

PROCOLO
SANITÁRIO COVID19



1. INTRODUÇÃO
2. OBJETIVOS
3. COVID19 – SINTOMAS, TRATAMENTO, VACINA
 - 3.1. Coronavírus e COVID19
 - 3.2. Sinais e sintomas de COVID19
 - 3.3. Transmissão de COVID19
 - 3.4. Tratamento e vacina
4. DEFINIÇÃO DE CASO
5. PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO
 - 5.1. Para os colaboradores:
 - 5.1.1. Formação;
 - 5.1.2. Equipamento de proteção individual;
 - 5.1.3. Designação dos responsáveis;
 - 5.1.4. Conduta;
 - 5.1.5. Stock de materiais de limpeza e higienização;
 - 5.1.6. Horários/Escalas/Turnos.
 - 5.2. Para os clientes:
 - 5.2.1. Equipamento de proteção individual;
 - 5.2.2. Conduta;
 - 5.3. Para a Organização
 - 5.4. Nos Eventos:
 - 5.4.1. Sinalização e Informação;
 - 5.4.2. Adequação do local de isolamento;
 - 5.4.3. Equipamentos de higienização;
 - 5.4.4. Higiene e desinfeção do local;
 - 5.4.5. Conferência de imprensa e apresentações oficiais;
 - 5.4.6. Antes do evento;
 - 5.4.6.1. Inscrições;
 - 5.4.6.2. Secretariado (levantamento de dorsais e kit de participante).
 - 5.4.7. No dia do evento:
 - 5.4.7.1. Chegada ao local do evento;
 - 5.4.7.2. Partida;
 - 5.4.7.3. Durante a prova/corrída/percurso;
 - 5.4.7.4. Após a passagem na meta;
 - 5.4.7.5. Pódio;
 - 5.4.7.6. Imprensa;
 - 5.4.7.7. Refeição;
 - 5.4.7.8. Banhos.
6. PROCEDIMENTOS EM CASO DE SUSPEITA DE INFEÇÃO:
 - 6.1. Plano de atuação;
 - 6.2. Descontaminação do local de isolamento.
7. REGISTO DE ATOS/INCIDENTES
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS.

1. INTRODUÇÃO

O país, a Europa e o Mundo encontram-se neste momento a viver um surto pandémico como nenhum de nós viveu antes.

A 11 de março de 2020 a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou, oficialmente, o coronavírus como uma pandemia. A Comissão Europeia está a trabalhar em conjunto com a OMS e as autoridades de saúde pública dos Estados Membros, incluindo a DGS, para conter o surto de COVID19. Na UE, o Centro Europeu de Prevenção e Controle de Doenças (CEPCD) encontra-se a monitorizar o surto de forma constante, fornecendo avaliações de risco para orientar os Estados Membros da UE e a Comissão da UE nas suas atividades de resposta.

Na ausência de vacina e tratamentos com eficácia garantida na prevenção/tratamento desta doença, as medidas preventivas como o distanciamento social, etiqueta respiratória e higienização das mãos, são os métodos mais eficazes que possuímos na prevenção da COVID19.

Os ajuntamentos de pessoas e eventos de massas, são um fator preocupante, pelo que o rigor deve assistir a todos que nos eventos participam, incluindo o pessoal de apoio e assistência.

Acreditamos que deverão ser implementadas medidas rigorosas, de forma a aumentar a segurança e diminuir a possibilidade de contágios e propagação do vírus.

A prioridade é garantir a segurança de todos os envolvidos com medidas exequíveis e que permitam a realização dos eventos com sucesso. A Cabreira Solutions pretende proteger todos os participantes nos eventos, pelo que necessita da ajuda de todos, através do cumprimento das regras estabelecidas.

Toda a nossa sociedade desempenha um papel crucial no combate à propagação desta doença.

2. OBJETIVOS

Com a elaboração deste protocolo interno a Cabreira Solutions pretende:

- a. Informar o universo de pessoas que participa e colabora diretamente nos eventos sobre a pandemia COVID-19 e as formas de mitigar o seu impacto;
- b. Criar condições técnicas baseadas nas orientações das entidades competentes para que os eventos possam ser realizados em segurança.

3. COVID19 – SINTOMAS, TRATAMENTO, VACINA

As informações a seguir transcritas estão assentes nas informações fornecidas pela Direção Geral de Saúde.

3.1. Coronavírus e COVID19

O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

COVID-19 é a designação dada pela Organização Mundial da Saúde para identificar a doença provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2.

3.2. Sinais e sintomas de COVID19

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte.

Os dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a segunda semana da doença.

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

3.3. Transmissão de COVID19

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosem ou espirram, e 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 e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências que sugerem que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

3.4. Tratamento e vacina

O tratamento para a infeção por este novo coronavírus é dirigido aos sinais e sintomas que os doentes apresentam e tem como objetivo proporcionar alívio e maior conforto aos doentes.

À data, considerando o conhecimento científico atual e as recomendações da OMS, encontram-se em investigação, algumas estratégias terapêuticas apontadas como potenciais candidatos terapêuticos.

Atualmente não existe vacina que previna a infeção por SARS-CoV-2. Sendo um vírus recentemente identificado, estão ainda em curso investigações em diversos países para o desenvolvimento de uma vacina com eficácia comprovada e que respeite os requisitos necessários de segurança.

