

Ação de Formação

COVID-19 – Precauções Básicas do Controlo de Infeção

13 de maio de 2020 | 21h – 23h | Auditório da Adega Cooperativa de Lousada

Formador: Enf.º Renato Gomes | **Comentador:** Dr. Miguel Moura

Público-Alvo: Profissionais do comércio e serviços de Lousada | **Preço:** Grátis

N.º de Participantes: 10 (limitado) | **Inscrição obrigatória:** www.inovlousada.pt

Uma Organização:



Apoio:



SUMÁRIO

- TRANSMISSÃO DE MICRORGANISMOS / CADEIA DE INFEÇÃO
- PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO:
 - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS;
 - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI'S)
 - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS.

TRANSMISSÃO DE MICRORGANISMOS

CADEIA DE INFEÇÃO

OS AGENTES INFECIOSOS
PROPAGAM-SE AO SER
HUMANO ATRAVÉS DUMA
SÉRIE DE PASSOS
CONHECIDOS POR
“CADEIA DE INFEÇÃO”.

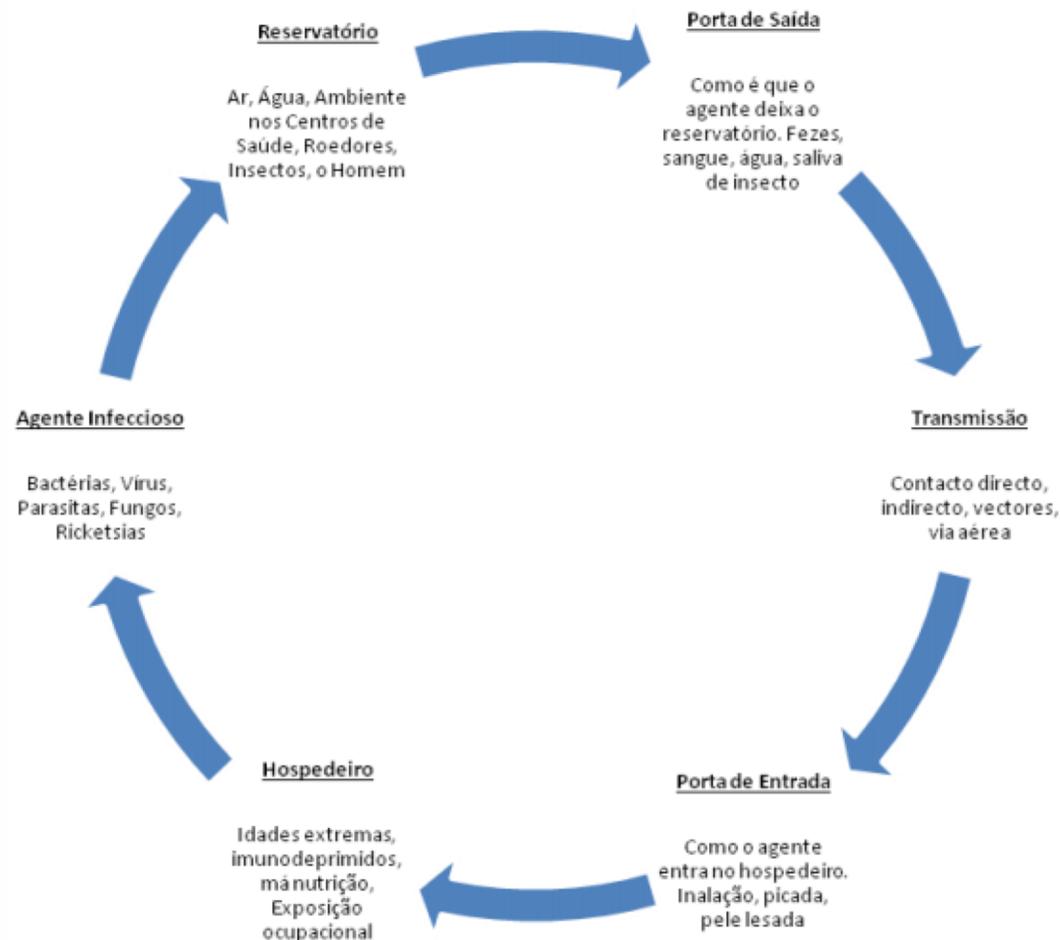


Figura 1 – Cadeia de Infecção

AO SER QUEBRADO UM
DOS ELOS DA CADEIA,
INTERROMPE-SE O CICLO.

