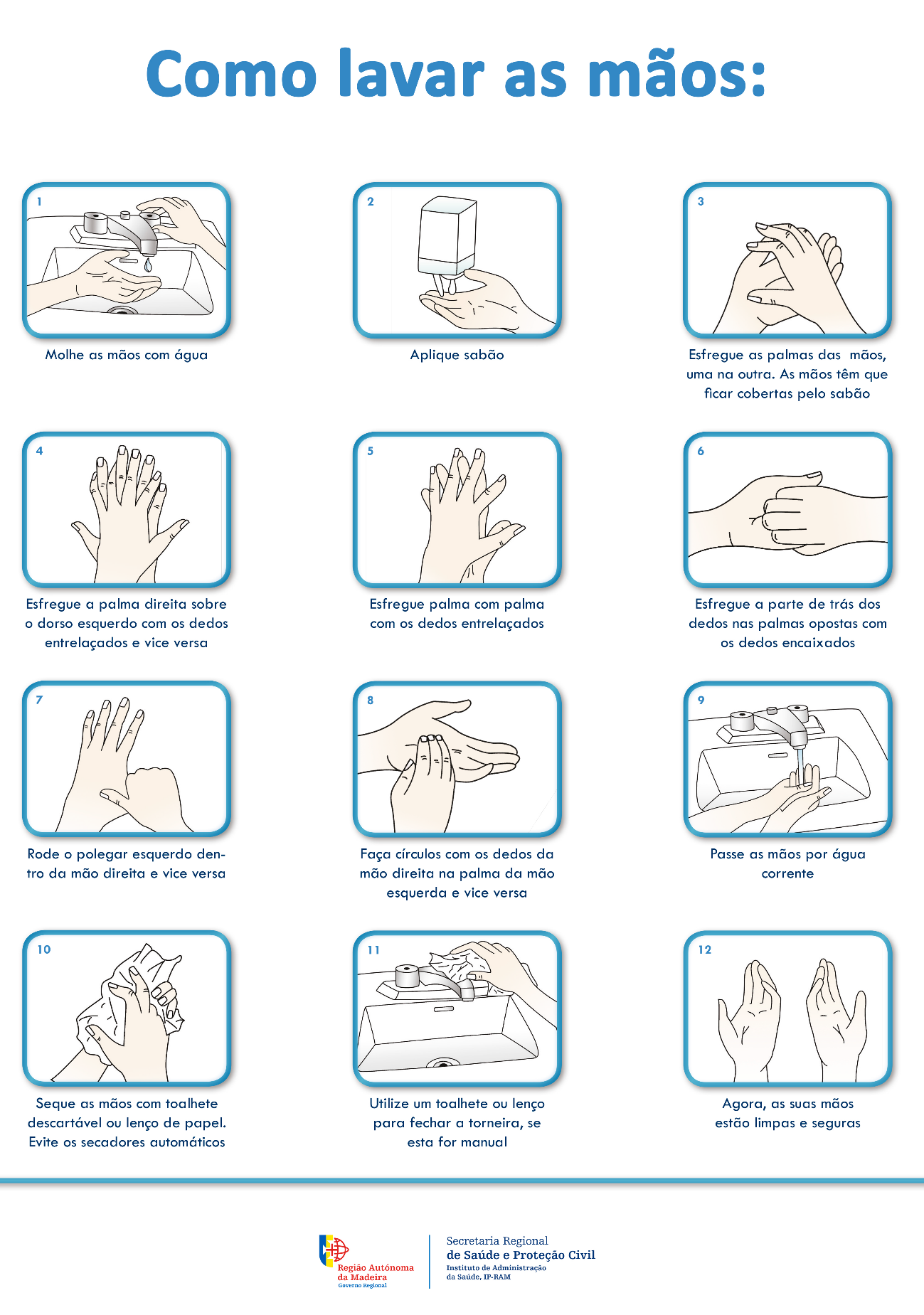
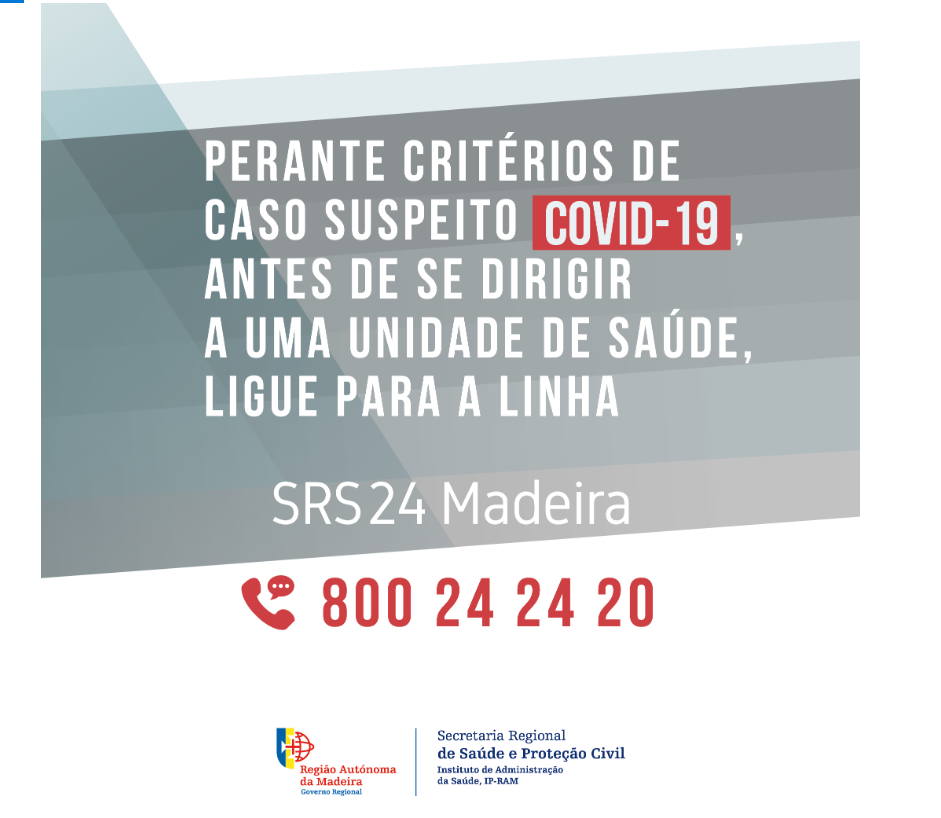
**ANEXOS**