3. DEFINIÇÃO DE CASO

De acordo com a Norma nº 004/2020 de 23/03/2020 atualizada a 25/04/2020

Definição de caso suspeito: todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia/dificuldade respiratória, são considerados suspeitos de COVID-19.

Definição de caso confirmado: caso com confirmação laboratorial de infeção por SARS-CoV-2, independentemente dos sinais e sintomas.

Definição de contacto

Pessoa com alto risco de exposição

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
 - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de equipamento de proteção individual);
 - o Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2.
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (exemplo: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos
- Viagem com um caso confirmado de COVID-19:
 - Numa aeronave:
 - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;

- Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
- Num navio:
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Partilha da mesma cabine com o doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente

A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

Pessoa com baixo risco de exposição (contacto casual):

- Contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19;
- Contato frente a frente a uma distância superior a 2 metros / durante menos de 15 minutos.

5. PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO

5.1. PARA OS COLABORADORES

5.1.1. Formação

A empresa forneceu formação específica para todos os Colaboradores sobre:

- Protocolo interno relativo ao surto de coronavírus COVID-19.
- Como cumprir as precauções básicas de prevenção e controlo de infeção relativamente ao surto de coronavírus COVID-19, incluindo os procedimentos:
 - Higienização das mãos: lavar as mãos frequentemente com água e sabão, durante pelo menos 20 segundos ou usar desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70º de álcool ou solução anti-séptica de base alcoólica (SABA), cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas.
 - Etiqueta respiratória: tossir ou espirrar para o antebraço fletido ou usar lenço de papel, que depois deve ser imediatamente deitado ao lixo; higienizar as mãos sempre após tossir ou espirrar e depois de se assoar; evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.
 - Conduta social: alterar a frequência e a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes, evitando (quando possível) o contacto próximo, apertos de mão, beijos, postos de trabalho partilhados, reuniões presenciais e partilha de comida, utensílios, copos e toalhas.
- Como cumprir a auto monitorização diária para avaliação da febre, verificação de tosse ou dificuldade em respirar.
- Como cumprir as orientações da Direção-Geral da Saúde para limpeza de superfícies e tratamento de roupa nos estabelecimentos.

Data da ação	Descrição da ação	N.º Formandos
25-05-2020	Precauções básicas de prevenção e controlo de infeção por COVID19; Auto monitorização diária para sinais e sintomas de COVID19;	32
26-05-2020	Protocolo Interno nas instalações e nos eventos;	32
27-05-2020	Orientações da DGS – Limpeza de superfícies e tratamento de roupas; Equipamentos de proteção individual.	32

5.1.2. Equipamento de proteção individual (EPI's):

A empresa possui e fornece equipamentos de proteção individual a todos os colaboradores consoante a sua função:

- Nas instalações (sem contacto com público): máscara e SABA, sendo privilegiado o teletrabalho quando possível, sem necessidade de contacto entre colegas;
- Nos eventos:
 - Staff sem contacto com público: máscara e SABA;

- Staff com contacto com público, e dependendo da função: máscara, viseira, luvas, bata e SABA.

5.1.3. Designação dos responsáveis

Considera-se Liliana João Monteiro de Sousa, a pessoa responsável por acionar os procedimentos em caso de suspeita de infeção por COVID19 (acompanhar a pessoa com sintomas ao espaço de isolamento, prestar-lhe a assistência necessária e contactar o serviço nacional de saúde).

5.1.4. Conduta

Os colaboradores devem manter a seguinte conduta:

- Auto monitorização diária para avaliação da febre, existência de tosse ou dificuldade em respirar;
- Perante os clientes, utilizar máscara e manter a distância de segurança (2mt) cumprimentando com aceno de cabeça e saudação verbal;
- Manter a distância entre funcionários, evitar contactos físicos, incluindo os apertos de mão;
- Não partilhar objetos entre colaboradores, ou entre colaboradores e clientes, salvo os estritamente necessários;
- Higienizar a sua área de trabalho com frequência com os produtos específicos indicados pela empresa;
- Lavar as mãos à chegada e saída da empresa ou local de trabalho, e com frequência durante o horário de trabalho (poderá utilizar água e sabão ou solução de desinfecção á base de álcool);
- Usar o cabelo apanhado se possível;
- É desaconselhado o uso excessivo de adornos pessoais (pulseiras, fios, anéis, etc.);

5.1.5. Stock de materiais de limpeza e higienização

A empresa possui:

- Stock de materiais de limpeza de uso único proporcional às dimensões do estabelecimento, incluindo toalhetes de limpeza de uso único humedecidos em desinfetante, lixívia e álcool a 70°.
- Dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica ou solução à base de álcool.
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico.
- Equipamento para lavagem de mãos com sabão líquido e toalhetes de papel.

5.1.6. Horários/Escalas/Turnos

- A empresa privilegia o teletrabalho sempre que possível e quando as funções o permitem, de forma a reduzir o número simultâneo de colaboradores no mesmo espaço;
- Na realização dos eventos serão criadas várias equipas mais reduzidas, para cada função, de forma a reduzir as possibilidades de contágio e propagação de COVID19.

