

# CORONAVIRUS

2019-nCoV

PREVENÇÃO



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

Formador: Ludmila Pierdevara

# 2019-nCov

O que é COVID-19???

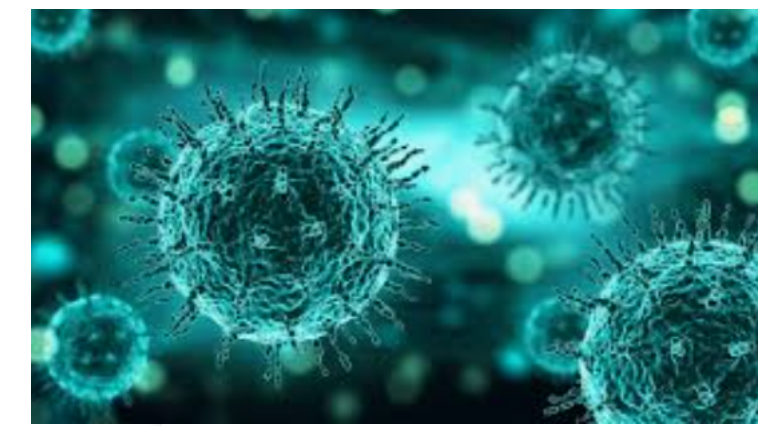
**COVID-19** (do inglês *Coronavirus Disease 2019*) é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2)



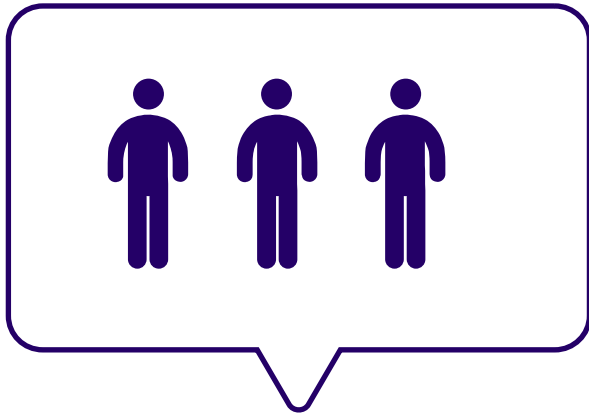
COMO SE PROPAGA?








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



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





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 infectados é superior a 1% (em rigor, é de 1,1%)