TRANSMISSÃO DE MICRORGANISMOS

CADEIA DE INFEÇÃO

VIA DE CONTACTO DIRETO:

ATRAVÉS DE GOTÍCULAS QUE UMA PESSOA INFETADA TRANSMITE PELA BOCA OU NARIZ QUANDO FALA, TOSSE OU ESPIRRA, PODENDO ENTRAR DIRETAMENTE PARA A BOCA OU NARIZ DE ALGUÉM PRÓXIMO.

VIA DE CONTACTO INDIRETO:

ATRAVÉS DAS MÃOS, QUE TOCAM NAS SUPERFÍCIES CONTAMINADAS COM AS GOTÍCULAS EXPELIDAS PELAS PESSOAS INFETADAS E QUE DEPOIS SÃO LEVADAS À CARA, À BOCA OU AO NARIZ SEM SE TER FEITO A HIGIENE DAS MÃOS.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

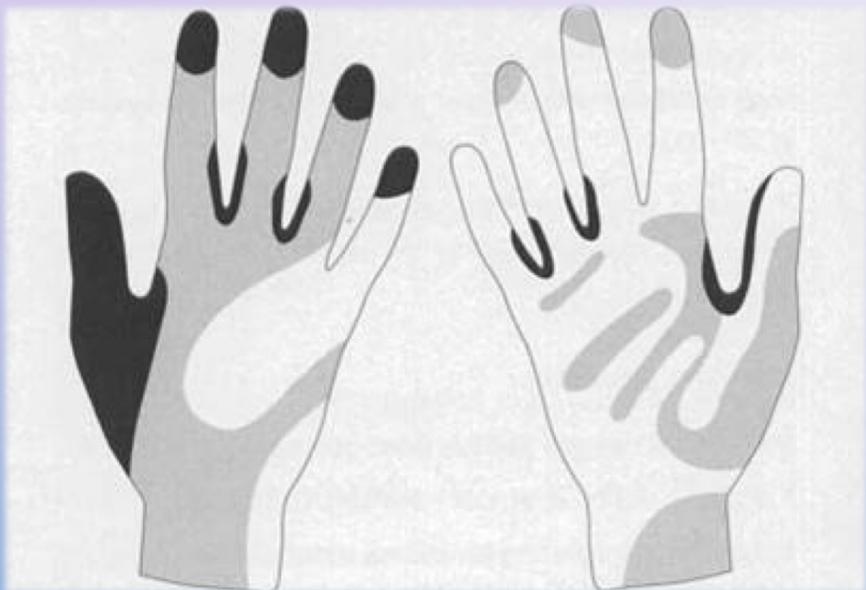
A ADEQUADA LAVAGEM DAS MÃOS, COM ÁGUA E SABÃO OU A UTILIZAÇÃO DE SOLUÇÃO ANTISSÉTICA DE BASE ALCOÓLICA (SABA), COM 70% DE ÁLCOOL, PERMITEM ELIMINAR OS MICRORGANISMOS DA SUPERFÍCIE DA PELE, EVITANDO QUE ESTE VÍRUS SE TRANSMITA NOS LOCAIS DE TRABALHO, DESIGNADAMENTE PELO MANUSEAMENTO E CONTACTO.

TÉCNICAS DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS:

- COM ÁGUA E SABÃO;
- COM SOLUÇÃO ANTISSÉTICA DE BASE ALCOÓLICA.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

- NÃO USAR RELÓGIOS, ANÉIS, PULSEIRAS;
- MANTER AS UNHAS CURTAS, LIMPAS E SEM VERNIZ;



Zonas não esquecidas
Zonas algumas vezes esquecidas
Zonas muitas vezes esquecidas

- TER EM ATENÇÃO QUE DEVE INCLUIR TODAS AS ZONAS DAS MÃOS;
- INCLUIR PULSOS E ANTEBRAÇO.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

