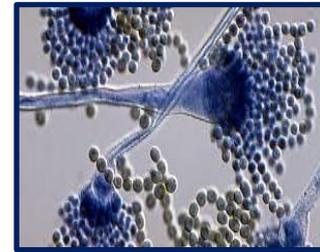
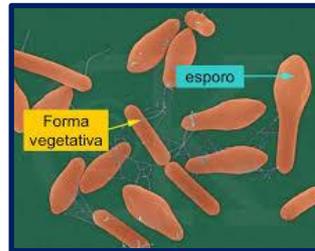
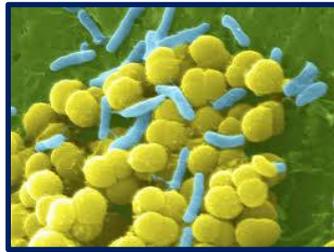
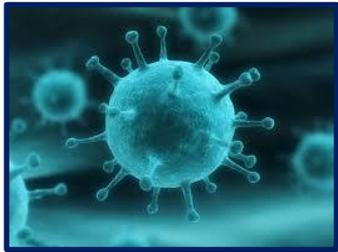


# RISCOS BIOLÓGICOS COVID 19

**ATM**  
Manutenção Total

- [Principais Riscos Biológicos](#)
- [Prevenção](#)
- [Fontes de Infeção](#)
- [Coronavírus – COVID-19: transmissão, sintomas e medidas de prevenção](#)
- [Procedimentos para Controlo da Infeção](#)
  1. Higienização das Mãos;
  2. Etiqueta Respiratória;
  3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI);
  4. Manuseamento Seguro da Roupas;
- [Arrumação e Limpeza](#)

# Principais Riscos Biológicos



- Os Agentes Biológicos são microrganismos capazes de originar qualquer tipo de infecção, alergia ou toxicidade no corpo humano.
- Exposição aos agentes biológicos por:
  - contacto **Direto**
  - contacto **Indireto** (através de materiais e meios contaminados)

São aqueles que derivam do contacto dos profissionais/técnicos com produtos, secreções, excreções, meio ambiente contaminado durante as atividades laborais podendo conduzir a processos infecciosos, tóxicos ou alérgicos.

## **As portas de entrada são:**

- Inalação
- Ingestão
- Penetração Cutânea ou Venosa

**É da responsabilidade de cada profissional:**

- O plano de vacinação obrigatório
- Vacina anual contra a gripe sazonal
- Vacina contra a Hepatite B
- Aplicação dos procedimentos para controlo de infeção
- Comparecer às consultas periódicas da Medicina do Trabalho
- Participação nas Ações de Formação

# Fontes de Infecção

---

Para prevenir a transmissão proveniente de fontes de infecção, conhecidas ou não, é da responsabilidade de cada **profissional** o cumprimento dos **Procedimentos para Controlo de Infecção**.

## Potenciais Fontes de Infecção:

- Equipamentos de ar condicionado;
- Sangue e outros fluídos orgânicos (ex. urina);
- Pele não íntegra e mucosas;
- Material, equipamento, roupa, resíduos provenientes da prestação de cuidados;

# Coronavírus COVID -19: Transmissão

## Como o Coronavírus (COVID-19) é transmitido?

- A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados.
- Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.
- As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.



Gotículas de saliva



Espirro



Toque ou aperto de mãos



Tosse



Catarro



Objetos ou superfícies contaminadas

# Coronavírus COVID -19: Transmissão

				
<b>Incubação</b>	<b>Período de Transmissão</b>	<b>Via de Transmissão</b>	<b>Risco</b>	<b>Reinfecção</b>
2-14 dias  <b>2X</b> dias	Durante período de incubação e durante sintomas  <b>R0 2-4</b>	Pessoa-a-pessoa - Gotícula - Contacto com superfícies contaminadas - Aerossóis em procedimentos invasivos  Nosocomial: <b>2-41%</b>	47-56 anos > Homem Fumadores Diabéticos; DCV; Imunodeprimidos  Mortalidade: <b>2-4.3%</b> Gravidade: <b>5-26%</b>	<b>Comum</b> Rápida diminuição dos anticorpos após infeção.

## E quais são os principais sintomas?

A maioria das pessoas infectadas apresentam sintomas de infecção respiratória aguda ligeiros a moderados:

- Febre ( $T > 37,5^{\circ}\text{C}$ );
- Tosse;
- Dificuldade respiratória (Falta de ar).

Em casos mais graves pode causar pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte. Contudo, a maioria dos casos recupera sem sequelas.

