

CORONAVIRUS

2019-nCoV

PREVENÇÃO



**Medidas de prevenção à
contaminação COVID-19
em creches.**

2019-nCov

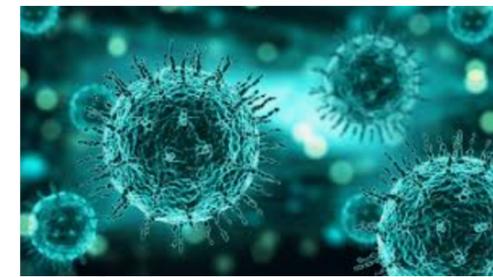
O que é COVID-19???

COVID-19 (do inglês *Coronavirus Disease 2019*) é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2)



COMO SE PROPAGA?

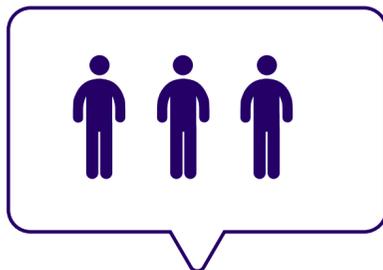




O novo
coronavírus chegou a
Portugal no dia 2 de
março, data em que foi
confirmado o primeiro
caso de Covid-19 no país.

Ponto de situação Portugal

29/05/2020



Total ▾ Portugal ▾

Confirmados
31 596
Mais 304

Recuperados
18 637

Mortes
1369
Mais 13

Localização

Confirmados ↓

Região do Norte

17 002
Mais 15

Região de Lisboa

10 643
Mais 265

Centro Region

3773
Mais 20

Faro

370
Mais 3

Alentejo

266
Mais 1

<https://covid19.min-saude.pt/ponto-de-situacao-atual-em-portugal/>



29/05/2020



Ponto de situação Portugal

- Este é o número mais alto das últimas três semanas e, pela primeira vez desde 8 de maio, a taxa de crescimento dos infetados é superior a 1% (em rigor, é de 1,1%)