5.2. PARA OS CLIENTES

4.2.1. Equipamento de Proteção Individual (EPI)

- A empresa possui Equipamento de Proteção Individual (máscara, luvas, gel desinfetante) disponível para os clientes tanto das instalações como dos eventos (tendo disponível este equipamento para o número máximo de participantes no evento que se realiza em específico).
- Sempre que se justifique, a empresa fornecerá higienizadores de mãos à base de álcool, aos participantes nas atividades.

4.2.2. Conduta:

- Utilizar máscara social;
- Lavar as mãos à chegada e saída dos locais utilizando os dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica ou solução à base de álcool disponibilizados pela empresa;
- Cumprir as regras de distância de segurança e etiqueta respiratória;
- Evitar contactos físicos, incluindo os apertos de mão;
- Fazer pagamentos através de multibanco;
- Cumprir as indicações e recomendações de colaboradores sobre a frequência/permanência em espaços fechados e abertos.

5.3. PARA A ORGANIZAÇÃO

- Ocupação máxima por metro quadrado (m2) recomendada pela Direção-Geral da Saúde, caso sejam atividades desenvolvidas em espaços fechados.
- Manutenção da distância social de segurança entre os participantes nas atividades, de acordo com as recomendações da Direção-Geral da Saúde.
- Ocupação máxima dos meios de transporte utilizados nas atividades, de acordo com as recomendações da Direção-Geral da Saúde.
- Distribuição de informação, no âmbito da atividade, preferencialmente em suporte digital/online.
- Cumprimento de protocolos internos de higienização e segurança por parceiros envolvidos nas atividades.

5.4. NOS EVENTOS

5.4.1. Sinalização e Informação:

Colocação de painel informativo, na zona de acesso aos eventos (secretariado, paddock, locais de entrada...), garantindo que os participantes têm acesso a:

- Protocolo Interno relativo ao surto de coronavírus COVID-19 (este documento será enviado antecipadamente ao participante em formato digital e poderá ser solicitado o envio em formato digital junto ao secretariado);
- Informação sobre como cumprir as precauções básicas de prevenção e controlo de infeção relativamente ao surto de coronavírus COVID-19 (informação sobre lavagem das mãos com água e sabão e com SABA; colocação correta de máscara; sinais e sintomas de COVID19, recomendações da DGS).

5.4.2. Adequação do local de isolamento:

Será cuidadosamente definido um local de isolamento, próximo da zona de partida do evento. Garantindo que este local possui ventilação natural, casa de banho, stock de materiais de limpeza, máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, termómetro, contentor de resíduos autónomo, sacos de resíduos, sacos de recolha de roupa usada, Kit com água e alguns alimentos não perecíveis.

5.4.3. Equipamentos de higienização:

A empresa disponibiliza:

- Dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica ou solução à base de álcool junto aos pontos de entrada/saída, secretariado, abastecimentos, partida/meta, pódios...;

5.4.4. Plano de higienização

- Higienização ou desinfeção dos equipamentos utilizados, antes, durante e após cada atividade, de acordo com as regras aplicáveis a cada tipo de equipamento.
- Higienização ou desinfeção dos meios de transporte utilizados, após cada atividade, e de acordo com as regras aplicáveis a cada tipo de transporte.

- Lavagem e desinfecção das superfícies onde colaboradores e clientes circulam, garantindo o controlo e a prevenção de infeções e resistências aos antimicrobianos.
- Limpeza, várias vezes ao dia, das superfícies e objetos de utilização comum (incluindo balcões, interruptores de luz e de elevadores, maçanetas, puxadores).
- A lavagem a temperaturas elevadas do vestuário usado nas atividades e outros acessórios disponibilizados, por parte dos colaboradores e dos clientes (cerca de 60°C).
- Deve ser dada preferência à limpeza húmida, em detrimento da limpeza a seco e do uso de aspirador de pó.
- Renovação de ar das salas e espaços fechados com regularidade.
- Nos locais onde possam ser distribuídos quaisquer bebidas ou alimentos, caso existam, deverá ser reforçada a higienização dos utensílios, equipamentos e superfícies e evitada ao máximo a manipulação direta dos alimentos por clientes e colaboradores.
- O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfecção 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.
- Para o chão, a lavagem deve ser realizada com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia diluída em água. A frequência de limpeza deve ser no mínimo 2 vezes ao dia.
- Nas instalações sanitárias, a lavagem deve ser realizada, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante porque é de mais fácil aplicação e desinfecção. A frequência de limpeza do chão deve ser no mínimo, 3 vezes ao dia.
- Todo o material utilizado na realização das atividades deve ser desinfetado após cada utilização.

