



**COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS
DE SÃO JOÃO DA TALHA**

GUIÃO DE FUNCIONAMENTO DA CURPI DE SÃO JOÃO DA TALHA

1. Informação sobre transmissão da Infeção (Contacto Direto)

- Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos.

Para mais informações e recomendações consultar: www.covid19.min-saude.pt

2. Sintomas a considerar

- Febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$);
- Tosse;
- Dispneia / Dificuldade respiratória.

3. Procedimentos preventivos

- Procedimentos básicos para a higienização das mãos:

- Lavagem das mãos à entrada e saída da instituição, antes e depois das refeições, depois de atividades de grupo e de idas à casa de banho; (lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes produtos não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos, cobrindo todas as superfícies esfregando-as até ficarem secas);



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

- Procedimentos de etiqueta respiratória:

- A máscara não deve ser retirada. Quando pretender tossir ou espirrar, nas situações em que estiver sem máscara, deve fazê-lo para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel;
- Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.

- Procedimentos de conduta social:

- Sempre que possível, deverá ser cumprido o distanciamento físico de cerca de 2 metros.

4. Equipamentos de proteção individual

- Máscara de uso obrigatório para utilização do trabalhador ou utente, sem prejuízo da necessária avaliação casuística, em função das patologias e características de cada pessoa, com especial atenção à higienização das mãos na colocação e remoção da máscara;

- Água, sabão e toalhetes de papel, para lavagem e secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;

- Luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de prevenção, pelos trabalhadores que prestam assistência ao trabalhador ou utente com sintomas;

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA), disponível em locais estratégicos (ex. zona de refeições, Casas de Banho, Secretaria, área de “isolamento”, viaturas, salas de atividades);

- Encontra-se ainda à disposição viseira e óculos de proteção.



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

5. Acesso às Instalações - Trabalhadoras

- Registo de Entrada e Saída no leitor biométrico com cartão;
- Entrada nas instalações pela porta exterior do vestuário (prever a entrada e saída faseada dos trabalhadores);
- Lavagem das mãos com água e sabão;
- Higienização das mãos e automonitorização da temperatura;
- As funcionárias deverão fardar-se e desfardar-se na instituição, incluindo calçado na zona dos vestuários. A roupa e o calçado vindo do exterior deverão permanecer devidamente acondicionado nos cacifos. Deve existir sempre uma muda de roupa lavada nas instalações;
- Devem equipar-se com o material de proteção individual disponível (máscara, viseira -opcional e luvas quando necessário).

6. Acesso às Instalações - Utentes

- Sempre que possível deve ser privilegiado o transporte individual dos utentes, pelos familiares ou pessoa de referência, para o Centro de Dia:
 - Sempre que o transporte individual tenha que entrar no espaço exterior das instalações, o familiar deve contactar a instituição por telefone (968613867), para que do interior se possa abrir o portão;
 - Uso de máscara obrigatório por parte do familiar ou pessoa de referência;
 - Não é permitida a entrada do familiar ou pessoa de referência no interior das instalações;
 - Medição da temperatura para aferir outros sintomas com utentes e/ou familiares;
 - Não são permitidas malas, sacos e lenços de pano.



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

7. Transporte de Utentes:

- No caso de manifesta impossibilidade de assegurar o transporte individual dos utentes, este é realizado pela instituição, garantindo:
 - Redução da lotação máxima para 5 utentes e 1 trabalhador;
 - Promover a lavagem das mãos com água e sabão antes do utente se dirigir para o transporte;
 - Medição da temperatura do utente à entrada do transporte e aferir outros sintomas com o utente e/ou familiares;
 - Não são permitidas malas, sacos e lenços de pano. Estes e outros pertences têm que ficar em casa;
 - Obrigatoriedade do uso de máscara durante o transporte;
 - Disponibilização de solução à base de álcool, à entrada e saída da viatura;
 - A funcionária afeta ao transporte dos utentes deverá realizar a descontaminação da viatura após cada viagem.

8. Chegada às Instalações

- A trabalhadora que estiver responsável pelo acolhimento dos utentes deve realizar a desinfeção das mãos dos utentes, cadeira de rodas, bengalas, andarilhos e outros apoios;
- Na receção aos utentes (“zona suja”) deverão ser trocados os sapatos vindos do exterior por uns sapatos limpos e de uso exclusivo no interior das instalações. Posteriormente a trabalhadora deve encaminhar o utente para o espaço destinado;
- A trabalhadora deve receber a medicação de cada utente e colocar na caixa destinada para o efeito. No fim de toda a recolha deverá desinfetar a caixa e guardá-la no armário do refeitório;



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

- Dentro das instalações o utente deve permanecer na sala de atividades não podendo circular pelos espaços comuns;
- Os utentes poderão sair da sala de atividades para ir às instalações sanitárias, zona de refeições e atividades no exterior no espaço exterior da CURPI desde que encaminhados ou acompanhados por alguma trabalhadora.