Alteração diária

Novos casos ▼



Portugal ▼

Desde o início ▼

1 500

1 000

500

0

304

28 de maio

29/03

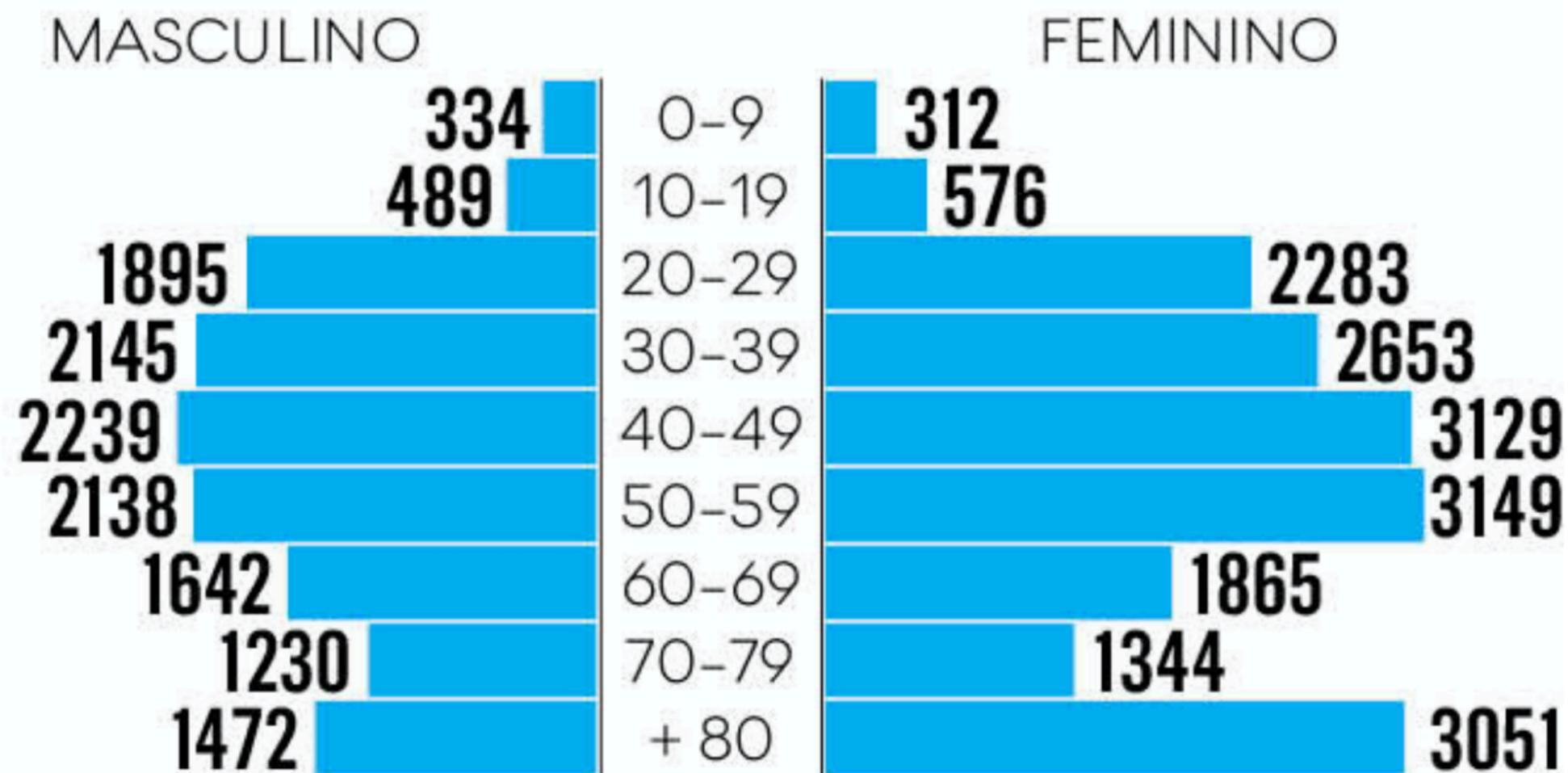
12/04

26/04

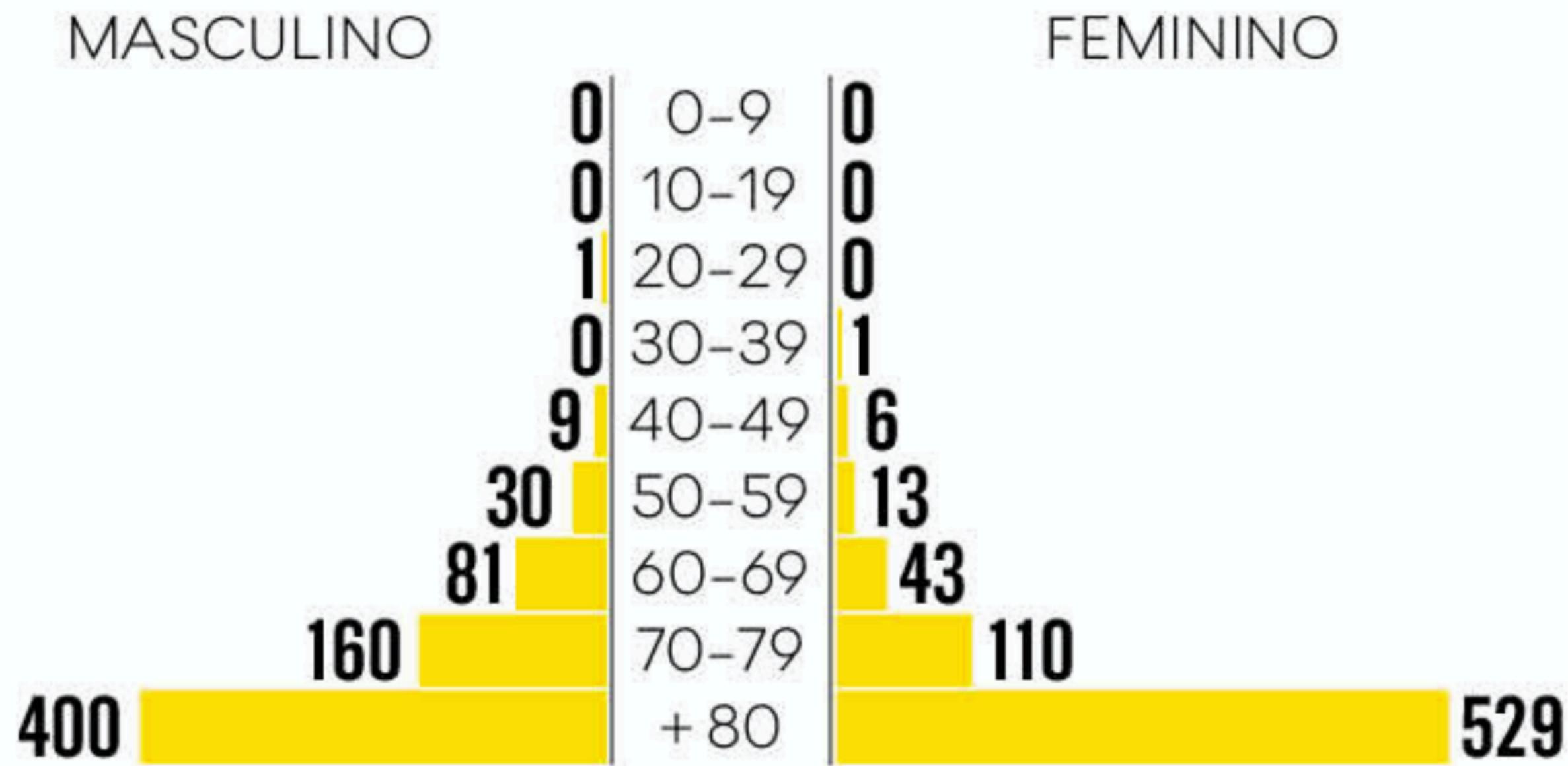
11/05

25/05

CASOS POR GRUPO ETÁRIO



MORTOS POR GRUPO ETÁRIO

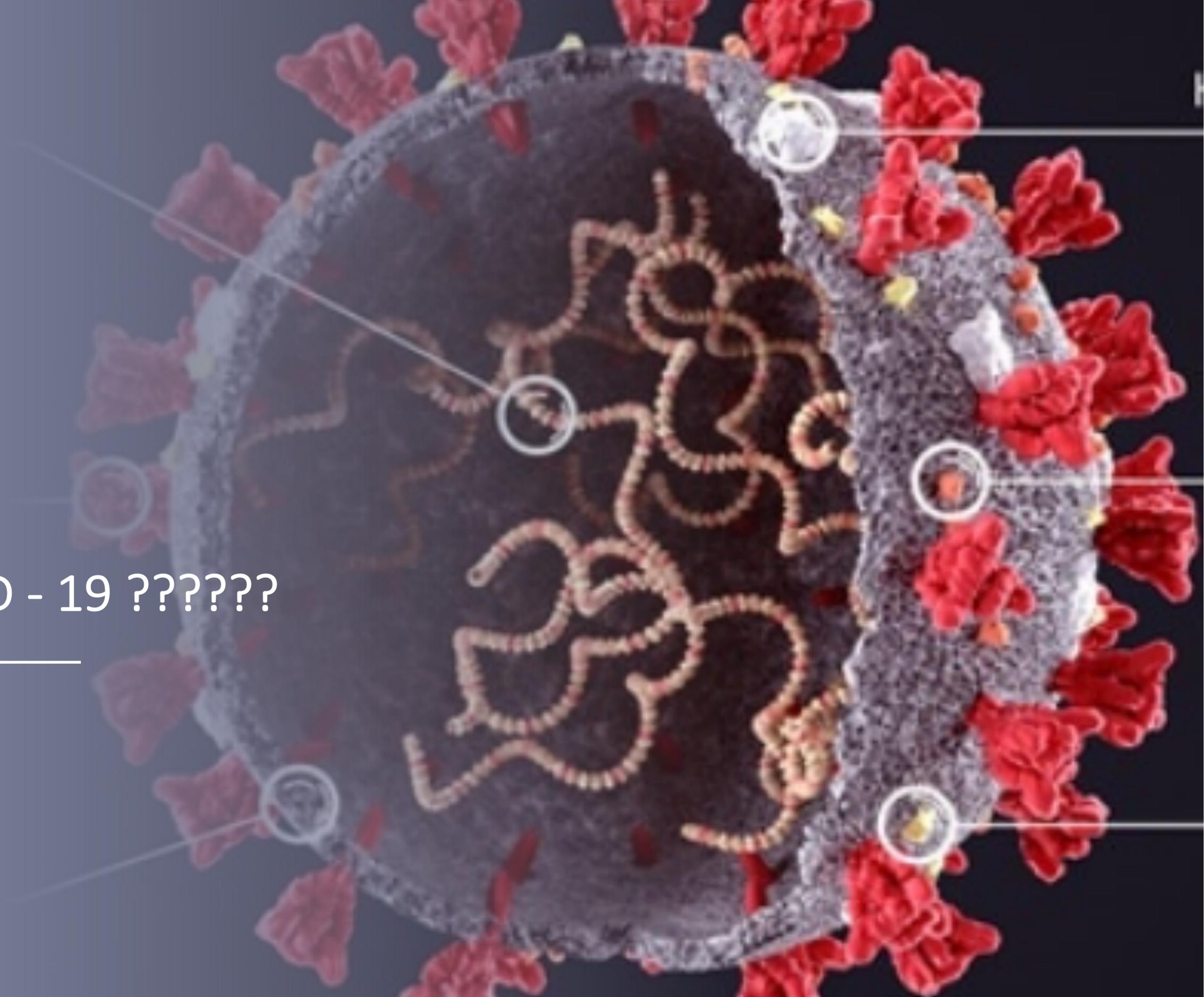


Portugal Continental

Os focos
estratégicos



Porquê pandemia COVID - 19 ??????



CORONAVIRUS

2019-nCoV



Sintomas mais comuns precoces



FEBRE



TOSSE



CEFALEIAS

CORONAVIRUS

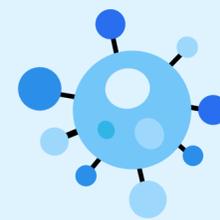
2019-nCoV

Sintomas mais comuns



- 1) Rinorreia;
- 2) Dor de garganta;
- 3) Falta de ar;
- 4) Dores musculares;
- 5) Cansaço;
- 6) Perda de olfato e de paladar;
- 7) Dores abdominais;
- 8) Vômito;
- 9) Diarreia.