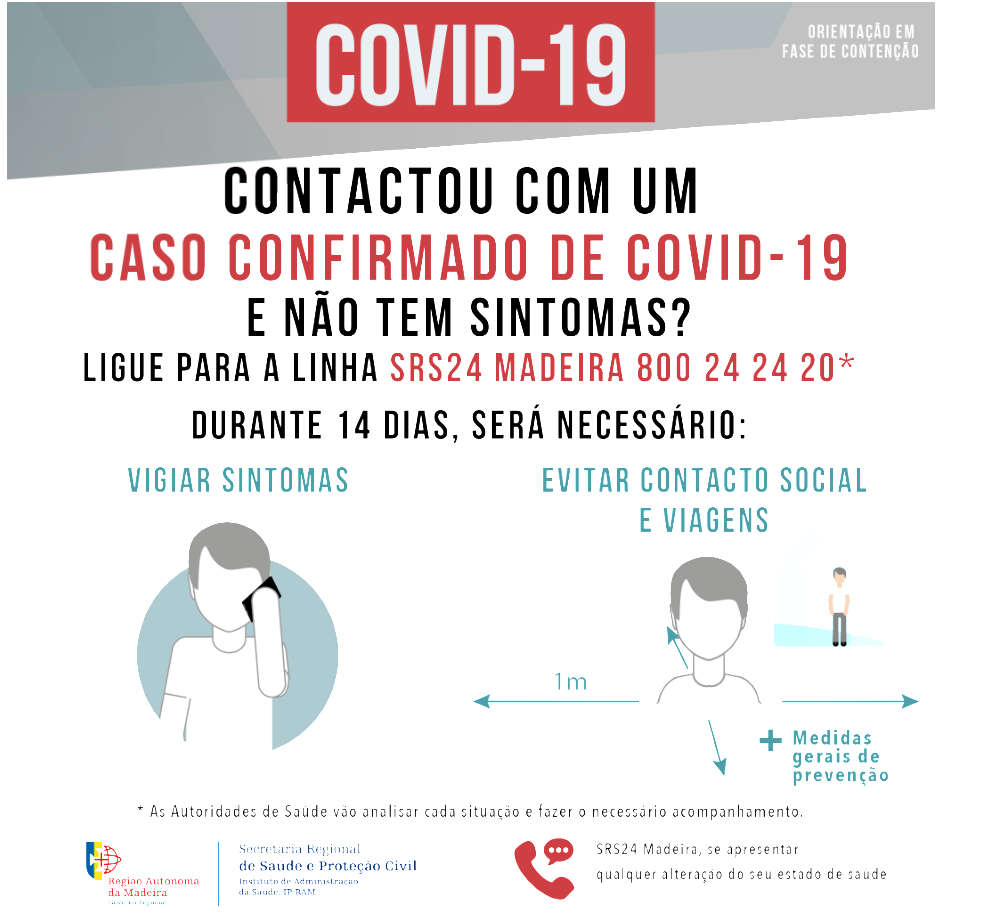
**ANEXO 1 – INFORMAÇÃO DA DGS E IASAÚDE, IP-RAM A AFIXAR**