Área a higienizar	Ação	Produto	Doseamento	Equipamento	Método	Frequência
Balcões, bancadas, mesas, secretárias, móveis de escritório	Limpeza e desinfecção	Suma Alcohol Spray (Diversey)	Spray pronto a usar	Pulverização ou com pano embebido no produto	Pulverizar a superfície; Limpar o produto com pano.	Sempre que necessário (min 3x dia)
Computadores, teclados, ratos, equipamentos eletrónicos	Limpeza e desinfecção	Suma Alcohol Spray (Diversey)	Spray pronto a usar	Pano embebido no produto	Pulverizar o pano com o produto; Limpar a superfície com o pano com o produto;	Sempre que necessário (min 3x dia)
Vidros e espelhos	Lavagem e desinfecção	Suma Alcohol Spray (Diversey)	Spray pronto a usar	Pulverização ou com pano embebido no produto	Pulverizar a superfície; Limpar o produto com pano.	Sempre que necessário
Louça sanitários	Lavagem e desinfecção	Lixívia	50ml/4.950litros de água	Esfregão e pano embebido no produto	Aplicar a diluição sobre a superfície; Esfregar com esfregão; Esperar 10min no mínimo; Enxaguar com água limpa com pano. Realizar limpeza na ordem seguinte: lavatórios, cabine duche, bidé, sanita.	Sempre que necessário (min 3x dia)
Pavimento	Lavagem e desinfecção	Bacter-clhor	50gr/10 litros de água	Balde, esfregona	Recolher resíduos;	Sempre que necessário (min 3x dia)

					Diluir produto nas quantidades indicadas; Aplicar a diluição sobre o pavimento a desinfetar; Esperar 3min no mínimo; Enxaguar com água limpa com esfregona	
Local de isolamento	Lavagem e desinfecção	Lixívia	100ml/4.900litros de água	Esfregão e pano embebido no produto	Aplicar a diluição sobre a superfície; Esfregar com esfregão; Esperar 20min no mínimo; Enxaguar com água quente limpa com pano.	Caso o espaço seja utilizado por caso suspeito

Área	Material
Balcões, bancadas, secretárias, móveis de escritório	Pano verde
Computadores, teclados, ratos, equipamentos eletrónicos	Pano azul
Vidros e espelhos	Pano laranja
Louça sanitários	Pano rosa
Pavimento	Espaço comum – balde + esfregona nº1 Sanitários – balde + esfregona nº2
Local de isolamento	Material específico colocado em caixa própria na sala de isolamento: Panos, balde, esfregão, esfregona.

5.4.5. Conferência de Imprensa e Apresentações Oficiais:

As apresentações oficiais e conferências de imprensa, são eventos que decorrem antes da realização do evento e juntam várias pessoas: organizadores, parceiros, patrocinadores e representantes de entidades públicas. Assim, as mesmas poderão realizar-se mediante as regras de segurança a seguir descritas, de forma a diminuir a probabilidade de contágios e propagação de COVID19:

- Escolha de local amplo e arejado naturalmente, privilegiando espaços ao ar livre quando possível;
- Diminuição do número de pessoas constantes na lista de convidados para a apresentação/conferência de imprensa;
- Reconfiguração do espaço de forma a que as cadeiras estejam afastadas entre 1.5m a 2m entre elas;
- O número de lugares sentado não deverá ser inferior ao número de convidados;

- Todos os presentes (convidados, imprensa, oradores e organização) deverão utilizar máscara, e manter a distância social recomendada, abstendo-se de contactos físicos e cumprimentos (incluindo apertos de mãos);
- São disponibilizadas máscaras e solução à base de álcool para desinfeção das mãos à entrada e saída do local;
- Os oradores deverão permanecer sentados com 2m entre si e manter a máscara colocada, podendo retirar a mesma durante o tempo estritamente necessário para a sua intervenção;
- As fotografias de mesa deverão ser tiradas no decorrer da sessão, e com as máscaras colocadas;
- Existirá no exterior e com barreiras de segurança, para adequado distanciamento dos restantes presentes, outdoor para possibilidade de fotos. Estas fotos poderão ser tiradas individualmente sem máscara;
- Caso se pretenda uma foto de grupo, a mesma deverá ser tirada com máscara. Refletindo a realidade atual e incentivando toda a sociedade a cumprir as regras indicadas pela DGS.
- Ponderar a possibilidade de fazer esta conferência de imprensa/apresentação oficial de forma online;

5.4.6. Antes do evento

5.4.6.1. Inscrições:

A inscrição e respetivo pagamento para qualquer evento deverão ser efetuados online, não sendo aceites inscrições ou pagamentos presenciais. No momento da inscrição o participante deve ler e aceitar o protocolo interno da empresa.

5.4.6.2. Secretariado:

O local de secretariado, para levantamento de dorsais e kit de participante terá as seguintes regras de segurança:

- Será dada preferência a escolha de local ao ar livre para realização do secretariado;
- As filas de acesso aos balcões deverão ter um corredor com 2 metros de largura, no qual estão assinalados distanciamentos de 2 metros entre as pessoas da fila (assinalado no chão). Os participantes apenas devem avançar quando solicitado pelo colaborador da organização;
- Os balcões de atendimento ao público serão equipados com uma proteção de acrílico;
- O uso de máscara é obrigatório para os participantes e para os elementos da organização no momento do levantamento dos dorsais/sacos;
- Poderá ser solicitada declaração do participante em como não tem conhecimento de estar infetado ou de ter estado em contacto com pessoa infetada com COVID19 (nos 14 dias anteriores ao evento), e de que não é portador de sintomas de COVID19;
- Poderá ser pensada uma solução para secretariado em sistema drive.