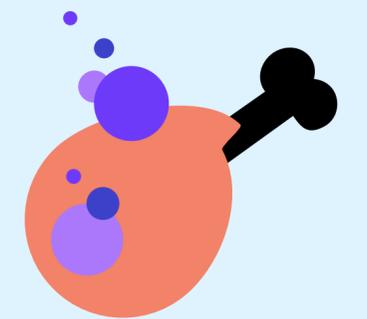
CORONAVIRUS



CONTACTO HUMANO



GOTÍCULAS



OBJETOS CONTAMINADOS

PREVENÇÃO



LAVAGEM DAS MÃOS



USO DE MASCARA



EVITAR CONTACTO COM OS ANIMAIS

PREVENÇÃO



LLAVAGEM DAS MÃOS



UTILIZAR SOLUÇÃO
DESINFETANTE À BASE DE
ALCOOL



FAZER USO DE LENÇOS
DE PAPEL



COMUNICAÇÃO GESTUAL



EVITAR O CONTACTO COM
SUSPEITOS DE COVID-19



DESINFEÇÃO FREQUENTE
DAS SUPERFÍCIES E
OBJETOS

PLANO DE DESCONFINAMENTO

FASE I
4 de maio

FASE II
18 de maio

FASE III
1 de junho

FASE III

1) regras de segurança

2) separação de espaços,

3) definição de circuitos de circulação nos equipamentos

sociais

Condições Prévias

1 de junho

Orientação
n.º 006/2020
da Direção
Geral da
Saúde (DGS)

Todas as creches têm de estar devidamente preparadas para a abordagem de casos suspeitos de COVID-19, assim como para prevenir e minimizar a transmissão desta doença, através da ativação e atualização dos seus Planos de Contingência;

Orientação n.º 006/2020
da Direção Geral da Saúde
(DGS)

- **Condições prévias, separação de espaços, a definição de circuitos de circulação nos equipamentos sociais e regras de segurança;**
- **A adoção de medidas de higienização dos espaços como prevenção à contaminação COVID;**
- **A correta utilização dos equipamentos de proteção individual;**
- **Procedimentos em caso de suspeita de doença COVID-19.**

Os Planos referidos devem ser elaborados de acordo com a contemplando:

-) Os procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19;
 -) A definição de uma área de isolamento, onde seja possível efetuar chamadas telefónicas, e onde, idealmente, exista cadeira, água e alguns alimentos não perecíveis, bem como acesso a instalação sanitária;
 -) Os circuitos necessários para o caso suspeito chegar e sair da área de isolamento;
 -) A atualização dos contactos de emergência das crianças e do fluxo de informação aos encarregados de educação;
 -) **A gestão dos recursos humanos** de forma a prever substituições na eventualidade de absentismo por doença, para prestação de cuidados a familiares ou por necessidade de isolamento.
-

Orientação n.º 025/2020 da DGS

Todos os encarregados de educação devem ser informados relativamente às normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19. Esta informação deve estar afixada em locais visíveis à entrada da creche e/ou ser enviada por via eletrónica.

**Todas as creches
devem assegurar a
existência das condições
das medidas preventivas**

- Instalações sanitárias com água, sabão líquido com dispositivo doseador e toalhetes de papel de uso único, para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos;
- Gestão de resíduos diária, sem necessidade de proceder a tratamento especial;
- Material para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares, de acordo com a Orientação n.º 014/2020 da DGS
- Equipamentos de proteção, tais como máscaras, para todo o pessoal;
- Dispensador de solução à base de álcool para as pessoas desinfetarem as mãos à entrada e à saída da creche e nas salas de atividades (um por sala).

TIPO DE MÁSCARAS

Máscaras de tecido (ou máscaras comunitárias)



OBJETIVO

Diminuição da disseminação de partículas.

USO RECOMENDADO

Pessoas saudáveis ou que não apresentem qualquer sintoma sugestivo de COVID-19, em situações nas quais não é possível manter o distanciamento de segurança.

Máscaras cirúrgicas



OBJETIVO

Controlo da infeção e protecção do doente e ambiente.

USO RECOMENDADO

Pessoas doentes ou casos suspeitos e respetivos cuidadores;
Doentes crónicos e pessoas com mais de 65 anos, sempre que saírem de casa;
Profissionais de saúde para cuidados não geradores de aerossóis ou grupos de profissionais específicos.