A informação desenvolvida pela Organização Mundial de Saúde e Direção Geral da Saúde (DGS), disponível no site do Instituto de Administração da Saúde, IASAÚDE, IP-RAM (<http://apps.iasaude.pt/novocoronavirus2019/>) relativa às medidas de prevenção para evitar a infeção pelo SARS-CoV-2 será utilizada para, na sede da **empresa XXX** e em obra, informar os trabalhadores.

Será afixada nas zonas de maior circulação, incluindo instalações sanitárias (instruções acerca da lavagem e higienização correta das mãos), elevadores, junto aos dispositivos de registo biométrico de assiduidade, refeitório, entre outros considerados relevantes.

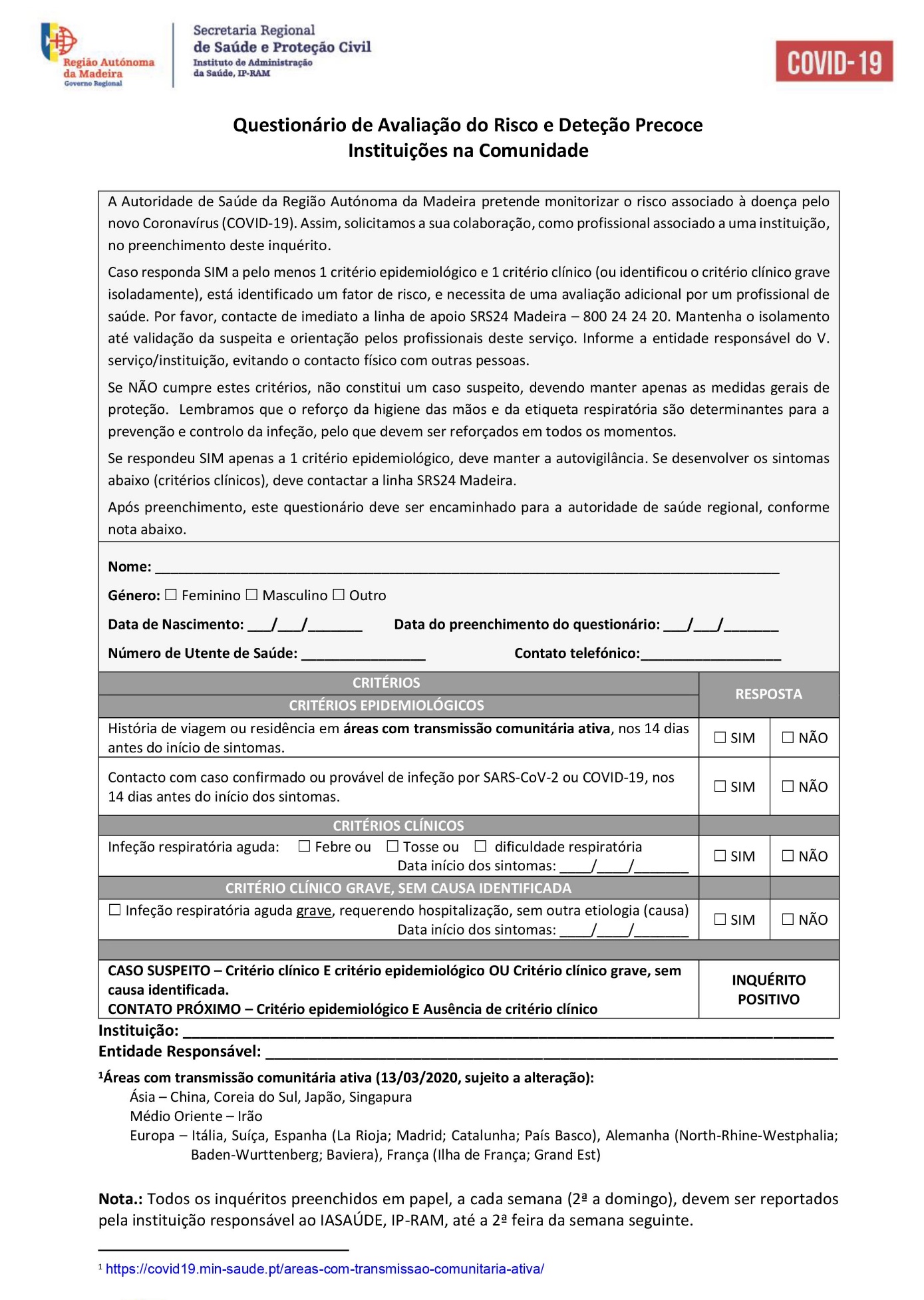








**ANEXO 2 – QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO RISCO E DETEÇÃO PRECOCE (**<http://apps.iasaude.pt/novocoronavirus2019/Uploads/Anexos/Q_Av_Risco_Dete%C3%A7%C3%A3o_Precoce_comunidade_392.02.pdf>)

****

**ANEXO 3 - REGISTO DE CONTACTOS DO CASO SUSPEITO DE COVID-19**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LOCAL/OBRA:** | **Data:** | **Linha SRS 24 Madeira**  **800 24 24 20** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Nome do Caso Suspeito:** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **PESSOA A CONTACTAR/ FAMILIAR** | |
| **Nome** | **Contacto** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nome de pessoas com quem teve contacto próximo nos últimos dias** | **Grau de parentesco** | **Dia** | **Contacto** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**ANEXO 4 - REGISTO DE MEDIÇÕES DE TEMPERATURA**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LOCAL:** | | | | | | | | **DATA:** |
|  | | | | | | | |  |
| **Nome** | **Idade** | **Registo 1** | | | **Registo 2** | | | **Empresa / Subempreiteiro** |
| **Sintomas (S/N)** | **Hora** | **Temperatura (ºC)** | **Sintomas (S/N)** | **Hora** | **Temp. (ºC)** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ANEXO 5 - REGISTO DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO**