# Alteração diária

Novos casos ▼



Portugal ▼

Desde o início ▼

1 500

1 000

500

0

29/03

12/04

26/04

11/05

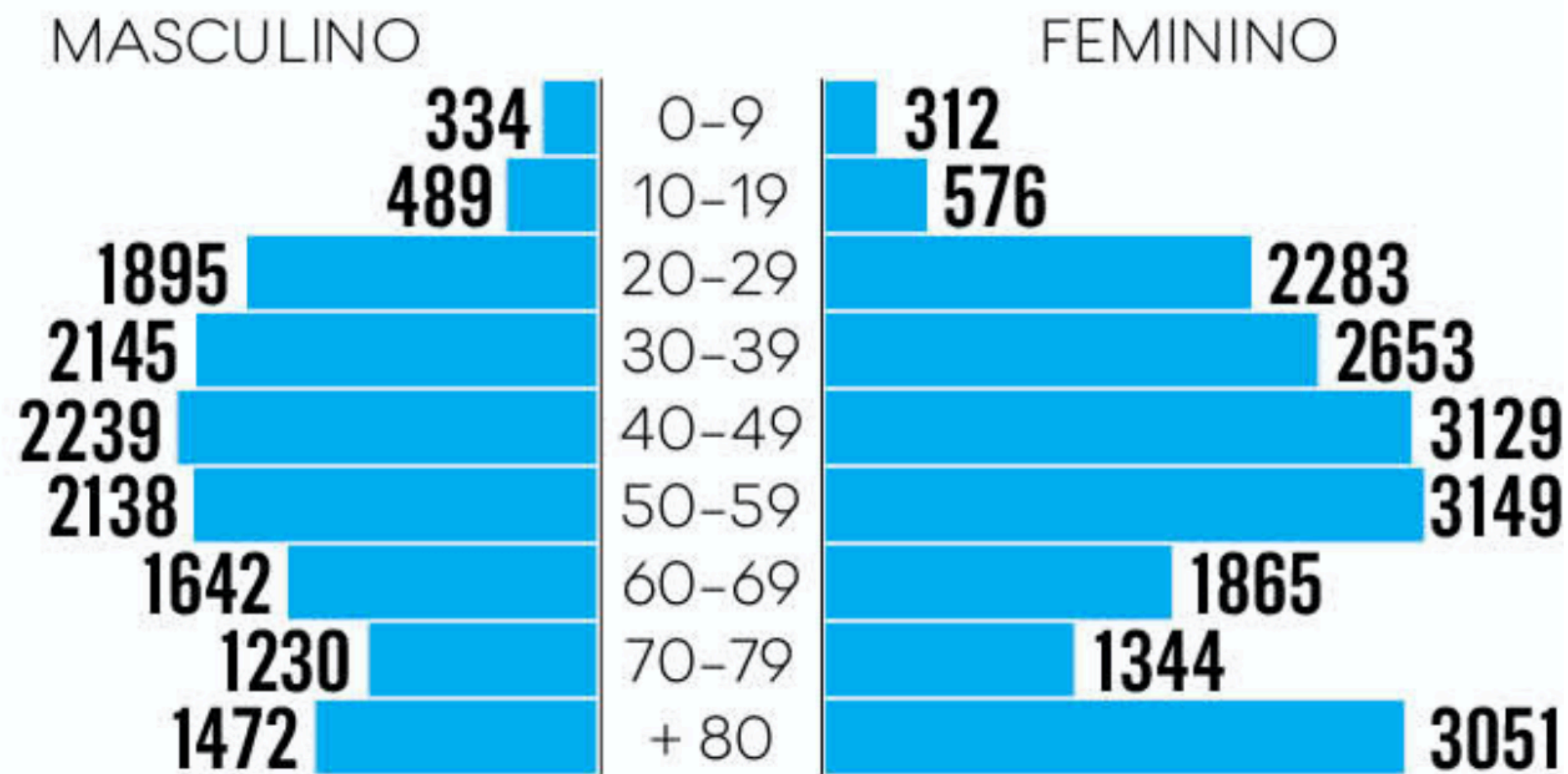
25/05

**304**

28 de maio

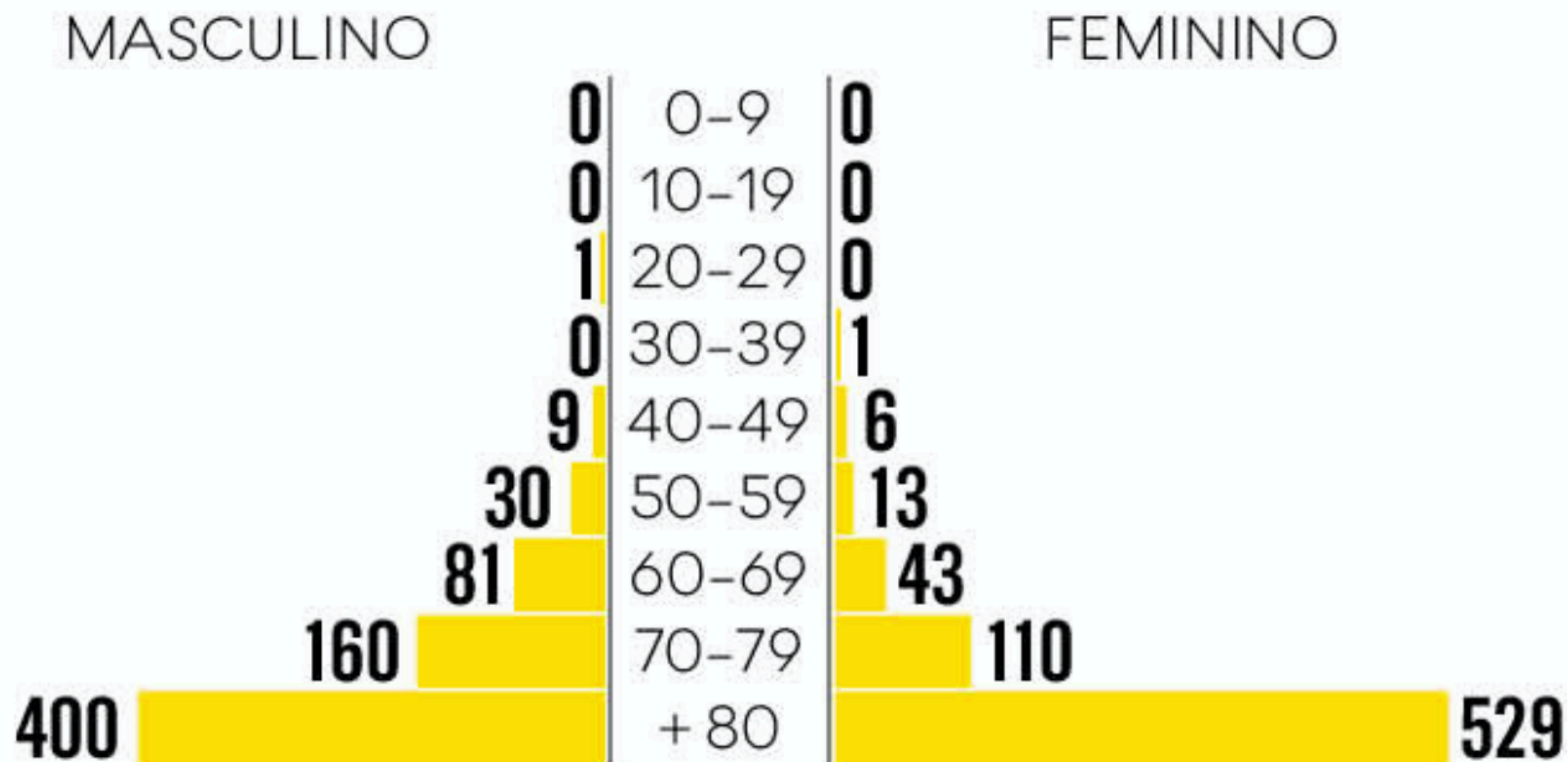


## CASOS POR GRUPO ETÁRIO



# MORTOS POR GRUPO ETÁRIO

---





Portugal Continental

# Os focos estratégicos

---



Valladolid

Zara

Madrid

Lisbon

Seville

Muro

CC BY 4.0 ign.es, Esri, HERE, G





Porquê pandemia COVID - 19 ??????