9. Refeições

- Deve ser garantido o distanciamento durante o período das refeições de modo a permitir uma distância de segurança de 1 a 2 metros entre utentes;
- Deve ser assegurada a circulação de ar na sala de refeições, através da abertura de portas, ar condicionado ou sistema de ventilação. O ar das salas deve ser renovado frequentemente (idealmente entre 6 e 12 renovações de ar por dia);
- Não permitir a colaboração dos utentes na organização da sala de refeições;
- Antes e depois das refeições, os trabalhadores, voluntários e os utentes devem realizar a lavagem correta das mãos;
- As refeições são servidas no refeitório, com grupos fixos (utentes, trabalhadores e voluntários), em horários alternados/turnos, de forma a reduzir a concentração de pessoas no mesmo espaço assegurando o distanciamento físico de 1 a 2 metros, sempre que possível, entre utentes/trabalhadores/voluntários;
- Horário de refeições - utentes:
 - **turno 1: 11.40-12.10**
 - **turno 2: 12.30-13.00**
- No final da refeição de cada grupo/turno, as mesas e cadeiras deverão ser desinfetadas;
- Não podem ser partilhados quaisquer equipamentos (palamentas) ou alimentos;
- Na distribuição das refeições a trabalhadora deve ter em atenção a adequada lavagem das mãos, com água e sabão, durante 20 segundos, antes do início do serviço;



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

- Utilizar máscara cirúrgica;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;
- O serviço de refeições é à mesa, estando o empratamento ao encargo da empresa ICA;
- Nas mesas de refeições não devem estar presentes utensílios de utilização comum (jarros de água, temperos para salada, cestos com pão, cestos com fruta e outros);
- Os guardanapos devem ser de papel e de utilização única.

9.1 Orientações específicas para a distribuição de refeições no contexto do apoio domiciliário:

- Assegurar a higienização do veículo de transporte antes e depois de cada momento de distribuição de refeições;
- Assegurar a limpeza das superfícies e objetos de utilização comum no carro de transporte várias vezes ao dia (ex.: volante do meio de transporte, caixa de velocidades, puxadores das portas do carro);
- Assegurar um bom acondicionamento das refeições/produtos alimentares, em equipamentos/utensílios adequados a cada faixa de temperatura;
- Encontra-se disponível em cada viatura solução portátil à base de álcool para desinfeção frequente das mãos, entre as diferentes entregas ao domicílio;
- Utilizar máscara cirúrgica no momento da entrega da refeição ao domicílio.

10. Lanches

- Iremos privilegiar o envio do lanche para casa;
- Nas situações em que o lanche seja servido na instituição, os procedimentos a tomar são os mesmos descritos no **ponto 9**.



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

11. Limpeza e desinfeção de espaços:

- Em cada espaço está afixado um plano de higienização com o registo da frequência de limpeza bem como os produtos a utilizar. Não obstante ao que se encontra no plano de higienização os espaços devem ser higienizados sempre que necessário;
- Na despesa de produtos de limpeza encontra-se afixado uma listagem com todos os produtos disponíveis para a higienização dos espaços bem como a sua aplicação. No que diz respeito às fichas técnicas e dados de segurança dos mesmos, estas encontram-se arquivadas em dossier identificado na área da secretaria;
- A limpeza deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas:
 - Paredes e teto (se aplicável);
 - Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
 - Equipamentos existentes nas áreas;
 - Instalações sanitárias: iniciar a limpeza pelos lavatórios (1º as torneiras e só depois o lavatório);
 - Chão – é o último a limpar.
- Relativamente aos materiais de limpeza, deve assegurar-se que os panos de limpeza são diferenciados por cores, para cada uma das áreas:
 - Mesas, cadeiras, cadeirões de gabinetes, entre outros: **azul**;
 - Mesas de refeição e áreas de preparação de alimentos: **verde**;
 - Casas de banho: lavatório: **amarelo**; pano para as sanitas (exterior): **vermelho**;



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

- A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com detergente de base desinfetante.
- Existem dois carros de limpeza e desinfeção dos diferentes espaços:
- **Carrinho preto de limpeza:** uso exclusivo para gabinetes, salas de atividades e refeitório e espaços públicos (secretaria e corredores);
 - **O carrinho vermelho e azul:** uso exclusivo para casas de banho.
- As trabalhadoras que efetuarem a limpeza e desinfeção dos espaços devem:
- Usar um avental impermeável por cima da farda;
 - Uma máscara comum bem ajustada à face - a máscara deve ser mudada sempre que estiver húmida (mínimo de 4-6 horas);
 - Luvas resistentes aos desinfetantes.

12. Limpeza e desinfeção de superfícies da área de isolamento onde esteve uma pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19

- Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas de isolamento, de caso suspeito ou doente confirmado, deve seguir-se as seguintes indicações:
- Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente sair da área de isolamento e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança;
 - Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 49 partes iguais de água (Consulte o Anexo I);
 - Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
 - Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;



COMISSÃO UNITÁRIA DE REFORMADOS, PENSIONISTAS E IDOSOS DE SÃO JOÃO DA TALHA

- Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos;
- Enxaguar as superfícies só com água quente;
- Deixar secar ao ar.

13. Entrada e saída de roupa da lavandaria

- A roupa suja deve entrar sempre pela porta da lavandaria destinada aos sujus. A saída da roupa limpa deve ser realizada pela zona da lavandaria destinada aos limpos;
- A roupa não deve de forma alguma realizar outros circuitos.

14. Funcionamento Geral da CURPI

- Acesso Fornecedores às instalações:
 - Os fornecedores devem entrar pelo portão sul (zona destinada para cargas e descargas) devidamente higienizados e de máscara. Não podem em situação alguma cruzar-se com utentes.
- Acesso pessoas externas às instalações:
 - O atendimento ao público é realizado na secretaria e de forma individual. À entrada e saída das instalações devem ser desinfetadas as mãos assim como o uso de máscara é obrigatório.