Máscaras PFF2



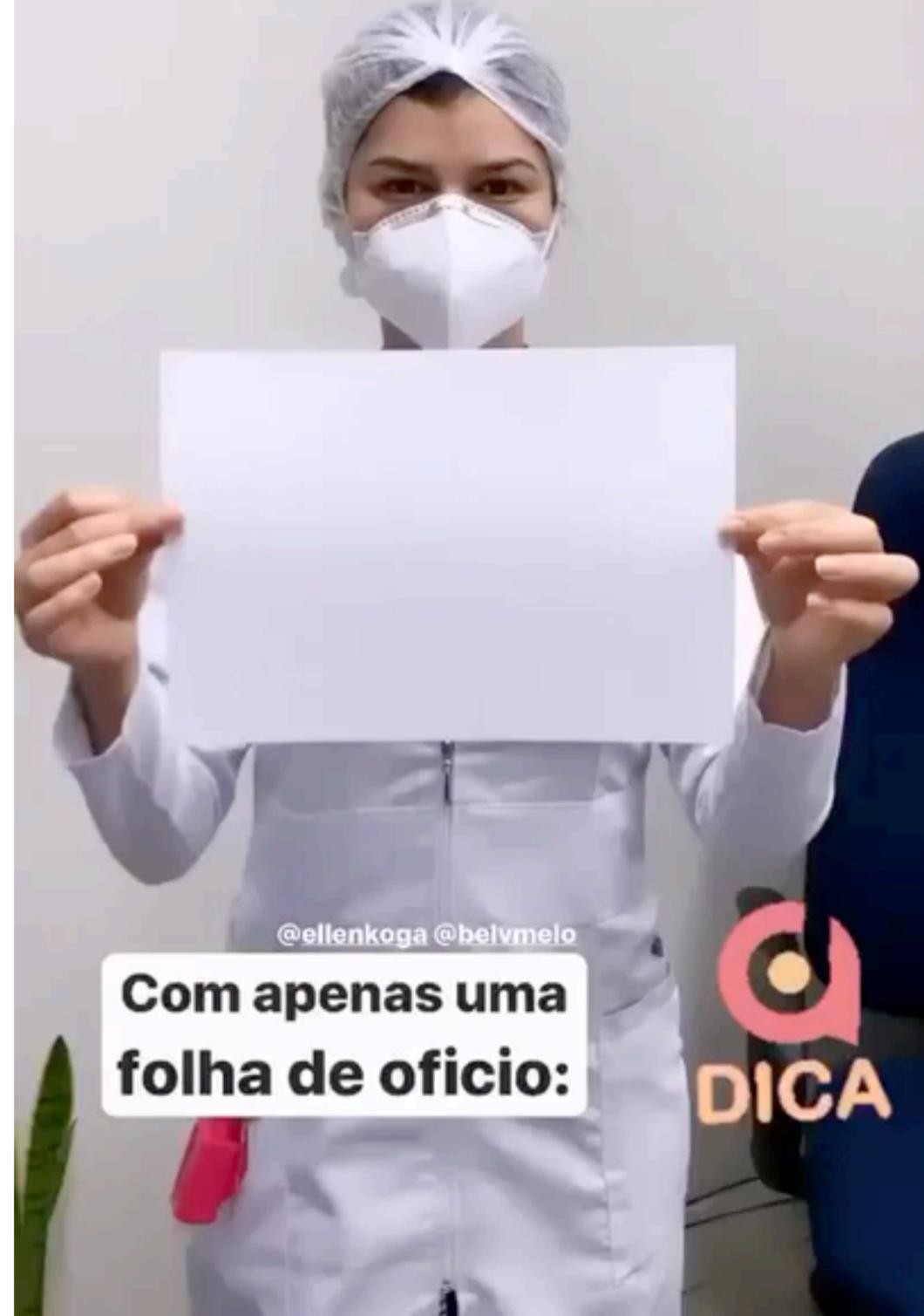
OBJETIVO

Proteção do profissional em ambiente de risco, químico ou biológico.

USO RECOMENDADO

Profissionais de saúde, para prestação de cuidados geradores de aerossóis.

**Como guardar sua
máscara N95:**



@ellenkoga @belvmelo

**Com apenas uma
folha de ofício:**



O USO DE MÁSCARA É OBRIGATÓRIO!

Minimize as probabilidades de contágio!