|  |  |
| --- | --- |
| **LOCAL:** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Realizado por** | **Data** | **Hora** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**ANEXO 6 - REGISTO DE AÇÃO DE FORMAÇÃO**

|  |  |
| --- | --- |
| **Data:** |  |
| **Local:** |  |
| **Assunto:** |  |
| **Duração:** |  |

**LISTA DE PARTICIPANTES**

| **EMPRESA/ SUBEMPREITEIRO** | **NOME** | **Função** | **Rubrica** |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **RESUMO DOS TEMAS ABORDADOS:** |

**Assinatura do(a) Formador(a):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ANEXO 7 - REGISTO DO FORNECIMENTO DE EPI’S**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Empresa/**  **Subempreiteiro** | **Nome do colaborador** | **EPI fornecido**  **(máscara, luvas, capacete, óculos)** | **Quantidades** | **Rubrica** | **Data** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**ANEXO 8 - REGISTO DO FORNECIMENTO DE SOLUÇÃO ANTISSÉTICA DE BASE ALCOÓLICA (SABA) OU OUTROS PRODUTOS DESINFETANTES**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Seção/ Viatura/ Obra** | **Produto Fornecido** | **Quantidades** | **Rubrica** | **Data** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ANEXO 9 – REGRAS GERAIS DE LIMPEZA RECOMENDADAS PELA DGS/**

**IASAÚDE, IP-RAM**

**Técnicas de Limpeza**

* A limpeza deve ser sempre húmida - não usar aspiradores a seco em zonas públicas, salvo se forem aspiradores com tanque de água que recolhe a sujidade na água; este depósito deve ser despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar;
* Deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas:

1. Paredes e teto (se aplicável)
2. Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
3. Equipamentos existentes nas áreas;
4. Instalações sanitárias;
5. Chão – é o último a limpar.