# COVID -19: Como posso proteger-me?

## Medidas de prevenção



Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

## Medidas de prevenção no Plano de Atividades dos Clientes

- O pessoal deverá deslocar-se, com o cuidado de desinfeção do habitáculo da carrinha e dos equipamentos de trabalho, no fim do dia de atividade;
- Os técnicos devem afastar-se 1,5 m dos colegas de trabalho;
- Todos os trabalhos têm de ser executados com óculos, com luvas descartáveis e máscaras de proteção FFP2/FFP3;
- Os técnicos não deverão entrar nos escritórios e nos armazéns da empresa cliente, sendo os materiais recolhidos ou entregues a um único funcionário no interior das instalações da empresa através de adufa.
- Evitar contatos com pessoas e quarentena em espaços climatizados. Neste caso, se absolutamente necessário entrar nesses espaços, ou assistir aos respetivos equipamentos de AVAC, o pessoal deve usar fatos de UCI's).
- Todas as zonas de descarga/rejeição dos equipamentos de extração de ar devem ser evitadas ao máximo, circulando apenas quando estritamente necessário e com os devidos equipamentos de protecção individual adequados ao risco

A responsabilidade é de **TODOS** no cumprimento dos Procedimentos para Controlo de Infeção. Para tal, devemos:

1. Higienização das Mãos;
2. Etiqueta Respiratória;
3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI);
4. Manuseamento Seguro da Roupa;

# 1. Higienização das Mãos

## Porque é tão importante?

A lavagem das mãos é a **MEDIDA MAIS EFETIVA** para prevenir a infecção por SARS-CoV-2.



As **GOTÍCULAS, SECREÇÕES E AEROSSÓIS** de pessoas infectadas podem **DEPOSITAR-SE NOS OBJETOS E SUPERFÍCIES** que as rodeiam quando **ESPIRRAM** ou **TOSSEM**.

## Como lavar as mãos?



Molhe as mãos  
com **água**

Aplique **sabão** suficiente  
para cobrir todas as  
superfícies das mãos



Esfregue as **palmas** das  
mãos, uma na outra

# 1. Higienização das Mãos

## Como lavar as mãos?

03



**Palma com palma**  
com os dedos  
entrelaçados

04



Esfregar o **polegar**  
em sentido rotativo

05



Esfregar  
rotativamente os  
**dedos** na palma da  
mão contrária

06



Esfregar o **pulso**  
com a mão  
contrária

## Como lavar as mãos?



Enxaguar as  
mãos com **água**



**Secar** as mãos  
com um **toalhete**  
**descartável**

Deve lavar durante **20 segundos**

É o tempo que demora a cantar os

***“Parabéns a Você”***



# 1. Higienização das Mãos

---

Caso não tenha acesso a um lava mãos higienizado, então, utilize desinfetante para as mãos à base de álcool.

**Agora as suas mãos estão seguras!**



## 6 PASSOS SIMPLES

### ETIQUETA RESPIRATÓRIA PARA OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

## PARA SE MANTER SAUDÁVEL E

## PREVENIR A TRANSMISSÃO CRUZADA DE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS



**1** Cubra a boca e o nariz com um lenço ou com a mão, ao tossir e espirrar



**4** Se tiver tosse persistente, deve consultar um médico!



**2** Descarte os lenços ou toalhetes usados, para o contentor apropriado



**5** Promova o ensino aos doentes e visitantes, sobre o cumprimento da etiqueta respiratória



**3** Não se esqueça de lavar as mãos com água e sabão, ou friccionar com SABA, após tossir ou espirrar!



**6** Ofereça máscara cirúrgica aos doentes que estão em sala de espera, com tosse ou outra sintomatologia respiratória!

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

---

#### Procedimento – Colocação e Retirada de EPI

Os EPI ajudam-nos a prevenir a transmissão cruzada proveniente de fontes de infeção conhecidas ou não.

**Mas podem não ser suficientes!**

Cabe a cada trabalhador o cumprimento dos corretos Procedimentos para o Controlo de Infeção.

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

---

- Os equipamentos devem ser, preferencialmente, de uso exclusivo;
- Se os equipamentos forem partilhados, devem ser limpos e desinfetados;
- A limpeza e desinfecção do gabinete de isolamento deve ser efetuada com material e equipamento de uso exclusivo;
- Reforçar a limpeza e desinfecção de todas as superfícies nas áreas de trabalho;

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

- As **fardas** de trabalho devem ser utilizadas durante procedimentos que envolvam contacto direto com o público, na proteção de roupa civil e deverão ser lavados no final da jornada;
- Os **Tyveck** devem ser usados quando existe risco acrescido de salpicos de sangue ou fluídos orgânicos e são substituídos no final da exposição ao risco;
- O **calçado** deve ser antiderrapante, limpo e deve apoiar e cobrir todo o pé, para evitar contaminação ou lesão com material corto perfurante.