Portador de Covid 19



Probabilidade de Contágio 70 %

Portador de Covid 19



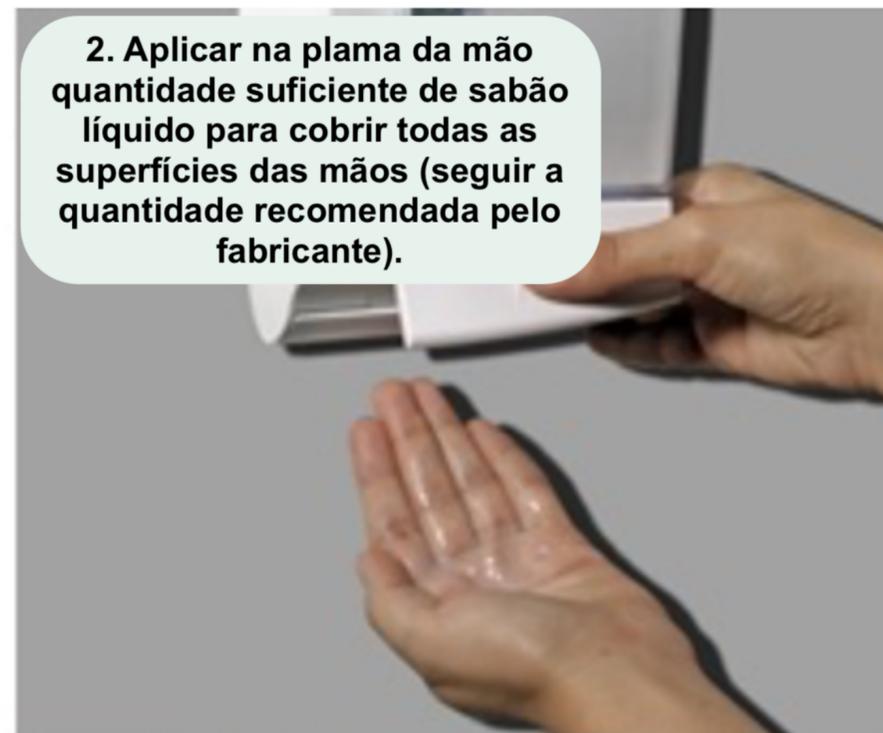
Probabilidade de Contágio 5 %

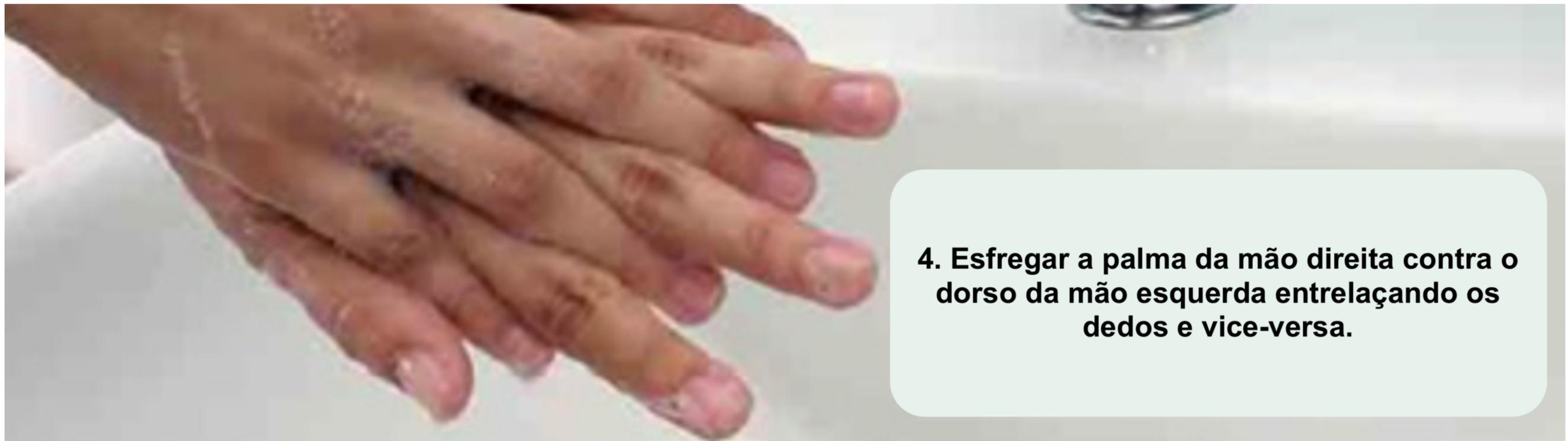
Portador de Covid 19



Probabilidade de Contágio 1,5 %

Passo-a-passo para higienização das mãos segunda recomendação da ANVISA:





4. Esfregar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



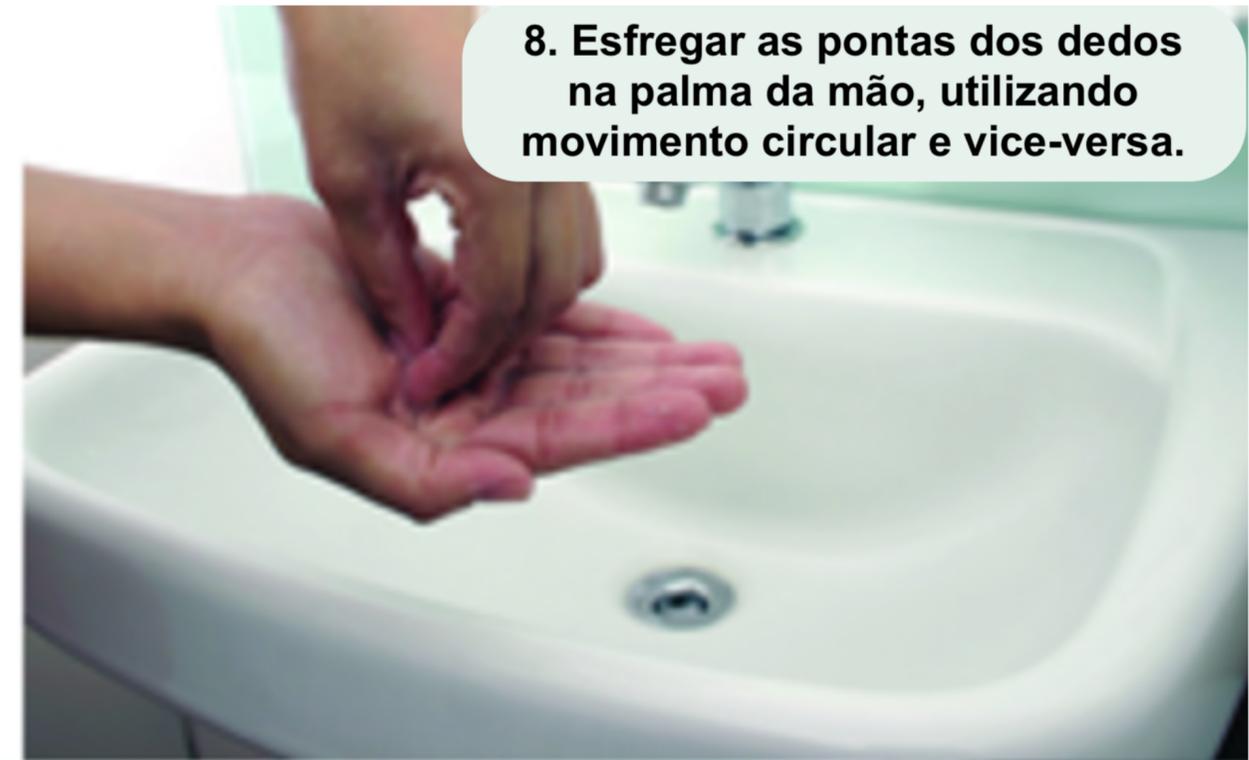
5. Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.