**Materiais de limpeza**

Em relação aos materiais de limpeza, os estabelecimentos devem assegurar-se que:

• Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo) de acordo com o nível de risco das áreas a limpar;

• Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartáveis (usar e deitar fora), diferenciados por um código de cores, para cada uma das áreas, de acordo com o nível de risco. São exemplos:

- Bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões de restaurantes e de gabinetes, entre outros: azul;

- Mesas de refeição e áreas de preparação de alimentos: verde;

- Casas de banho: pano só para limpar o lavatório: amarelo; pano para as sanitas (exterior): vermelho;

- A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com detergente de base desinfetante;

• O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização. O balde e esfregona devem ser diferentes, para as áreas atrás referidas. Por exemplo: o balde e esfregona usados nas casas de banho, não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços públicos.

**Produtos de limpeza e desinfeção**

Em relação aos produtos de limpeza e desinfeção, os estabelecimentos devem assegurar-se que:

• De forma a serem tomadas as medidas necessárias para proteger a saúde e o ambiente e garantir a segurança nos locais de trabalho, é necessário ter no estabelecimento as fichas de dados de segurança dos produtos (vulgarmente designadas por fichas técnicas) que constam no plano de higienização;

• Devem ser cumpridas as indicações do fabricante e instruções nos rótulos dos produtos e nas fichas de segurança;

• Os produtos químicos devem estar devidamente rotulados, fechados e conservados nas suas embalagens de origem, de modo a evitar o risco de contaminação de alimentos, por exemplo;

• Os produtos químicos devem ser armazenados fora das áreas onde são manuseados os alimentos, em local fechado e devidamente identificado e fora do alcance de crianças ou pessoas com necessidades especiais;

• Os detergentes a usar são os comuns ou de uso doméstico;

• Os desinfetantes mais utilizados são: a vulgar lixívia (hipoclorito de sódio) com pelo menos 5% de cloro livre na forma original e o álcool a 70%;

• Podem ser ainda utilizados produtos de desinfeção rápida sob a forma de toalhetes humedecidos no desinfetante e fornecidos em dispensador próprio (facilitando tirar 1 a 1 sem os contaminar). Estes são produtos que juntam habitualmente na sua composição, detergente e desinfetante compatíveis. Estes toalhetes são para usar numa superfície e não devem ser reutilizados em várias superfícies, porque favorece a disseminação dos agentes contaminantes. Usar um toalhete para cada superfície e descartar para o caixote do lixo. Não secar a superfície depois de usar o toalhete desinfetante, porque é necessário que a superfície fique molhada durante uns minutos até secar ao ar, para ser eficaz;

• Existem no mercado, pastilhas de *Dicloroisocianurato de sódio* (com efeito semelhante à lixívia) mas de preparação mais rápida, não necessitando de grandes espaços para armazenar. Os utilizadores devem seguir as instruções do fabricante (rótulos) para o seu uso em segurança; estas pastilhas devem ser preparadas só na altura da utilização, para manter a sua eficácia;

• As partes metálicas das superfícies ou as que não são compatíveis com a lixívia, devem ser desinfetadas com álcool a 70% ou outro produto compatível, para evitar a corrosão ou danificação;

• Ao aplicar lixívia ou outro produto semelhante, abrir as janelas para arejar e renovar o ar, ajudando também a secar mais rapidamente as superfícies.

**Uso de equipamentos de proteção individual pelos funcionários de limpeza:**

Em relação a equipamentos de proteção individual, os estabelecimentos devem assegurar-se que:

• Os funcionários que limpam as áreas de alimentação não são os mesmos que limpam as casas de banho;

• Nesta fase de possível disseminação do vírus, recomenda-se que os profissionais de limpeza usem:

- Bata impermeável, embora possa também ser usado um avental impermeável por cima da farda (não usar a roupa que traz de casa);

- 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 (de usar e deitar fora);

- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.

**Limpeza e desinfeção das superfícies de áreas comuns**

Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas comuns deve seguir as seguintes indicações:

• 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 99 partes iguais de água **(Consulte as instruções de diluição, abaixo).**

• Lavar primeiro as superfícies com água e detergente.

• Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies.

• Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Essa etapa é fundamental.

• De seguida enxaguar as superfícies só com água quente.

• Deixar secar ao ar.

**Instalações sanitárias**

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

• Seguir a sequência:

- 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.

• Limpeza da sanita:

− **Parte interior:** limpar o interior da sanita apenas com o piaçaba:

- Se houver urina ou fezes, descarregar primeiro o autoclismo;

- Não deitar lixívia ou produto com amoníaco sobre a urina, porque provoca uma reação gasosa nociva para a saúde;

- Aplicar o produto detergente com base desinfetante; deixar atuar durante pelo menos 5 minutos;

- Esfregar bem por dentro com o piaçaba;

- Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;

- Volte a puxar a água.