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

#### **SITUAÇÕES PONTUAIS COM INDICAÇÃO PARA USO DE LUVAS:**

- Possibilidade de contacto com sangue, fluidos orgânicos, secreções, excreções e objetos visivelmente contaminados por fluidos orgânicos.

#### **EXPOSIÇÃO DIRETA AO RISCO:**

- Contacto com sangue e outros fluidos orgânicos;
- Contacto com membranas mucosas e com pele não íntegra;
- Possível presença de microrganismos que implicam isolamento de contacto;
- Situações de emergência ou epidemia;
- Derramamento de sangue;
- Presença em locais contaminados com urina ou de secreções.
- Manutenção de equipamentos AVAC contaminados
- Zonas de descarga/rejeição de equipamentos de extração de ar

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

#### **SITUAÇÕES PONTUAIS COM INDICAÇÃO PARA USO DE LUVAS**

- Possibilidade de contacto com sangue, fluidos orgânicos, secreções, excreções e objetos visivelmente contaminados por fluidos orgânicos.
- **EXPOSIÇÃO INDIRETA AO DOENTE:**
  - Esvaziamento de recipientes com fluidos orgânicos;
  - Manipulação/limpeza de instrumentos;
  - Manipulação de resíduos;
  - Limpeza de fluidos corporais derramados e higiene ambiental;
  - Zonas de descarga/rejeição de equipamentos de extração de ar

### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

**As luvas não são um substituto da higienização das mãos!**

**Esta deve ser efetuada sempre que as luvas são removidas!**



### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

A Proteção ocular/facial (óculos ou máscara com viseira) deve ser usada quando existe risco de projeção de salpicos de fluídos orgânicos para a face e sempre durante procedimentos geradores de aerossóis.

Os óculos pessoais não conferem proteção ocular adequada.



### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

**A Máscara cirúrgica ou Máscara FFP2/FFP3 deve ser:**

- Usada quando há risco de salpico de fluídos

Orgânicos para a mucosa respiratória;

- Bem ajustada à face;
- Removida e substituída no final do procedimento ou se integridade comprometida;
- Removida pelos atilhos ou elásticos.



O Protetor respiratório deve ser usado nas precauções baseadas na transmissão – isolamento por via aérea.

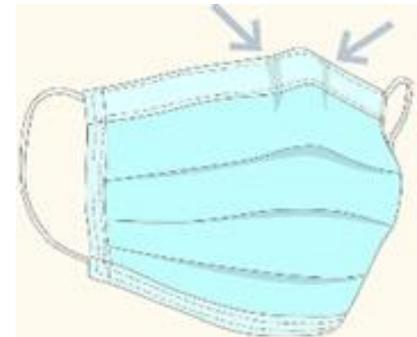
### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

#### COLOCAÇÃO DE MÁSCARA CIRÚRGICA

1. Higienize as mãos e selecione uma máscara de proteção às vias respiratórias;



2. Coloque a máscara na posição correta. A extremidade superior da máscara é mais rígida para se moldar à medida do nariz.

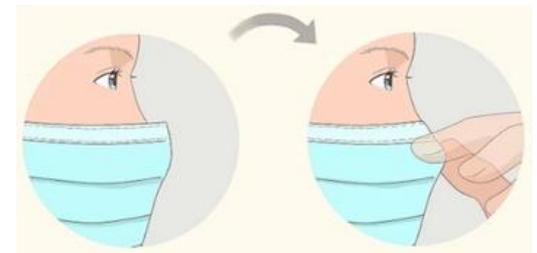


### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

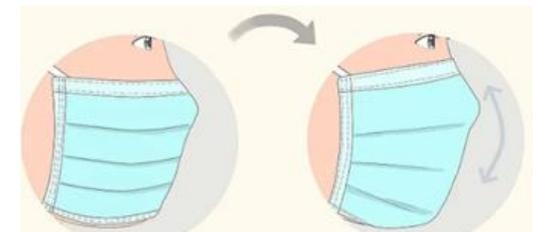
**3.** Segure as tiras ou bandas elásticas até meio da cabeça e pescoço ajustando-as à sua medida;



**4.** Ajuste a máscara ao nariz. Depois de colocar a máscara na cabeça e no rosto, segure-a na zona da ponta do nariz com o indicador e o polegar;



**5.** Ajuste a máscara no rosto e debaixo do queixo. Depois de prender bem a máscara, ajuste-a e cubra a boca e o nariz e passe a parte inferior do acessório por baixo do queixo.



### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

#### REMOÇÃO DE MÁSCARA CIRÚRGICA

1. Higienize as mãos antes de retirar a máscara



2. Utilize as mãos para desfazer os nós.

Segure a máscara apenas pelas bandas elásticas e **NÃO toque na máscara. PODE estar contaminada!**



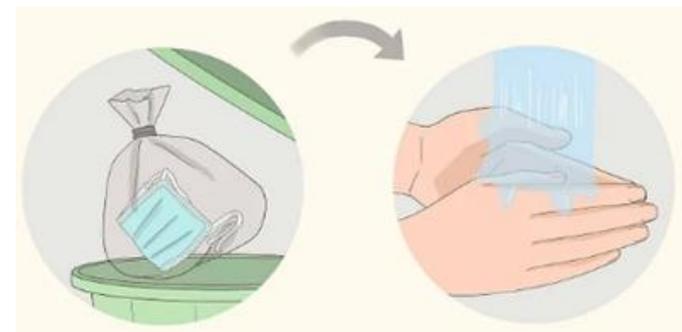
### 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

**3.** Retire a máscara corretamente. Cada máscara cirúrgica só deve ser utilizada uma vez.

Coloque no Lixo para Risco Biológico logo após a remoção. Caso não haja um local adequado, deverá isolar a máscara num saco de plástico.



**4.** Higienize as mãos. Assim que isolar ou colocar a máscara no Lixo, higienize as mãos de imediato.



# 3. Uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI)

## COLOCAÇÃO

COLOCAÇÃO dos Equipamentos de Proteção Individual	Imagem
Remover adornos, objetos pessoais e/ou clínicos, e a bata de uso pessoal.	
Higienizar as mãos	
Colocar a bata impermeável	
Colocar o respirador de partículas FFP2	
Colocar a proteção ocular: ✓ Armação; ✓ Lentes.	
Colocar as luvas de nitrilo, de uso único, com punho acima do punho da bata	

## REMOÇÃO

REMOÇÃO dos Equipamentos de Proteção Individual	Imagem
Remover as luvas de nitrilo, de uso único, com punho acima do punho da bata	
Higienizar as mãos	
Remover a bata impermeável	
Higienizar as mãos	
Remover a proteção ocular, segurando-a pela armação, sem tocar nas lentes	
Remover o respirador de partículas FFP2, segurando-o pelos elásticos, sem tocar na sua parte frontal externa	
Higienizar as mãos	

## 4. Manuseamento Seguro da Roupa

O risco de exposição a agentes microbianos transmissíveis é um dos riscos mais importantes a que os trabalhadores do meio hospitalar estão sujeitos.



## 4. Manuseamento Seguro da Roupa

---

- No final da sua jornada deve retirar a sua farda de trabalho e calçado. Estes não devem contactar com a outra roupa.
- Desinfete os óculos de proteção e a máscara (se ainda em condições de utilização).

### No caso de contaminação:

- Todos os resíduos têm que ser fechados em saco plástico e tratados como resíduos hospitalares de risco biológico (grupo III), devendo a sua gestão ser assegurada como tal.
- Para isso, deve:
  - Retirar a sua roupa e/ou farda de trabalho, acomodá-la em saco próprio para roupa contaminada e colocá-la no contentor para resíduos Hospitalares;

# 4. Manuseamento Seguro da Roupa

---

## No caso de contaminação:

- Relativamente à gestão de resíduos produzidos nos domicílios no caso de se estar perante um caso suspeito, ou confirmado, de infeção por COVID-19 em tratamento no domicílio, todos os resíduos produzidos devem ser colocados em sacos de lixo resistentes e descartáveis, com enchimento até dois terços da sua capacidade. Os sacos devidamente fechados devem ser colocados dentro de um segundo saco, devidamente fechado, e ser depositado no contentor de resíduos indiferenciados.

## CUIDADOS A TER DEPOIS DE EXECUTAR TRABALHOS

Após a conclusão de qualquer trabalho, os executantes devem deixar arrumada e limpa toda a área circundante ao trabalho.

Todos os resíduos resultantes da intervenção devem ser colocados nos **ecopontos** ou **recipientes adequados** de acordo com a sua natureza.



# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19



**SEJA UM AGENTE  
DE SAÚDE PÚBLICA**

**PROTEJA-SE A SI E AOS  
OUTROS**

EM CASO DE DÚVIDA, LIGUE



**SNS 24**

**808 24 24 24**



**Muito obrigada pela atenção!**