5.4.7. No dia do evento

5.4.7.1. Chegada ao local do evento:

Uma vez que é um local de ajuntamento de pessoas, devem ser implementadas as seguintes regras:

- Qualquer participante que apresente qualquer sintoma indicador de COVID19, não deve deslocar-se para o local do evento;

- Organização, participantes e restantes intervenientes no evento deverão utilizar máscara, e manter a distância social recomendada, abstendo-se de contactos físicos e cumprimentos (incluindo apertos de mãos);
- Solicita-se a todos os participantes a maior atenção a todas as indicações transmitidas pelo *speaker* da prova.

5.4.7.2. Partida:

No momento da partida é obrigatório o uso de máscara ou de viseira, a qual poderá ser retirada apenas quando for iniciada a atividade física (em consonância com a Orientação 030/2020 da DGS).

As partidas terão as seguintes regras:

GRANFONDOS

- Marcações no chão para distanciamento dos atletas, respeitando as normas da DGS;
- Partida separada das 3 distâncias: Granfondo às 8h30 | Mediofondo às 8h50 | Minifondo às 9h10 (excepcionalmente, os participantes não poderão alterar a distância no decorrer do evento)
- Em cada distância serão criadas boxes por escalões, com a seguinte ordem: Elites, M30, M40, M50, M60, M70 e elétricas (estas últimas apenas nas distâncias média e mini). A box subsequente inicia a partida 2 minutos após a passagem na linha de partida do último atleta da box anterior;
- Excepcionalmente será considerado o tempo de prova, ou seja, o tempo entre a passagem de chip eletrónico na linha de partida e na linha de meta.

BTT

- Serão definidos horários de partida por participante ou dupla, a ordem de partida será definida em aditamento;
- A partida será dada sequencialmente e com intervalos temporais de 1 minuto entre participantes;
- Excepcionalmente será considerado o tempo de prova, ou seja, o tempo entre a passagem de chip eletrónico na linha de partida e na linha de meta.

5.4.7.3. Durante a prova/corrída/percurso:

Depois da partida, a distância entre os participantes será maior. Pelo que a organização propõe as seguintes regras:

- As máscaras ou viseiras poderão, sob responsabilidade individual, ser removidas apenas quando for iniciada a atividade física (em consonância com a Orientação 030/2020 da DGS).

- Os elementos de abastecimentos, apoio médico, mecânico, apoio neutro e outros, mantêm a utilização de máscara no decorrer de todo o percurso, assegurando a desinfeção das mãos, de locais e utensílios com frequência.
- Os abastecimentos terão uma maior extensão, e os participantes não podem manipular utensílios e comida, ficando esta tarefa exclusivamente ao encargo dos elementos da organização. Os participantes devem, da forma mais rápida possível, solicitar os itens de alimentação líquida e sólida que pretendem, e após os receberem, afastarem-se para o seu consumo.

5.4.7.4. Após passagem na meta:

O local de meta também estará sujeito a algumas regras de segurança, de forma a evitar o risco de contágios e propagação da doença:

- Após a passagem na linha de meta, os participantes devem continuar mais um pouco até encontrarem um local em segurança para que possam descansar e restabelecer-se do esforço físico;
- Após o descanso previsto no ponto anterior, os participantes poderão deslocar-se à zona de meta/zona de paddock, sendo obrigatória a colocação de máscara para acesso e permanência nesta zona;
- Não existirão entrevistas na linha de meta. Será criada uma tenda de comunicação, afastada deste local, e os participantes poderão ser chamados para entrevista nessa zona, mantendo-se a segurança dos mesmos. Os participantes só poderão deslocar-se a este local se instruídos por elementos da organização e nunca por iniciativa própria;
- As medalhas serão entregues na zona de secretariado e não após passagem na linha de meta. Para levantamento da medalha, o participante deve usar máscara e ter na sua posse o frontal ou dorsal de prova. Do mesmo modo deve cumprir as regras estipuladas para o secretariado constantes no ponto 5.5.6.2.;
- Existirá em zona próxima e com barreiras de segurança, para adequado distanciamento dos restantes presentes, outdoor para possibilidade de fotos. Estas fotos poderão ser tiradas individualmente sem máscara;

5.4.7.5. Pódio:

O protocolo de cerimónia de pódio decorrerá da seguinte forma:

- Os presentes na cerimónia deverão utilizar máscara e/ou viseira, e manter a distância social recomendada, abstendo-se de contactos físicos e cumprimentos (incluindo apertos de mãos), mesmo no momento da receção de troféus ou prémios;
- As fotografias de pódio deverão ser tiradas no decorrer da sessão, e com as máscaras colocadas;
- Caso se pretenda uma foto de grupo, a mesma deverá ser tirada com máscara. Refletindo a realidade atual e incentivando toda a sociedade a cumprir as regras indicadas pela DGS.
- Os assistentes à cerimónia do pódio devem guardar algum distanciamento e utilizar máscara ou viseira;
- Após a cerimónia do pódio e para proteção dos atletas, recomenda-se o respeito pelo seu espaço físico de segurança, não sendo permitidos contactos físicos para cumprimentos, a menos que o corredor sinta segurança para tal.