6. Esfregar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



7. Esfregar o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se movimento circular e vice-versa.



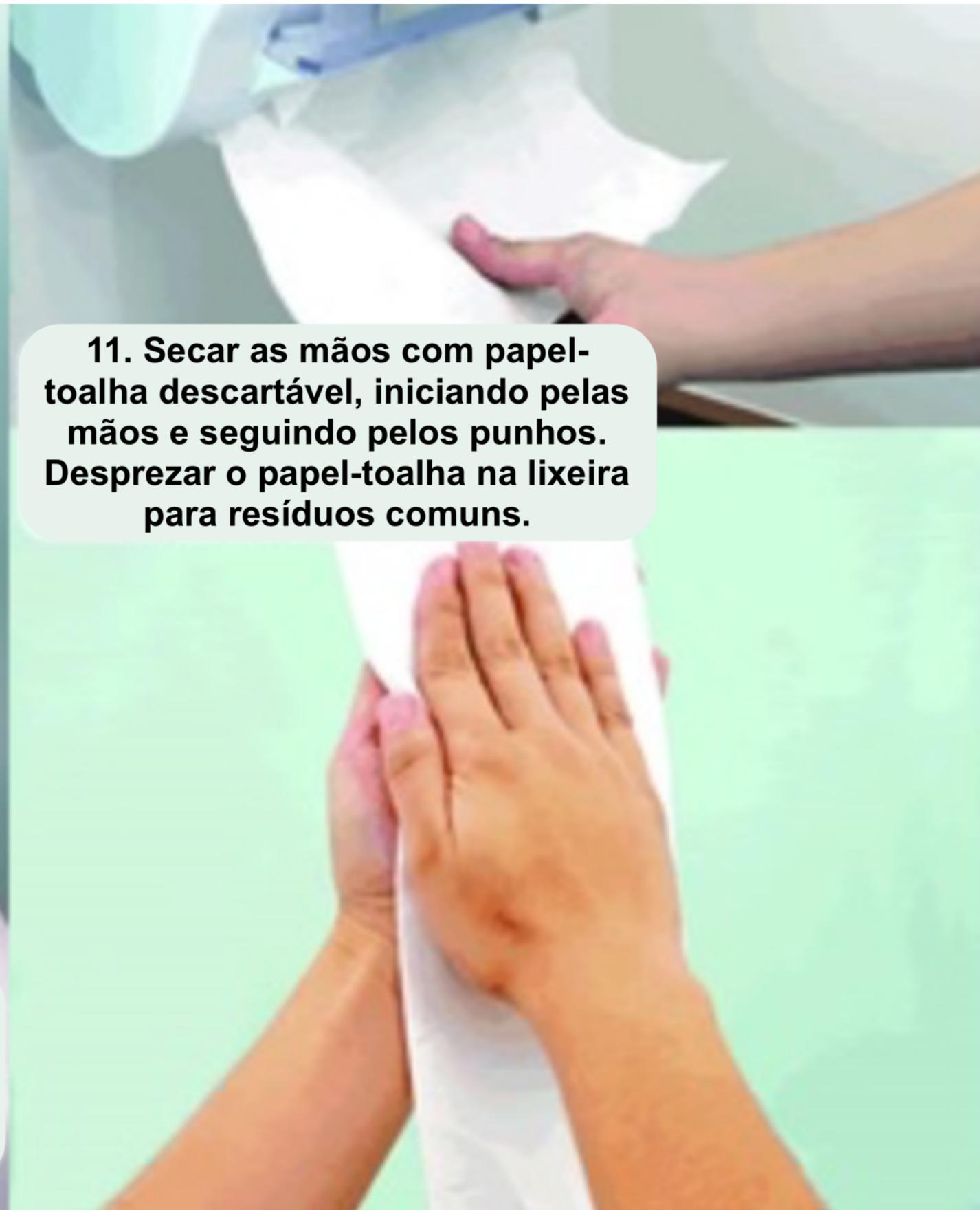
8. Esfregar as pontas dos dedos na palma da mão, utilizando movimento circular e vice-versa.