1º PASSO

PALMA COM PALMA



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

2º PASSO

DORSO DAS MÃOS

COM PALMAS DA MÃO



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

3º PASSO

ENTRELAÇAR OS DEDOS E ESFREGAR

ZONA INTERDIGITAL



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

4º PASSO

DORSOS DOS DEDOS

COM AS PALMAS DAS MÃOS



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

5º PASSO

ESFREGAR O POLEGAR E O SEU ESPAÇO

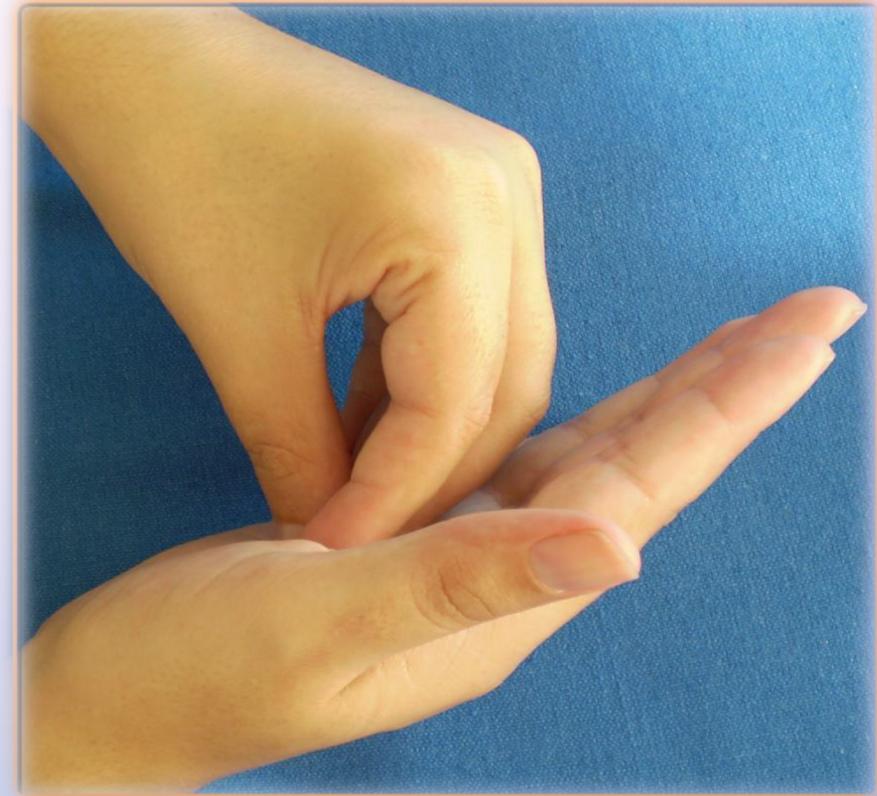
INTERDIGITAL



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

6º PASSO

PONTAS DOS DEDOS CONTRAS AS PALMAS
DAS MÃOS



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS -

EM QUE MOMENTOS HIGIENIZAR AS MÃOS:

- ANTES E APÓS REMOVER A MÁSCARA;
- APÓS TOCAR EM MAÇANETAS / CORRIMÃOS;
- FERRAMENTAS E OBJETOS DE CONTACTO FREQUENTE;
- APÓS CONTACTO COM OBJETOS DO CLIENTE COMO TELEMÓVEIS, DINHEIRO, ETC.;
- APÓS CONTACTO COM SECREÇÕES RESPIRATÓRIAS;
- ANTES E APÓS COMER.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL -



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL -

USO DE LUVAS



- DEVEM SER USADAS UMA ÚNICA VEZ E NUM CONTACTO ÚNICO;
- NÃO DEVER SER USADO “COMO SEGUNDA CAMADA DE PELE”;
- USAR EM SITUAÇÕES DE CONTACTO MUITO PRÓXIMO COM OS CLIENTES (TOCAR A FACE, BOCA, NARIZ DO CLIENTE);
- USAR DURANTE PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL -

USO DE MÁSCARAS

- USO OBRIGATÓRIO;
- DAR PREFERÊNCIA A MÁSCARA CIRÚRGICA VS MÁSCARA COMUNITÁRIA;
- TROCAR SEMPRE QUE FICAR HÚMIDA;
- BEM AJUSTADA À FACE;
- EVITAR TOCAR NA MÁSCARA;
- REMOVER PELOS ELÁSTICOS / ATILHOS;
- NÃO REUTILIZAR EM CASO DE MÁSCARA CIRÚRGICA / LAVAR DIARIAMENTE MÁSCARA COMUNITÁRIA.



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL -

USO DE AVENTAL / BATA

- USAR EM ATIVIDADES DE GRANDE PROXIMIDADE OU DE RISCO DE SALPICOS E PARTÍCULAS DE SUJIDADE;
- TROCAR ENTRE CLIENTES;
- NÃO USAR COMO “SEGUNDA FARDA”;
- USADA PARA PROTEGER O FARDAMENTO, A PELE E O VESTUÁRIO.



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL -



USO DE VISEIRA

- NÃO DEVE SUBSTITUIR O USO DA MÁSCARA;
- BOA PROTEÇÃO OCULAR E DE SALPICOS DIRETAMENTE À FACE;
- USADO PARA ATIVIDADES QUE REQUEIRAM PROXIMIDADE E RISCO DE SALPICO;
- BOM UTENSÍLIO PARA EVITAR O TOCAR A PRÓPRIA FACE;

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

TODAS AS SUPERFÍCIES PODEM SER VEÍCULOS DE CONTÁGIO – QUANDO MAIS SE MANIPULAR OU TOCAR MAIOR O RISCO DE CONTÁGIO.