5.4.7.6. Imprensa:

No decorrer do evento, a imprensa estará sujeita às seguintes regras:

- Todos os elementos da imprensa devem utilizar máscara e/ou viseira de forma permanente;
- Os repórteres de som e imagem devem respeitar o espaço físico de segurança dos corredores e de outros;
- Não existirão entrevistas na linha de meta. Será criada uma tenda de comunicação, afastada deste local, e os participantes poderão ser chamados para entrevista nessa zona, mantendo-se a segurança dos mesmos. Os participantes só poderão deslocar-se a este local se instruídos por elementos da organização e nunca por iniciativa própria;
- Nas entrevistas, aconselha-se utilização de microfone extensível ou de 2 microfones (para entrevistador e entrevistado) que devem ser plastificados e desinfetados imediatamente após cada entrevista;
- Existirá em zona próxima da meta, e com barreiras de segurança, para adequado distanciamento dos restantes presentes, outdoor para possibilidade de fotos. Estas fotos poderão ser tiradas individualmente sem máscara;
- Só são permitidas fotos ou gravações com corredores sem máscara ou viseira se houver distanciamento físico de pelo menos 2 metros se atleta parado ou 10m se atleta em andamento;

5.4.7.7. Refeição:

O serviço de refeições pós-prova será sujeito às seguintes regras:

- Todos os elementos da organização desta área devem utilizar máscara e/ou viseira, e luvas de forma permanente;
- O participante está impedido de manusear utensílios ou comida, ficando esta tarefa exclusivamente para os elementos da organização;
- Deverá ser escolhido local para refeição ao ar livre quando possível, ou local interior amplo com definição de lugares sentado mediante as normas da DGS;
- Dar-se-á preferência por refeições que possam ser entregues ao participante em meal-box, para que o mesmo possa escolher um local em segurança, ao ar livre para a sua ingestão;

5.4.7.8. Banhos:

Excecionalmente, e até indicação em contrário, os eventos serão realizados sem acesso a banhos para os participantes.

6. PROCEDIMENTOS EM CASO DE SUSPEITA DE INFEÇÃO:

6.1. PLANO DE ATUAÇÃO

- O colaborador responsável deve acompanhar o suspeito de infeção ao espaço de isolamento, prestar-lhe a assistência necessária e contactar o Serviço Nacional de Saúde.

6.2. DESCONTAMINAÇÃO DO LOCAL DE ISOLAMENTO

- A descontaminação da área de isolamento sempre que haja casos positivos de infeção e reforço da limpeza e desinfeção sempre que haja suspeitos de infeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo mesmo, conforme indicações da Direção-Geral da Saúde.
- O armazenamento dos resíduos produzidos pelos suspeitos de infeção em saco de plástico que, após fechado (ex. com abraçadeira) deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

7. REGISTO DE ATOS/INCIDENTES

Todos os atos e incidentes que ocorram devem ser registados em formulário próprio (Anexo I).

ANEXO I – FORMULÁRIO DE REGISTO DE OCORRÊNCIAS

Data da ocorrência	Descrição de Ocorrência	Medidas de atuação	Obs.

ANEXO II – FICHAS TÉCNICAS PRODUTOS LIMPEZA

DANIFER®

ficha técnica



GEL ALCOOL

Características

Desinfectante rápido de mãos em gel para prevenção das infecções nosocomiais. Com propriedades bactericidas e virucidas. Actuação imediata. Uso externo. Adequado para a contenção da propagação de vírus.

Modo de Aplicação:

Espalhar nas mãos esfregando até à sua completa evaporação antes e depois de estar em contacto com superfícies e/ou pessoas com potencial de contaminação



Precauções:

P210: Manter afastado do calor, superfícies quentes, faíscas, chamas abertas e outras fontes de ignição. Não fumar.

P280: Usar luvas de proteção/vestuário de proteção/proteção ocular/proteção facial.

P304+P340: EM CASO DE INALAÇÃO: retirar a pessoa para uma zona ao ar livre e mantê-la numa posição que não dificulte a respiração.

P305+P351+P338: SE ENTRAR EM CONTACTO COM OS OLHOS: Enxaguar cuidadosamente com água durante vários minutos. Se usar lentes de contacto, retire-as, se tal lhe for possível. Continue a enxaguar.

P370+P378: Em caso de incêndio: Para extinguir utilizar extintor de pó ABC

P403+P233: Armazenar em local bem ventilado. Manter o recipiente bem fechado

P403+P235: Armazenar em local bem ventilado. Conservar em ambiente fresco

P501: Eliminar o conteúdo/recipiente de acordo com a norma sobre resíduos perigosos ou embalagens e resíduos de embalagens, respectivamente.

Medidas de combate de incêndio:

Meios de extinção apropriados: todos.

Tipo de embalagem: Embalagem de 500 ml. Caixas de 4 x 5 Litros.

Fabricado na U.E. de acordo com as normas para produtos industriais.

FABRICADO NA
U.E. PARA:

Danifer® Higiene Industrial, Lda.

Rua D. Afonso Henriques, 1346

4435-007 Rio Tinto

Telefone: 22 9783590

website: www.danifer.pt

Telefax: 22 9783598

email: danifer@danifer.pt

LIMPEZA DE SUPERFÍCIES

BACTER- CLHOR



PRODUTO LIMPEZA DESINFECTANTE
CLORADO ALTA CONCENTRAÇÃO

Pictogramas de uso:



Apresentação:

LSLG076EX: 4 bilhas de 4 kg.