---



# CORONAVIRUS

2019-nCoV



Sintomas mais comuns precoces



FEBRE



TOSSE



CEFALEIAS

# CORONAVIRUS

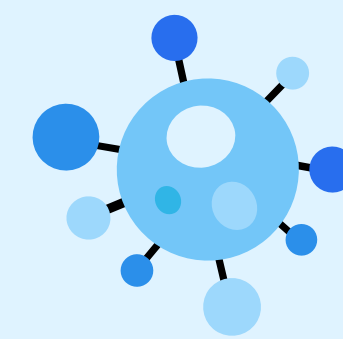
2019-nCoV

## 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.

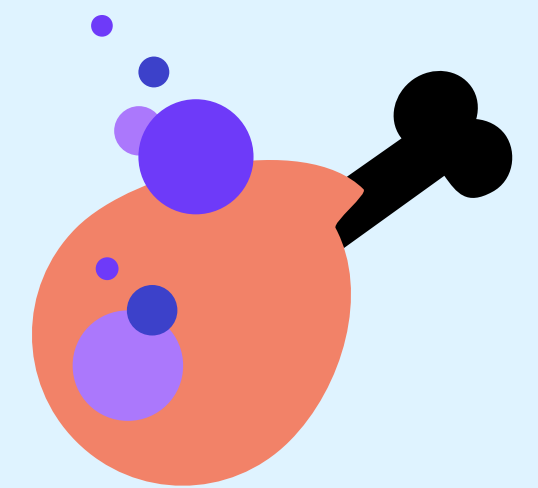
# CORONAVIRUS



CONTACTO HUMANO



GOTÍCULAS



OBJETOS CONTAMINADOS

## PREVENÇÃO



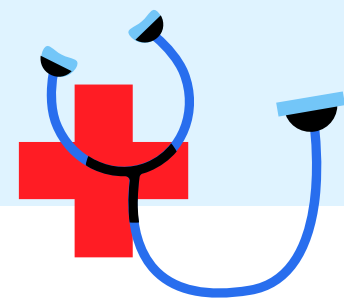
LAVAGEM DAS MÃOS



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

## **Condições Prévias**

# **FASE III**

1) regras de segurança

2) separação de espaços,

3) definição de circuitos de circulação nos equipamentos sociais

# 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

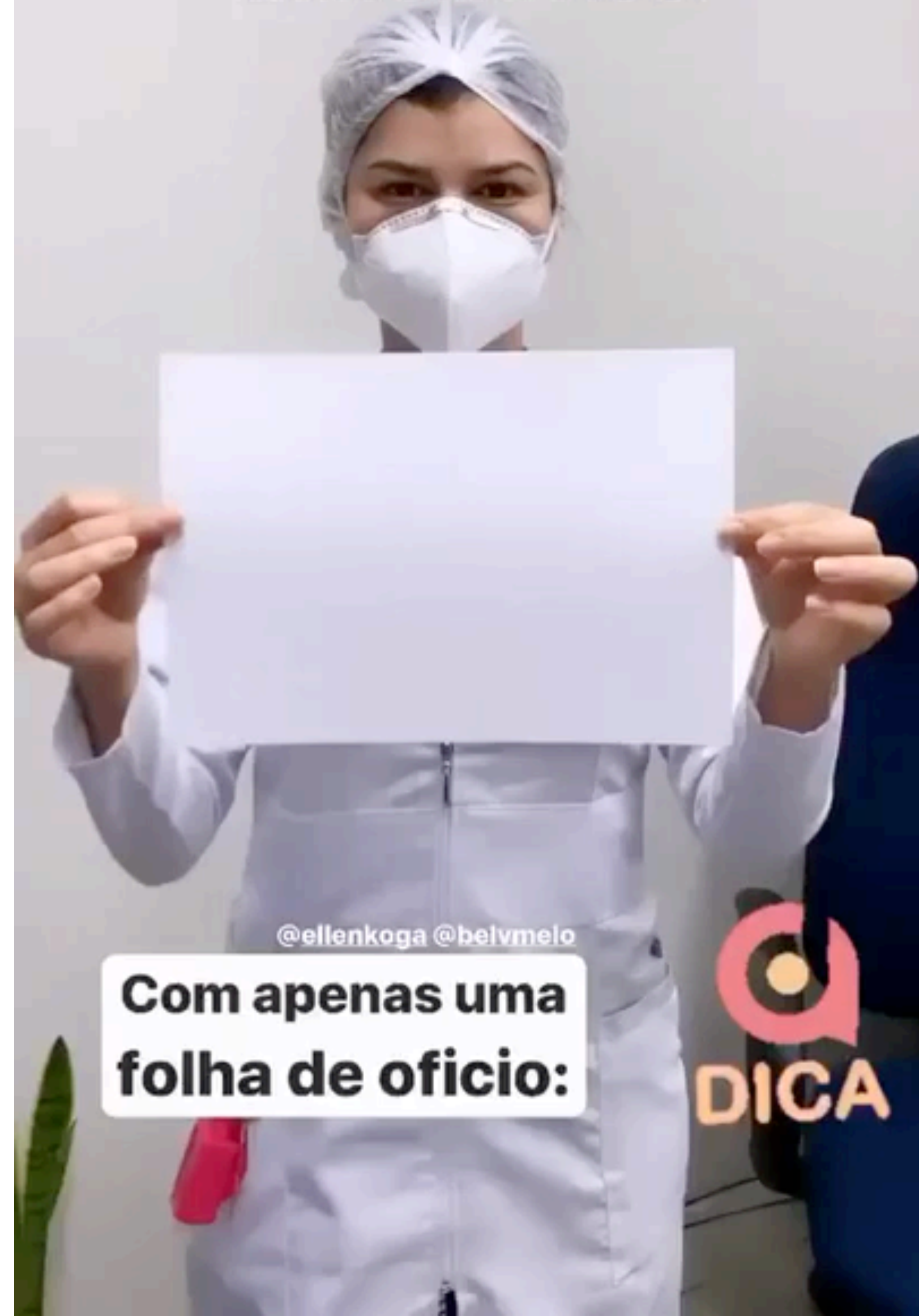
Proteção do profissional em ambiente de risco, químico ou biológico.