− **Parte exterior** da sanita:

- Espalhar o detergente/desinfetante na parte de cima da sanita e sobre os tampos;

- Esfregar com o pano: primeiro os tampos e só depois, a parte exterior da sanita (em cima e nos lados);

- Passar com pano só com água;

- Deixar secar ao ar;

- Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo. Pode desinfetar também com álcool a 70/80%.

• No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

• Não esquecer de limpar frequentemente as maçanetas das portas das casas de banho.

**Áreas de preparação e confeção de alimentos**

• Os materiais de limpeza são específicos para estas áreas e seguem as regras definidas pela legislação em vigor;

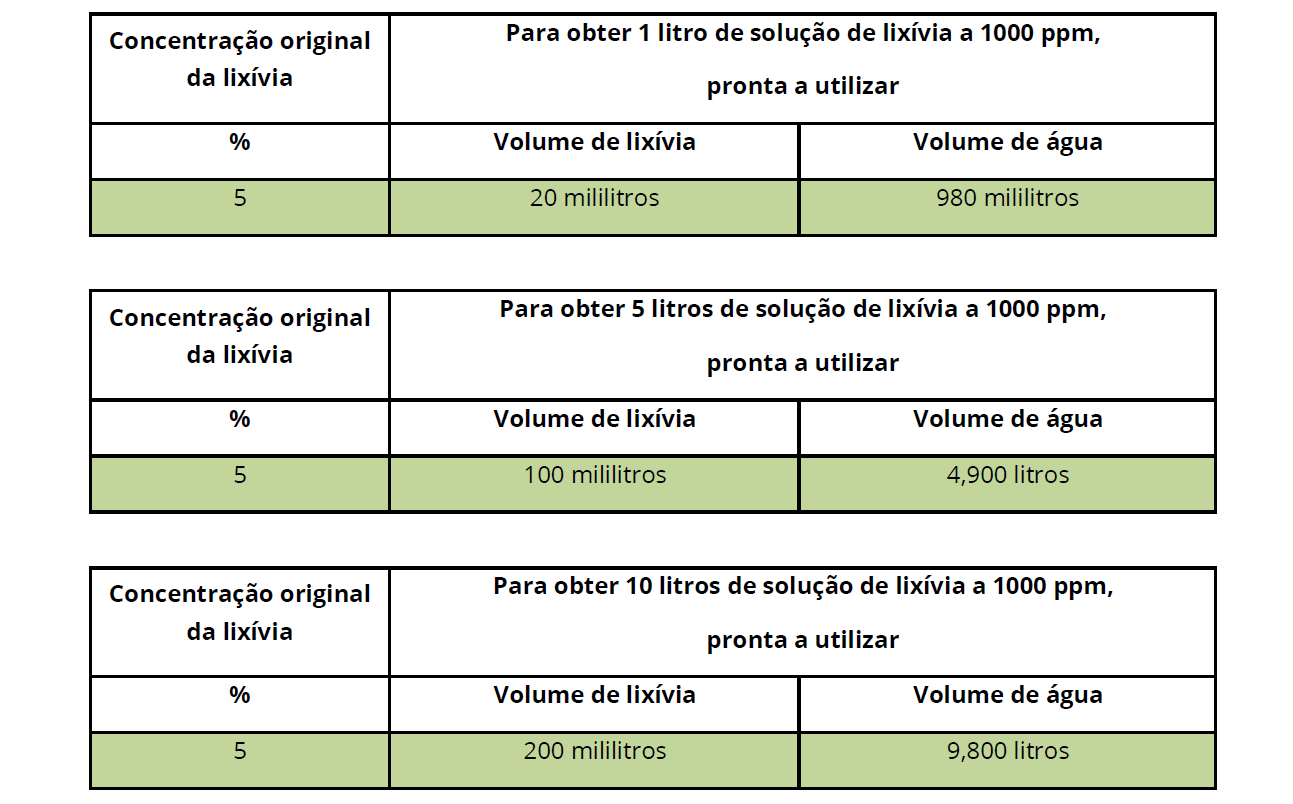
• Deve haver panos diferentes de limpeza para as bancadas e utensílios destas; as mesas, cadeiras e outro mobiliário; material específico para o chão;

• Os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes devem ser produtos que não contaminem eventualmente os alimentos);