Pictogramas de sinalização:



Cumpra as normas:

UNE-EN 1276 (Bactericida)

UNE-EN 1650 (Fungicida)

UNE-EN 13697 (Bactericida e
Fungicida de contacto)

Empresa certificada por BVQI:

ENAC Nº 03/C-MA007/ISO 14001
GESTÃO AMBIENTAL



TENSIOACTIVOS BIODEGRADÁVEIS CONFORME:
Regulamento 648/2004/CE

Descrição:

Produto de máxima segurança e eficácia para a limpeza e desinfecção de todo o tipo de superfícies resistentes ao cloro num só passo. Muito efectivo para a eliminação de microorganismos, graças ao seu alto conteúdo em cloro livre. Não contém nem perfumes nem corantes.

Aplicações:

Deferente clorado recomendado especialmente para a Indústria Alimentar, e indicado para uso em desinfecção de contacto, superfícies e equipamentos.

Modo de Utilização:

Norma UNE-EN 1276 (Actividade BACTERICIDA): Diluir dose mínima de 50 gr. de produto em 10 litros de água.

Norma UNE-EN 1650 (Actividade FUNGICIDA): Diluir dose mínima de 10 gr. de produto em 10 litros de água.

Norma UNE-EN 13697 (Actividade DESINFECÇÃO DE CONTACTO): (Bactericida e Fungicida em superfície): Diluir dose mínima de 500 gr. em 10 litros de água.

Diluir o produto nas quantidades indicadas. Aplicar a diluição sobre a superfície a limpar/desinfetar. Esperar pelo menos 3 min. Esfregar com pano limpo ou papel descartável e finalmente enxaguar abundantemente com água até a total eliminação do produto. Aplicação por pessoal especializado. Antes de usar o produto, leia atentamente o rótulo. A fim de evitar riscos para as pessoas e o meio ambiente, siga as instruções de uso.

Características Técnicas:

*PROPRIEDADES: Produto de limpeza Desinfectante Clorado indicado para a limpeza e desinfecção de todo o tipo de bactérias e microorganismos.

*ESPECIFICAÇÕES:

ASPECTO:	Líquido Transparente
COR:	Amarelo
ODOR:	Característico
DENSIDADE (20°C):	1156 - 1160 kg/m³
pH:	12 - 13

*COMPOSIÇÃO: Hipocloritos em solução.

Conservação e Armazenagem:

Guardar na embalagem original bem fechada mantendo-o afastado do frio e calor intenso. Evitar que congele. Não expor a radiação solar directa.

Segurança e Manejo:

PERIGO. Contém: Hipoclorito Sódico e Hidróxido Sódico. Provoca queimaduras na pele e lesões oculares graves. Muito tóxico para os organismos aquáticos. Manter fora do alcance das crianças. Armazenar em local fechado à chave. Não respirar os vapores. Usar luvas de protecção/roupa de protecção/protecção ocular/protecção facial. Lavar mãos cuidadosamente após manuseamento. Lavar a roupa contaminada antes de a voltar a usar. Evitar a libertação para o ambiente. Recolher o produto derramado. Eliminem-se o conteúdo e/ou seu recipiente de acordo com o regulamento sobre resíduos perigosos ou embalagens e resíduos de embalagens respetivamente. Em contacto com ácidos liberta gases tóxicos. USO PROFISSIONAL.

Advertências:

Em caso de acidente consultar o Centro Informação Antivenenos (CIAV) Tel. 808250143.

O nosso DEPARTAMENTO TÉCNICO atenderá sem compromisso qualquer dúvida ou pergunta sobre o produto ou a sua aplicação.

Tel. (+34) 902.116.836

Thomil
profissional

NOTA: A garantia de Thomil, S.A., limita-se à qualidade do produto, recusando qualquer responsabilidade derivada de uma utilização inadequada.

Ctra. Andalucía, km. 18, 28320 Pinto (Madrid) www.thomil.com; profissional@thomil.com



sumá Alcohol Spray

D4.12

Desinfetante à base de álcool sem necessidade de enxaguar

Descrição

Suma Alcohol Spray D4.12 é um desinfetante, pronto a usar, à base de álcool para utilização em áreas alimentares e cozinhas.

Propriedades

Suma Alcohol Spray D4.12 é um desinfetante de ação rápida, para pulverização em áreas alimentares e cozinhas. O produto é seguro para utilizar em superfícies de contacto com alimentos e evapora rapidamente, sem deixar resíduos. É indicado para a desinfecção de superfícies e objetos, tais como tábuas de corte, utensílios, termómetros, mesas e outros pequenos equipamentos de cozinha. Também é adequado para a desinfecção de expositores em supermercados, talhos, etc. Suma Alcohol Spray D4.12 é um produto à base de etanol e é formulado para obter um ótimo efeito biocida, tendo uma ação de largo espectro microbiológico.

Benefícios

- Pronto a usar
- Eficaz contra um largo espectro de microrganismos
- Evapora rapidamente sem deixar resíduos
- Não forma espuma
- Adequado para utilização em áreas sensíveis à água

Instruções de utilização

Suma Alcohol Spray D4.12 é utilizado puro. Aplicar por pulverização sobre as superfícies e deixar secar. Não é necessário enxaguar.

