



JUNHO 2020

**MEDIDAS DE PREVENÇÃO,
HIGIENE E SEGURANÇA
NO CONTEXTO
"CORONAVÍRUS"
FASE II**

tcost
portugal

eco
tuk
tours
LISBOA



ÍNDICE

1. O vírus
2. Recomendações de higiene e entrada no trabalho
3. O que fazer em caso de suspeita de Covid-19?
4. O teu departamento

O VÍRUS - TRANSMISSÃO

Segundo a Direção Geral de Saúde (DGS), a COVID-19 pode transmitir-se através de:

- gotículas respiratórias;
- contacto direto com secreções infecciosas;
- aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem.

Este vírus, segundo informação da DGS, pode transmitir-se por:

- **Contacto direto:** através de gotículas que a pessoa infectada transmite diretamente pela boca, nariz ou olhos de uma pessoa próxima, ao falar, tossir ou espirrar sem respeitar as regras de etiqueta respiratória;
- **Contacto indireto:** no contacto, através das mãos, com superfícies onde foram libertadas gotículas infectadas e posterior contacto destas com a cara, boca, nariz ou olhos sem a prévia higienização das mãos.

A Covid-19 pode ser assintomático, pelo que é importante ter uma atitude preventiva.

O VÍRUS - SINTOMAS

Os sintomas mais comuns são:

- **Febre** (acima dos 38,0°C) e **tosse seca**;
- Fadiga, mialgias (dores no corpo), diarreia, vômito ou alteração do olfato;
- Nos casos mais graves verifica-se **dificuldade respiratória** e mesmo falência de órgãos;

Sabe-se que o vírus pode demorar até 15 dias para manifestar sintomas. Desta forma, **é possível que uma pessoa infetada assintomática espalhe o vírus.**

RECOMENDAÇÕES DE HIGIENE E ENTRADA NO TRABALHO

Sendo a Boost Portugal uma empresa de animação turística os cuidados devem ser redobrados tendo em conta o número de trabalhadores, clientes e meios envolvidos. Nesse sentido **é fundamental seguir as seguintes recomendações:**

- Manter distância e espaço entre as pessoas em todas as situações;
- Fazer autovigilância de sintomas e abstenção social em caso de doença. Auto monitorização diária para avaliação da febre, verificação de tosse ou dificuldades respiratórias;
- Cumprir regras de higienização das mãos por parte de todos os cidadãos (antes de contactar com clientes, após contactar com meios dos clientes ou colegas, antes e após desinfeção de meios, locais, materiais);
- A higienização das mãos pode ser feita em lavagem com água e sabão (40 a 60 segundos) ou com solução antisséptica de base alcoólica (30 segundos);
- A secagem das mãos deve ser feita com recurso a toalhas de papel absorventes e não reutilizáveis;
- As torneiras, portas ou puxadores, após higienização das mãos, deverão ser manuseados ainda com recurso ao toalhete descartável.
- Uso de máscara, sempre que possível e em particular no contacto com pessoas ou quando há partilha de espaços;
- Cobrir a boca e nariz ao espirrar ou tossir;
- Utilizar toalhete de uso único para conter secreções;
- Tossir ou espirrar para braço/ manga;
- Correta desinfeção de equipamentos e superfícies comuns.

RECOMENDAÇÕES DE HIGIENE E ENTRADA NO TRABALHO

Segundo orientação da DGS, a forma mais provável de transmissão da COVID-19 é o contacto próximo (<2m) e prolongado (>15minutos) com pessoa infetada.

Desta forma é importante **criar estratégias que minimizem esta proximidade e tempo de contacto**, tanto entre clientes que não habitam a mesma residência, como entre clientes e colaboradores ou colaboradores entre si.