9. Esfregar o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando movimento circular e vice-versa.



10. Enxaguar as mãos, retirando os resíduos de sabão, no sentido dos dedos para os punhos. Evitar contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11. Secar as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos. Desprezar o papel-toalha na lixeira para resíduos comuns.



DGS desde
1899
Direção-Geral da Saúde





REORGANIZAÇÃO DA COMUNIDADE ESCOLAR

- 1) Os brinquedos de plástico ou de borracha que entrem na boca de uma criança devem ser lavados com água e detergente e se possível passar com álcool a 70%;
- 2) Os brinquedos que não podem ser imersos e têm de ser limpos manualmente devem ser evitados em espaços públicos.
- 3) Neste caso, se existirem, passar com um toallete humedecido em desinfetante sobre todas as partes do brinquedo.
- 4) Pode também humedecer um pano apenas em álcool a 70% ou um pano bem torcido humedecido em solução de lixívia na diluição de uma medida de lixívia em 200 medidas iguais de água. Passar com um pano só com água de seguida e deixar secar ao ar;

Mobiliário e brinquedos em locais públicos de diversão para crianças

- As superfícies devem ter uma capa plástica coberta intacta (sem rasgões ou fendas);
- O profissional que limpa o fraldário deve:
 - - Limpar e desinfetar primeiro a cobertura plástica dos dois lados
 - – Lavar e desinfetar o colchão no sentido de cima para baixo e deixar secar ao ar na posição horizontal;
- De seguida, lavar e desinfetar o tampo do móvel e as partes laterais e da frente do fraldário; passar depois com pano só com álcool a 70% porque tem uma ação mais rápida ou deixe secar ao ar.
- Pode também fazer uma limpeza e desinfeção deste espaço com toalhetes humedecidos em desinfetante compatível;

Fraldário em casas de banho

Instalações sanitárias

- **Utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.**

- **Seguir a sequência:**

- **o Iniciar a limpeza pelos lavatórios (1.o as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;**

- **Limpar os trocadores de fraldas;**

- **Limpar as sanitas;**

- **Limpar o chão.**



Áreas de preparação e confeção de alimentos

- Deve haver panos diferentes de limpeza para as bancadas e utensílios destas; as mesas, cadeiras e outro mobiliário; material específico para o chão;
- Os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes devem ser produtos que não contaminem eventualmente os alimentos);
- Não borrifar com desinfetante em spray nas áreas onde há alimentos em confeção ou em exposição.



Concentração original da lixívia	Para obter 1 litro de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	20 mililitros	980 mililitros

Concentração original da lixívia	Para obter 5 litros de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	100 mililitros	4,900 litros

Concentração original da lixívia	Para obter 10 litros de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	200 mililitros	9,800 litros

Diluição de lixívia para desinfecção da área de isolamento em estabelecimentos públicos:

Aplica-se também às instalações sanitárias e áreas de toque frequente



**DESINFEÇÃO COM
LIXÍVIA DAS
SUPERFÍCIES
COMUNS EM
ESTABELECIMENTO
S PÚBLICOS**

Concentração original da lixívia	Para obter 1 litro de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	10 mililitros	990 mililitros

Concentração original da lixívia	Para obter 5 litros de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	50 mililitros	4,950 litros

Concentração original da lixívia	Para obter 10 litros de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	100 mililitros	9,900 litros



TÉCNICA DE DESINFECÇÃO



- 1) Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
- 2) Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
- 3) Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos. **Esta etapa é fundamental;**
- 4) De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- 5) Deixar secar ao ar.

Para diluir a lixívia em casa

De forma mais simples, e conforme a quantidade de solução de lixívia que deseja preparar, recomenda-se:

- 5 colheres de sopa de lixívia em 3,8 litros de água,

Ou

- 4 colheres de chá de lixívia em 1 litro de água.



Se vai entrar, verifique se tem máscara colocada e se tem as mãos higienizadas!



Entregue apenas o que lhe pedimos, o novo coronavírus não faz parte da encomenda!

DISTANCIAMENTO SOCIAL

Proteja-se a si mesmo e aos outros, mantenha a distância de segurança.

O distanciamento social é uma prática que visa reduzir o contacto próximo entre pessoas de forma a parar o contágio do vírus.

As medidas de distanciamento social incluem, por exemplo: cancelar eventos, fechar edifícios, limitar reuniões e manter uma distância mínima de 2 metros entre pessoas.

EVITE



Não participe em pequenos grupos, mesmo por breves instantes.



Não tenha contacto físico com quem se relaciona.

PROTEJA-SE



Proteja-se das multidões, porque não sabe quem poderá estar doente. Pessoas infectadas podem não mostrar sintomas.

MANTENHA A DISTÂNCIA DE SEGURANÇA



Mantenha uma distância mínima de 2 metros. Assim estará protegido das gotículas alheias.