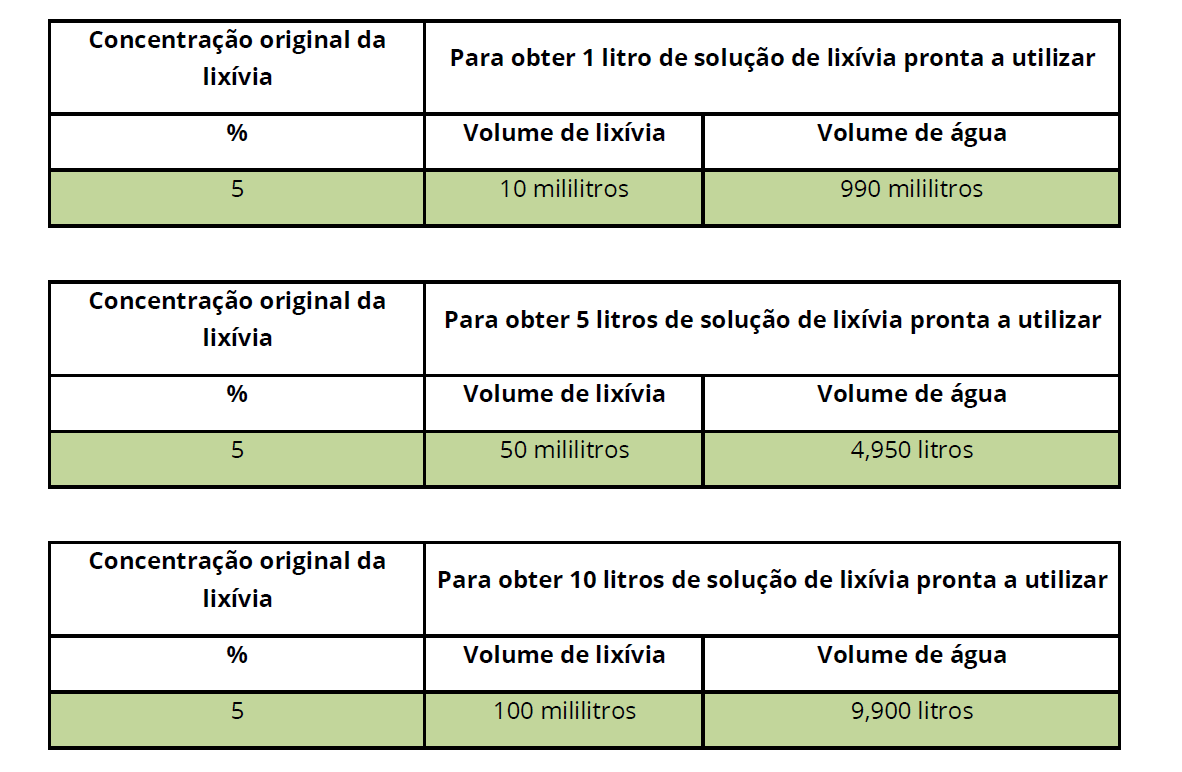
• Não borrifar com desinfetante em spray nas áreas onde há alimentos em confeção ou em exposição.

**Diluições de lixívia**

**Diluição de lixívia para instalações sanitárias, áreas de toque frequente e desinfeção da área de isolamento:** lixívia na concentração original de cloro livre a 5%, na **diluição de 1/50**, ou seja, 1 parte de lixívia em 49 partes iguais de água.



**Desinfeção com lixívia das superfícies comuns:** lixívia a 5% de cloro livre na forma original, na **diluição de 1/100** ou seja, 1 parte de lixívia em 99 partes iguais de água:



**ANEXO 10 – INSTRUÇÕES PARA COLOCAR MÁSCARAS E RETIRAR LUVAS**



Remover a máscara tocando apenas nos elásticos, lavar de seguida as mãos com água e sabão, durante pelos menos 20 segundos, e realizar a fricção antissética das mãos com solução desinfetante com álcool a 70%, seguindo as orientações da DGS.



