autorizadas

## 16 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE:

### » Rotulagem



Amianto



Corrosivo



Explosivo



Gás sob pressão



Inflamável



Oxidante



Perigo grave para a saúde



Perigo para a saúde



Perigoso para o ambiente



Toxicidade aguda

# 17 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:

- <https://www.apsei.org.pt/areas-de-atuacao/seguranca-no-trabalho/guias-epi/>

## Lista de Verificação Cabeleireiro:

### LISTA DE VERIFICAÇÃO CABELEIREIROS

Informação geral	
Empresa:	
Estabelecimento:	
Setor de atividade :	

### FICHA DE AVALIAÇÃO DE RISCOS CABELEIREIROS

Itens a verificar	Sim	Não	N/A	Comentários
<b>1- INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS</b>				
1.1-Existe uma conceção adequada das instalações e equipamentos de trabalho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1.2-Não há descamação na pintura das paredes e tetos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1.3-Não há folgas (frestas) nas estruturas das portas e janelas, nem entre janelas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1.4-O piso é antiderrapante, sem desníveis e encontra-se limpo em toda a instalação?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

# 17 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:

[https://www.uacs.pt/conteudo/noticias-eventos/noticias/rs\\_cabeleireiros\\_barbeiros](https://www.uacs.pt/conteudo/noticias-eventos/noticias/rs_cabeleireiros_barbeiros)



## NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

### GUIA DE BOAS PRÁTICAS PARA CABELEIREIROS E INSTITUTOS DE BELEZA

#### A. Plano de Contingência

- a) Elaborar/rever o plano de contingência de acordo com a Orientação n.º 006/2020 da DGS;
- b) Todos os trabalhadores/colaboradores devem ter formação orientada para o cumprimento das medidas do plano de contingência e orientações da DGS;
- c) Área de isolamento, se possível (ventilação natural, revestimentos lisos e laváveis, sem tapetes, ou cortinados);

#### B. Medidas Gerais de Prevenção

- a) Gerir os acessos de modo a evitar a concentração de pessoas à entrada ou situações de espera no interior;
- b) Atendimentos por marcação prévia e não presencial;
- c) Interditar formas de cumprimento que envolvam o contacto físico;
- d) Promover o arejamento natural dos espaços, em caso de ventilação de ar forçado, assegurar que o ar é retirado diretamente do exterior;
- e) Manter portas abertas para minimizar o contacto com as mesmas e respetivas maçanetas;
- f) Assegurar uma distância mínima de dois metros entre pessoas;
- g) Reconfigurar a disposição de equipamento mobiliário, por forma a facilitar a circulação e o cumprimento da distância de segurança;
- h) Retirar elementos físicos de potencial contacto com os clientes (revistas, catálogos, brinquedos);
- i) Manter a distância de segurança em zonas de pausa: copa, sala de descanso.

#### B.1. Proteção Individual

- 1. Disponibilizar máscaras e viseira de proteção para utilização de todos os trabalhadores – **O uso de viseira não dispensa a máscara**;
- 2. Informar o cliente sobre a obrigatoriedade do uso de máscara;
- 3. Disponibilizar obrigatoriamente soluções de base alcoólica/álcool-gel para profissionais e trabalhadores, em todas as entradas/saídas;
- 4. Disponibilizar toalhetes de papel para secagem de mãos (instalações sanitárias e junto a lavatórios).



# 17 EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL, INCLUINDO O COVID:


Orientação para reabertura de estabelecimentos do Sector de cabeleireiros, barbeiros, profissionais de beleza e estética.
Edição: 1ª / 2020 Revisão: 00 Página: 1 de 6

Recomendações essenciais para a reabertura dos estabelecimentos.

## 1 Introdução

Atendendo ao atual conhecimento existente sobre a COVID-19, bem como a inexistência de vacina ou tratamento para o novo coronavírus (SARS-CoV-2), implica que na decisão de reabertura, em especial de empresas deste sector, devem ser tomadas medidas de proteção dos cidadãos (trabalhadores, clientes, outros) e garantida a sua aplicação.

Uma vez que o vírus continua em circulação na comunidade, a retoma da atividade se não for bem acautelada poderá, devido ao aumento de exposição e contactos, expetável em face da retoma da atividade e cessação progressiva do confinamento social, aumentar a possibilidade de uma segunda onda epidémica que anulará todo o esforço já feito.

Toma-se assim essencial preparar o reinício da atividade, estabelecendo regras definidas através do presente – Documento de Compromisso do Setor.

## 2 Pressupostos

1 – O novo Coronavírus (SARS-CoV-2) pode transmitir-se através de contacto direto ou indireto:

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas;
- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminadas com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a sua própria boca, nariz ou olhos.

À luz do conhecimento atual considera-se ainda que “é mais provável que a transmissão da COVID-19 ocorra quando existe contato próximo (menos de 2 metros) com uma pessoa infetada e que o “risco é tanto maior quanto mais tempo de contacto e proximidade as pessoas tiverem”.<sup>1</sup>

2 – Neste contexto há necessidade de conciliar o exercício das profissões abrangidas por este documento com o cumprimento de medidas adicionais que devem ser tomadas para assegurar uma minimização da transmissão do SARS-CoV-2.

<sup>1</sup> Orientação nº 011/2020 de 17/03/2020 Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público

<b>Data:</b>	<b>Elaborado:</b> (Técnico de Segurança)	<b>Verificado:</b> (Assessor de Direção)	<b>Aprovado:</b> (Presidente)
--------------	--	--	-------------------------------