Assim é fundamental:

- Reduzir a capacidade de carga máxima do espaço para permitir distância segura em todas as circunstâncias;
- Garantir distância mínima de 1 metro nas zonas de atendimento, colocando, sempre que possível, barreira física ou sinalização quando a distância não estiver garantida;
- Garantir que as filas de acesso a zonas de atendimento, ou locais de atividade, ou qualquer outra área comum, sejam feitas com distância mínima de 1 metro entre os utentes, recorrendo a sinalização devida, como marcas e sinaléticas no chão, ou póster informativo, ou com auxílio do staff através de informação verbal reforçada;
- Todo o equipamento utilizado pelos clientes deve ser desinfetado no final da actividade;
- Os colaboradores do processo de limpeza devem assegurar um EPI que, no mínimo, contemple os seguintes equipamentos: bata/avental impermeável, máscara comum, luvas. Usando ou não luvas, deve

- sempre previamente desinfetar as mãos e repetir o procedimento com a frequência ajustada à duração da tarefa;
- Deve garantir-se que todo o espaço e equipamentos a serem utilizados pelos clientes ficam desinfectados;
 - É importante que os locais de trabalho interiores sejam ventilados, preferencialmente através da ventilação natural, através do arejamento (abertura de portas ou janelas), que deve ser assegurado, sempre que possível e pelo menos duas vezes por dia (por exemplo, à hora de almoço e ao fim do dia).;
 - Desinfectar com frequência os postos de trabalho partilhados entre os colaboradores, nomeadamente canetas, POS, terminal MB, cadernos, mesa de refeições, cadeiras, entre outros.

CHEGADA AO LOCAL DE TRABALHO:

- Levar o mínimo indispensável de objectos.
- Após abrir o Portão da Eco e devolver a chave ao porteiro devem ser desinfectadas as mãos com gel fixo junto ao extintor do lado direito (como opção podem lavar as mãos com água e sabão visto que estão relativamente perto do lavatório);
- Entrada da garagem contém caixote do lixo para material (ex: luvas que tenham utilizado em transportes públicos);
- Na zona de refeições/ escritório estará disponível luvas, máscaras, gel e termómetro. Devem sempre registar a temperatura quer na entrada como saída do local de trabalho;
- A disposição dos lugares deve respeitar a distância de segurança;
- Devem ser promovidas conversações através das ferramentas de trabalho e evitar partilha de papéis, canetas, telefones, etc.

- As janelas devem estar abertas o maior tempo possível.
- Quando em eventos/ tours, usar luvas e evitar contacto próximo com clientes, promovendo a constante higienização e distância. Devem ser portadores do seu próprio frasco de gel portátil e evitar tocar e passar objectos de e com outras pessoas.
- As reuniões devem ser realizadas no escritório visto tratar-se do espaço mais amplo para distância de segurança. A sala deve ser sempre desinfectada antes e depois das reuniões e conter produtos como máscaras, luvas e gel. E as mesas devem estar devidamente afastadas.- As janelas devem estar abertas o maior tempo possível.
- Quando em eventos/ tours, usar luvas e evitar contacto próximo com clientes, promovendo a constante higienização e distância. Devem ser portadores do seu próprio frasco de gel portátil e evitar tocar e passar objectos de e com outras pessoas.
- As reuniões devem ser realizadas no escritório visto tratar-se do espaço mais amplo para distância de segurança. A sala deve ser sempre desinfectada antes e depois das reuniões e conter produtos como máscaras, luvas e gel. E as mesas devem estar devidamente afastadas.

RECOMENDAÇÕES DE HIGIENE E ENTRADA NO TRABALHO

Importante! Se existir algum sintoma associado não regressar ao local de trabalho sem antes confirmar que não existe risco pessoal nem colectivo de transmissão. Para tal devem contactar a linha sns 24 (808 24 24 24).

Caso tenhas tido contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos não deves regressar ao teu local de trabalho sem antes contactares a linha sns 24 (808 24 24 24) para seguir as orientações.

Se pertences ao grupo de pessoas sujeitas a dever especial de protecção deves realizar as tuas tarefas através de teletrabalho, ex: hipertensos, diabéticos, doentes cardiovasculares, doentes respiratórios ou oncológicos

O QUE FAZER EM CASO DE SUSPEITA DE COVID-19?

São consideradas suspeitas de COVID-19 pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual), ou febre ($>38^{\circ}\text{C}$), ou dispneia/dificuldade respiratória: se for identificado um cliente suspeito, este deverá ser levado para a área de isolamento e aplicado o Plano de Contingência.

Se for identificado um cliente suspeito em ambiente controlado, deverá seguir-se o respetivo Plano de Contingência consoante indicações e procedimentos da DGS.