Importante: Evitar pulverizar perto de equipamentos elétricos desprotegidos. Evitar a formação de aerossóis. Não pulverizar sobre superfícies quentes, nem perto de fontes de ignição (p. ex. chamas).



* A.I.S.E.



sumã Alcohol Spray

D4.12

Dados Técnicos

Aspeto: líquido transparente e incolor

pH (puro): 7,0

Densidade relativa (20 °C): 0,85

Ponto de inflamação: 12

Os dados acima correspondem a valores típicos e não devem ser considerados como especificação.

Segurança na armazenagem e manuseamento

Um guia completo sobre manuseamento e eliminação deste produto é fornecido em separado na Ficha de Dados de Segurança (FDS) – sds.diversey.com. Armazenar fechado na embalagem original, afastado de temperaturas extremas.

Apenas para uso profissional/especialistas.

Compatibilidade do produto

Suma Alcohol Spray D4.12 é seguro quando aplicado de acordo com as recomendações em todos os materiais habitualmente encontrados em cozinhas. No entanto, evitar pulverizar em policarbonato e outros plásticos (por ex. plexiglass ou acrílico) que são suscetíveis de "stress cracking".

Em caso de dúvida, é aconselhável testar individualmente os materiais, antes de uso prolongado.

Dados microbiológicos

Cumprir as normas europeias EN1270 e EN1650 em condições limpas com tempo de contacto de 15 segundos, em condições limpas. Tem eficácia virucida de acordo com a Norma Europeia EN14476 (Poliovirus, Adenovirus e Murine Norovirus), a puro, com tempo de contacto de 60 segundos.

Estão disponíveis, a pedido, todos os relatórios dos testes de eficácia.

www.diversey.com

* 2019 Diversey, Inc. Todos os direitos reservados. pt-PT 12/19 K00192



SoftCare[®] MED

H5

Desinfetante de mãos

Descrição

Soft Care Med é um gel, à base de álcool, desenvolvido para a desinfecção das mãos. O produto é indicado para aplicações em todas as áreas, incluindo processamento alimentar, área hospitalar e para desinfecção cirúrgica.

Propriedades

- Soft Care Med é um desinfetante da pele baseado numa mistura de álcool isopropílico e álcool n-propanol. Esta mistura de álcoois cria um desinfetante muito eficiente, altamente eficaz contra os microorganismos residentes e transitórios da pele, tais como bactérias e fungos.
- Soft Care Med foi formulado com um espessante, originando uma viscosidade elevada que permite um tempo de contacto com a pele mais prolongado e consequentemente com melhor desempenho.
- Soft Care Med contém um hidratante que proporciona um cuidado duradouro da pele.
- Testado dermatologicamente.

Benefícios

- Contém uma mistura de álcool isopropílico e álcool n-propanol, o que o torna um desinfetante muito eficaz
- Indicado para a desinfecção higiénica e cirúrgica das mãos
- Sem perfume (adequado para utilização em áreas de processamento alimentar)
- Contém hidratante, evitando que a pele fique seca ou irritada
- Biodegradável e produzido seguindo os critérios éticos

Instruções de Utilização

Aplicar 5 ml de Soft Care Med nas mãos limpas e secas e massajar bem a pele, prestando especial atenção às pontas dos dedos, unhas e entre os dedos. Soft Care Med evapora deixando a pele seca, suave e macia. Para a desinfecção cirúrgica esfregar mãos e braços com Soft Care Med. Adicionar 1 dose de Soft Care Med para garantir que a pele permanece húmida com o produto durante 2 minutos completos.

Dados Técnicos

Aspeto: Gel incolor, transparente

Densidade relativa (20 °C): 0,85

Viscosidade (m.Pas; 25 °C): 100

Os dados acima correspondem a valores típicos e não devem ser considerados como especificação.



**Os níveis de dosagem foram estabelecidos para condições ideais de utilização, pelo que poderão variar de acordo com a situação de cada cliente (dureza da água, nível de sujidade, procedimentos). Para informação mais detalhada, consulte, por favor, o seu representante Diversey.*



Soft Care[®] MED

H5

Segurança na armazenagem e manuseamento

Soft Care Med deve ser armazenado afastado de temperaturas extremas (entre 0 °C e 30 °C).

Um guia completo sobre manuseamento e eliminação deste produto é fornecido em separado na Ficha de Dados de Segurança (FDS) - sds.diversey.com.

Homologações

Soft Care MED foi testado intensivamente e cumpre as seguintes normas europeias:

EN1500 15 segundos; 5 ml

EN13727 (condições limpas, 15 segundos)

EN13727 MRSA estirpes (condições limpas, 15 segundos)

EN13624 leveduricida (condições limpas, 15 segundos)

EN1275 (condições limpas, 15 segundos)

EN1276 (condições limpas, 30 segundos)

EN1650 leveduricida (condições limpas, 15 segundos)

EN14348 (condições limpas, 15 segundos)

EN12791 120 segundos; manter a pele húmida com produto durante 2 minutos.

Soft Care Med foi submetido a testes dermatológicos intensivos e que concluíram que Soft Care Med tem boa compatibilidade com a pele.

www.diversey.com

* 2019 Diversey, Inc. Todos os direitos reservados. pt-PT 10/19 P00381