### 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 %

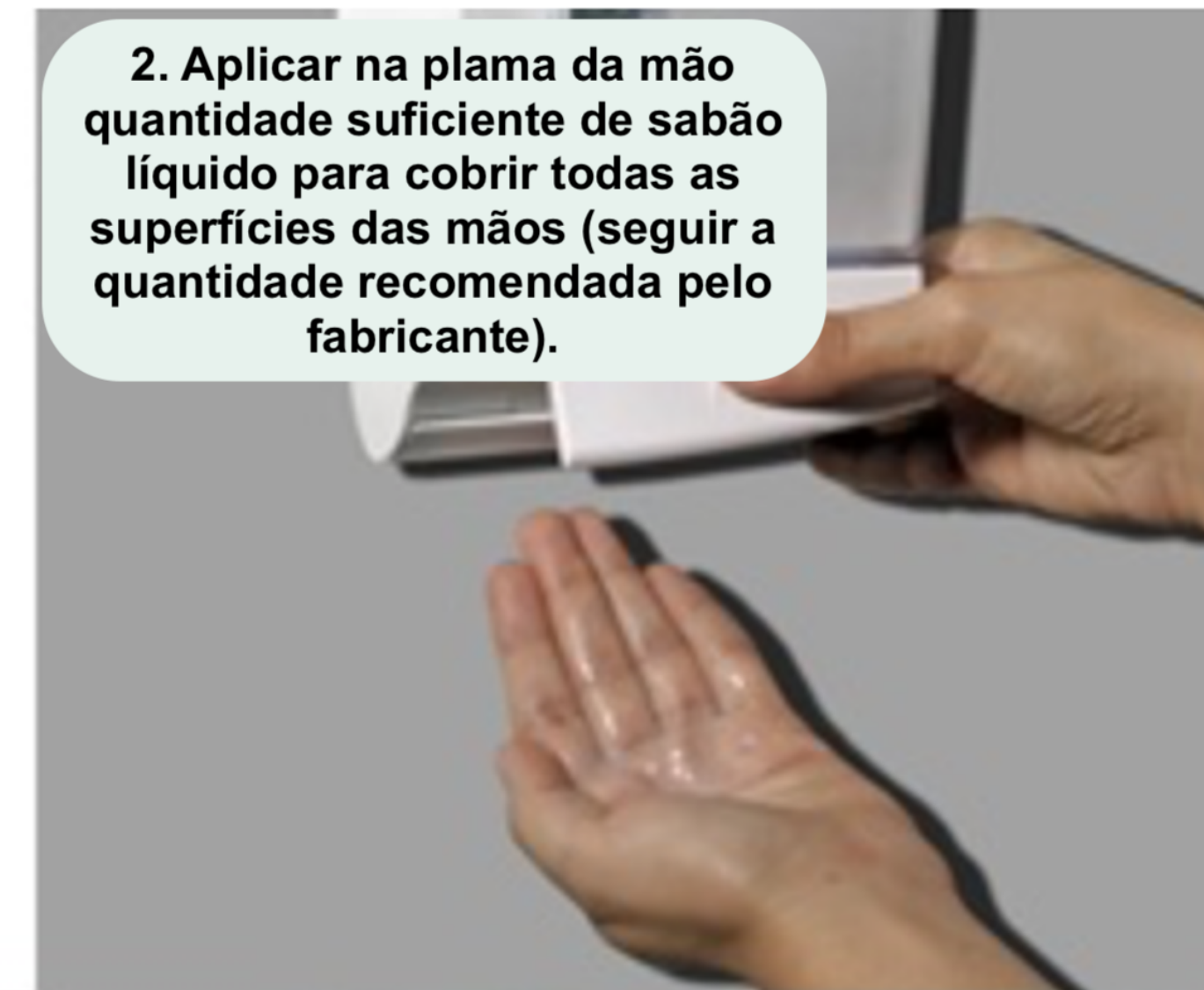
Portador de Covid 19



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.**

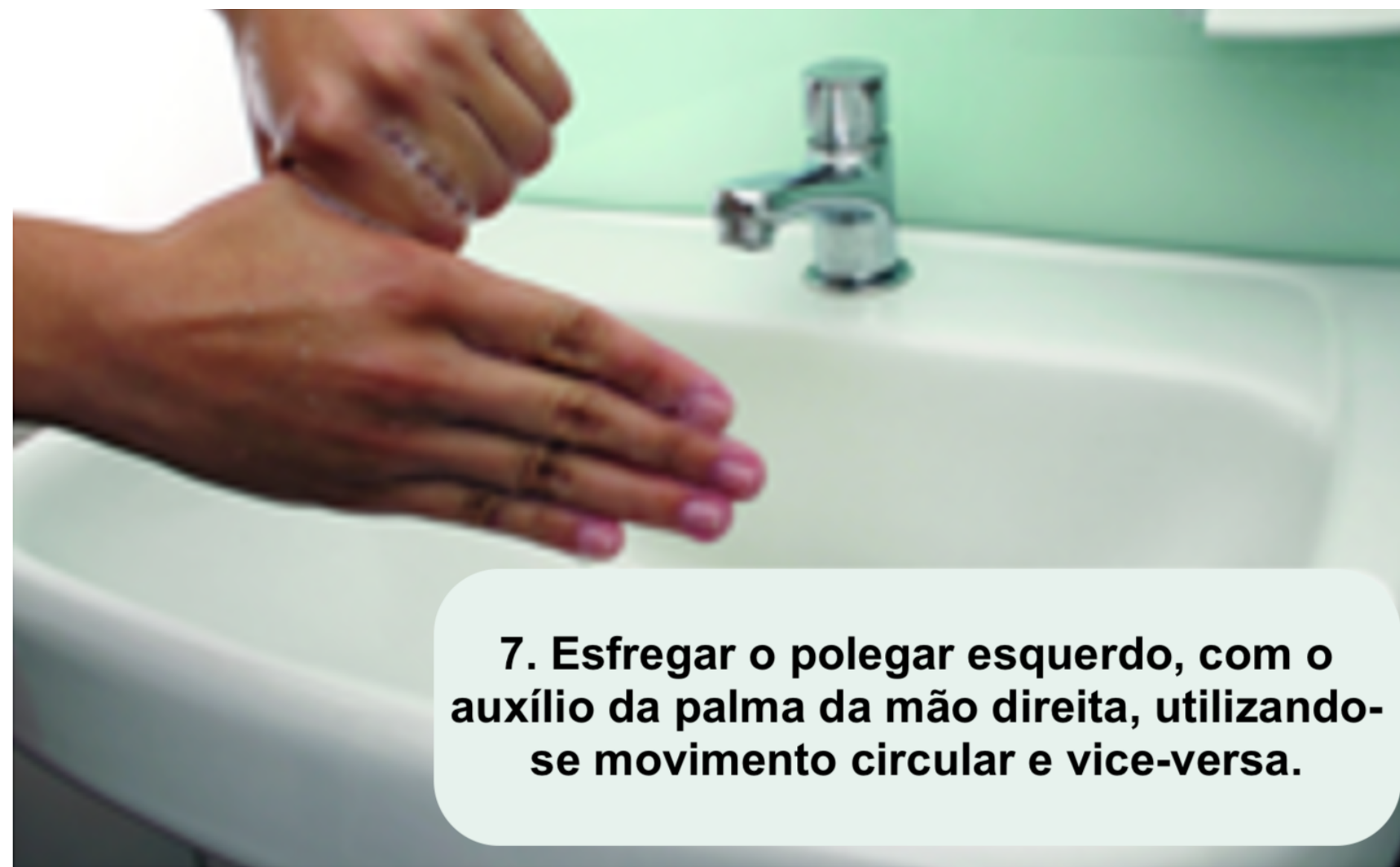


**5. Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.**



**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.**

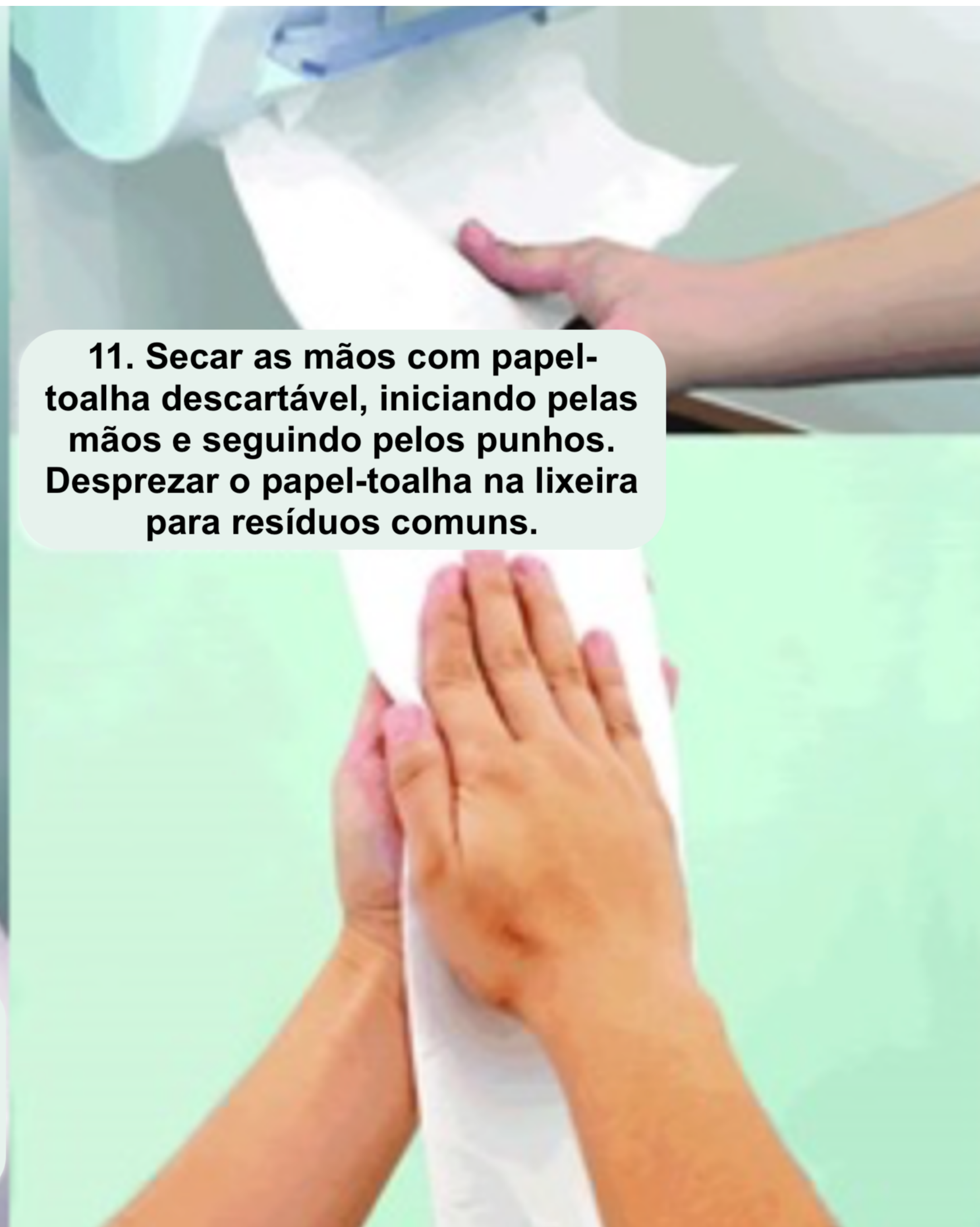