**ANEXO 11 – CONTEÚDO PARA INSTRUÇÕES BREVES A AFIXAR EM OBRA**

**Transporte Coletivo**

**1. Desinfetar a viatura antes da primeira utilização**

**2. Assegurar higiene pessoal dos utilizadores antes de entrar na viatura**

**3. Utilizar de proteção das vias respiratórias durante o transporte (máscara)**

**4. Viatura só pode arrancar com 2/3 da sua capacidade**

**5. Evitar contacto direto (não expor a pele)**

**6. Todo o material de proteção é utilizado uma única vez e deitado num saco de resíduos para posterior eliminação.**

**Área de refeição**

**1. Realizar a higiene pessoal (Lavagem das mãos e/ou desinfeção das mãos) antes de entrar mo refeitório**

**2. Manter a distância mínima de 1 metro**

**3. Refeitório deve ser usado com 1/3 da sua capacidade**

**4. Cumprir rotatividade (máximo 15 minutos por colaborador)**

**5. Higienizar a zona de refeição individual (cada utilizador) com solução de base alcoólica a 70% e papel de limpeza**

**6. Retirar-se da zona de refeição após terminar e descansar fora da referida zona**

**Higienização WC – Obra**

**1. Utilização Individual de WC – só é permitida uma pessoa no WC de cada vez**

**2. Afixar informação relevante (regras de lavagem das mãos, etc.)**

**3. Limpeza e desinfeção do WC com Germicida 3 x ao dia: início dos trabalhos; após período de almoço; no fim dos trabalhos**

**4. Manter Limpo e arejado**

**Higienização WC – Escritórios**

**1. Limpar e desinfetar com germicida 2 vezes ao dia**

**2. Afixar informação relevante (regras de lavagem das mãos, etc.)**

**3. Definir n.º máximo de utilizadores de cada WC/ Utilização individual**

**4. Manter Limpo e arejado**

**Higienização das mãos**

**1. Na entrada ao serviço**

**2. Antes do lanche da manhã**

**3. Antes do almoço**

**4. Após o almoço**

**5. Antes do lanche da tarde**

**6. Na Saída do serviço**

**Higiene pessoal (Todos os trabalhadores)**

**1. Os colaboradores devem mudar a roupa de trabalho todos os dias**

**2. Realizar a lavagem das mãos conforme estipulado**

**3. Cumprir as regras de etiqueta respiratória**

**Receção de carga/materiais (Fornecedores Externos)**

**1. Motorista permanece no interior da viatura, preferencialmente**

**2. Caso o motorista tenha de sair da viatura deve manter o distanciamento social 2 metros e usar luvas (descarga efetuada de preferência com luvas descartáveis)**

**3. Carga pesada, efetuada por pessoal da obra, realizada de preferência com luvas descartáveis**

**Viaturas transporte de cargas (Internas)**

**1. Desinfeção à 1º utilização**

**2. Desinfeção à hora de almoço**

**3. Desinfeção sempre que mudar de motorista ou acompanhante**

**4. Ter especial atenção aos volantes, manetes e superfícies de contato comum**

**5. Motorista permanece no interior da mesma, preferencialmente**

**6. Caso o motorista tenha de sair da viatura, deve manter o distanciamento social 2 metros e usar luvas, preferencialmente descartáveis)**

**7. Carga pesada, efetuada por pessoal da obra, realizada de preferência com luvas descartáveis**

**Zonas de circulação e frentes trabalho**

**1. Respeitar a distância de segurança mínima de 2 metros**

**2. Evitar concentração de pessoas – 1 pessoa por cada 40 m2**

**3. Reforçar as condições para lavagem frequente das mãos (1 posto móvel por cada frente de trabalho), equipado com consumíveis descartáveis.**

**Equipamentos de Proteção Individual (EPI´s)**

**1. O EPI deve estar identificado com o nome do seu utilizador em local bem visível**

**2. Devem ser usadas luvas em obra, sempre que possível, descartáveis**

**3. Fazer a desinfeção diária dos EPI’s que permitem tal ação**

**Desinfeção de Materiais e Equipamentos**

**1. Criação de zona destinada à desinfeção dos equipamentos e ferramentas individuais**

**2. Desinfetar as ferramentas de uso partilhado com produtos germicidas todos os dias**

**3. Desinfetar sempre que haja mudança de utilizador**

**4. Manter a distância de segurança**

**Medição de temperatura**

**1. Todos os colaboradores serão sujeitos a 2 medições de temperatura diárias (entrada da obra e saída da mesma)**

**2. Os mesmos podem ser sujeitos a outras medições de temperatura, caso se considere necessário**

**3. As medições são registadas em impresso próprio**

**Horário de trabalho e Restrições de circulação**

**1. Implementação do sistema de horário alternado de entrada e de saída dos colaboradores/subempreiteiros (de acordo com as necessidades)**

**2. Não pode haver rotatividade de colaboradores entre obras**