- MAÇANETAS DE PORTAS / CORRIMÕES;
- INTERRUPTORES DE LUZ;
- TELEFONES / TELEMÓVEIS;
- COMPUTADORES / TABLETS;
- TORNEIRAS DE LAVATÓRIOS / AUTOCLISMOS;
- BANCADAS / BALCÕES;
- CADEIRAS / MESAS.



PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

TÉCNICAS DE LIMPEZA

- A LIMPEZA DEVE SER SEMPRE HÚMIDA – NÃO USAR ASPIRADORES A SECO;
- A LIMPEZA DEVE SEMPRE NO SENTIDO DE CIMA PARA BAIXO E DAS ÁREAS

LIMPAS PARA AS MAIS SUJAS:

- PAREDES E TETOS;
- SUPERFÍCIES ACIMA DO CHÃO (BANCADAS, MESAS, CADEIRAS);
- EQUIPAMENTOS EXISTENTES NAS ÁREAS;
- INSTALAÇÕES SANITÁRIAS;
- CHÃO – É O ÚLTIMO A LIMPAR.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

MATERIAIS DE LIMPEZA

- DEVEM EXISTIR MATERIAIS DE LIMPEZA DISTINTOS E 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;
- O BALDE E A ESFREGONA PARA O CHÃO SÃO REUTILIZÁVEIS, PELO QUE SE DEVE GARANTIR UMA LIMPEZA E DESINFEÇÃO NO FINAL DE CADA UTILIZAÇÃO.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

FREQUÊNCIA DE LIMPEZA

- A LIMPEZA DE SUPERFÍCIES DE TOQUE FREQUENTE PODE SER REALIZADA COM DETERGENTE DE BASE DESINFETANTE, PARA QUE O PROCEDIMENTO SEJA MAIS RÁPIDO;

- A FREQUÊNCIA DE LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES DE TOQUE FREQUENTE DEVE SER, NO MÍNIMO, 6 VEZES AO DIA, MAS PODE SER NECESSÁRIO AUMENTAR A FREQUÊNCIA;

- O CHÃO DEVE SER LAVADO NO MÍNIMO 2 VEZES DIA – USAR ÁGUA QUENTE E DETERGENTE COMUM, E DEPOIS DESINFEÇÃO COM SOLUÇÃO DE LIXÍVIA DILUÍDA EM ÁGUA;

- AS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS DEVEM SER HIGIENIZADAS, NO MÍNIMO, 3 VEZES DIA - PODE SER USADO DETERGENTE DE BASE DESINFETANTE, PARA MAIS FÁCIL DESINFEÇÃO;

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

PRODUTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

- OS DETERGENTES A USAR SÃO OS COMUNS OU DE USO DOMÉSTICO;
- OS DESINFETANTES MAIS UTILIZADOS SÃO A LIXÍVIA E O ÁLCCOL A 70%;
- PODEM SER UTILIZADOS PRODUTOS DE DESINFEÇÃO RÁPIDA SOB A FORMA DE TOALHETES HUMEDECIDOS – USAR O TOALHETE NUMA SÓ SUPERFÍCIE E DEIXAR SECAR;
- AS PARTES METÁLICAS DAS SUPERFÍCIES OU AS QUE NÃO SÃO COMPATÍVEIS COM LIXÍVIA, DEVEM SER DESINFETADAS COM ÁLCOOL A 70%;
- APÓS APLICAR LIXÍVIA ABRIR AS JANELAS PARA AREJAR E RENOVAR O AR, AJUNDANDO TAMBÉM A SECAR MAIS RAPIDAMENTE.

PRECAUÇÕES BÁSICAS DO CONTROLO DE INFEÇÃO: - LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS -

LIMPEZA E DESINFEÇÃO COM LIXÍVIA

- A LIXÍVIA DEVE SER DILUÍDA NA ALTURA DE UTILIZAR;
- LAVAR PRIMEIRO AS SUPERFÍCIES COM ÁGUA E DETERGENTE;
- ESPALHAR UNIFORMEMENTE A SOLUÇÃO DE LIXÍVIA NAS SUPERFÍCIES;
- DEIXAR ATUAR A LIXÍVIA DURANTE PELO MENOS 10 MINUTOS;
- ENXAGUAR AS SUPERFÍCIES COM ÁGUA QUENTE;
- DEIXAR SECAR AO AR.



PEQUENAS COISAS...PODEM FAZER MUITA DIFERENÇA!

OBRIGADO