**9. Esfregar o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando movimento circular e vice-versa.**





**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

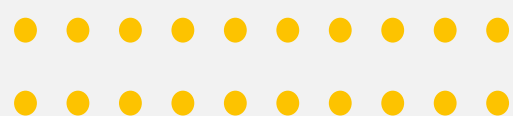
- As superfícies devem ter uma capa plástica coberta intacta (sem rasgões ou fendas);
- O profissional que limpa o fraldário deve:
  - - Limpar e desinfetar primeiro a cobertura plástica dos dois lados
  - – Lavar e desinfetar o colchão no sentido de cima para baixo e deixar secar ao ar na posição horizontal;
- 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**



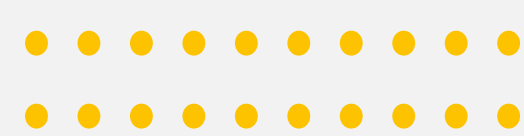
**DESINFEÇÃO COM  
LIXÍVIA DAS  
SUPERFÍCIES  
COMUNS EM  
ESTABELECIMENTO  
S PÚBLICOS**

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.**



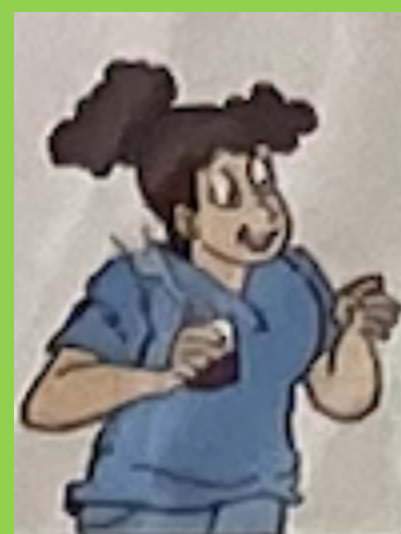
**Não tenha contacto físico com quem se relaciona.**

**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.**