Contudo, considerando que no contexto de Animação Turística se encontrarão cenários muito díspares em termos de acessibilidades e infraestruturas, caso não seja possível assegurar o protocolo definido pela DGS, recomenda-se o isolamento/ afastamento imediato do suspeito e contacto direto às linhas oficiais de socorro e emergência

Devem contactar de imediato ou o chefe do vosso departamento ou departamento de Recursos Humanos.

O QUE FAZER EM CASO DE SUSPEITA DE COVID-19?

No caso de existência de suspeita ou confirmação de caso Covid-19 a pessoa deve ser imediatamente reencaminhada para um espaço isolado, O Desassossego de forma autónoma, evitando o contacto quer com colegas como também com espaço físico e material.

Deve ficar isolado na sala que contém álcool gel, termómetro, luvas, máscara, água, sumo e bolachas, entrar em contacto com SNS e aguardar indicações.

O contacto feito com familiares é realizado pela empresa caso necessário.

O TEU DEPARTAMENTO: ECO TUK

Para além da habitual limpeza diária a nível exterior, será obrigatória a desinfeção do interior do Tuk antes de cada tour. Para o efeito serão disponibilizadas luvas de latex que devem ser utilizadas durante a operação de limpeza/ desinfeção sendo que as mesmas devem ser colocadas em caixote de lixo no final do processo. Irá ser utilizada solução desinfetante à base de lixívia e/ ou álcool 70% na desinfeção dos pontos chave obrigatórios abaixo descritos:

Zona de passageiros:

- cintos de segurança Álcool 70%*;
- apoios para as mãos e outros locais que normalmente os passageiros utilizam para proceder à entrada no tuk (álcool 70% ou solução de água com lixívia)*;
- bancos (solução de água com lixívia);
- tapete - pulverizar com solução de água e lixívia (só ao final da jornada ou entre tours se existir tempo para a secagem do mesmo).

*Excepções : poderá vir a ser autorizada a limpeza do veículo fora das nossas instalações em situações em que o número de tours impeça o regresso em tempo útil à garagem para a realização do mesmo, nestas situações a limpeza terá enfoque apenas na zona dos passageiros e para o efeito será disponibilizado um conjunto de luvas, frasco de álcool/ toalhetes descartáveis.

Zona do condutor/ guia:

- cinto de segurança - solução de água com lixívia;
- tablier - solução de água com lixívia;
- volante - solução de água com lixívia;
- punhos - álcool 70%;
- botões, luzes e piscas - álcool 70%;
- alavanca das mudanças - solução de água com lixívia;
- alavanca do travão de mão - solução de água com lixívia;
- espelhos - solução de água com lixívia.

Estes processos devem ser feitos de manhã, antes do início da jornada de trabalho, repetidos entres tours e ao final do dia.

Existirá uma folha para registo da desinfeção do veículo com data/ hora / responsável.

NDP (Normas de proteção e desinfeção pessoal guia e clientes)

O guia terá ao seu dispôr um conjunto de meios de protecção individual:

- viseira;
- máscara (trocar sempre que mude de clientes ou de 4 em 4 horas);
- luvas de látex;
- frasco de álcool gel.

A **recepção dos Clientes** deverá ser feita respeitando um distanciamento mínimo de 2 metros de segurança (sempre que possível).

- O guia deve solicitar e disponibilizar aos clientes álcool gel para desinfetarem as mãos e colocarem as respetivas máscaras antes de entrarem no tuk e iniciarem o tour. Em situações em que o cliente não venha munido de máscara o guia deverá ter máscaras extra para disponibilizar ao/s clientes.
- O cliente deverá entrar no tuk sem o auxílio do guia para que se cumpra o distanciamento social.
- Sempre que se realize uma paragem em que os clientes saiam do tuk, deverá no regresso ser disponibilizado ao/s clientes álcool gel para repetir o processo de higienização das mãos (antes de entrarem no Tuk verificar a colocação das máscaras novamente).
- Deverá ser recordado aos clientes que devem manter distanciamento social sempre que ocorrer uma paragem.

boost
portugal

RH@BOOSTPORTUGAL.COM

2020