



União das Freguesias Pataias e Martingança



PLANO DE CONTINGÊNCIA MERCADO DE PATAIAS COVID-19

ELABORADO POR

União das Freguesias de Pataias e Martingança

Alteração efetuada em 8 de abril de 2021

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

SIGLAS E ACRÓNIMOS UTILIZADOS

CMA	Câmara Municipal de Alcobaça
UF	União de Freguesias de Pataias e Martingança
GNR	Guarna Nacional Republicana
SMPC	Serviço Municipal de Proteção Civil
DGS	Direção-Geral de Saúde
OUTRAS	

ÍNDICE

1 - INTRODUÇÃO

2 - OBJETIVOS

3 - SITUAÇÃO

4 - EXECUÇÃO

4.1 - DIREÇÃO E COORDENAÇÃO

4.2 - INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO

4.3 - ATIVAÇÃO DO PLANO

4.4 - AÇÕES A DESENVOLVER PELOS SERVIÇOS

5 - PROCEDIMENTOS

5.1 - PARA OPERADORES/FEIRANTES E CONSUMIDORES COM DOENÇA OU EXPOSIÇÃO A CONTATO COM INFETADO POR COVID -19

5.2 - PROCEDIMENTOS PARA O FUNCIONAMENTO DO MERCADO

6 - LOGISTICA

7 - BIBLIOGRAFIA

ANEXOS:

ANEXO 1 - PLANTA / Layout do espaço do mercado com entrada(s) e saída(s)

ANEXO 2 - Informação medidas de prevenção (colocar fotografias de cartazes alusivos à sensibilização das medidas implementadas no mercado)

ANEXO 3 - Cartazes da DGS

ANEXO 4 - Constituições do Kit e sala de isolamento

ANEXO 5 - Plano de Higienização

ANEXO 6 – Medidas a adotar pelos restaurantes

1. INTRODUÇÃO

Na sequência da publicitação do Despacho n.º 2836-A/2020, de 2 de março, em alinhamento com a Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), assim como Resolução do Conselho de Ministros n.º 19/2021, de 13 de março que estabelece uma estratégia de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19 e consequentemente o Decreto n.º 6/2021, de 3 de abril, regulamenta o estado de emergência decretado pelo Presidente da República.

Entre as várias medidas adotadas através daquela Resolução, o Governo veio definir medidas excecionais e específicas quanto a atividades relativas aos estabelecimentos de comércio a retalho, de prestação de serviços, estabelecimentos de restauração, bem como a outros operadores económicos de forma a assegurar o bom funcionamento das cadeias de abastecimento de bens e serviços essenciais.

No âmbito da competência relativa ao mercado:

De acordo com o Decreto nº 6/2021, de 3 de abril:

Artigo 22.º

Feiras e mercados

- 1 — É permitido o funcionamento de feiras e mercados, mediante autorização do presidente da câmara municipal territorialmente competente, de acordo com as regras fixadas nos números seguintes.
- 2 — Para cada recinto de feira ou mercado deve existir um plano de contingência para a doença COVID -19, elaborado pelo município competente ou aprovado pelo mesmo, no caso de feiras e mercados sob exploração de entidades privadas.
- 3 — O plano de contingência deve ser disponibilizado no sítio do município na Internet.
- 4 — A reabertura das feiras e mercados deve ser precedida de ações de sensibilização de todos os feirantes e comerciantes, relativas à implementação do plano de contingência e sobre outras medidas de prevenção e práticas de higiene.
- 5 — O plano de contingência referido nos números anteriores deve, com as necessárias adaptações, respeitar as regras em vigor para os estabelecimentos de comércio a retalho quanto a ocupação, permanência e distanciamento físico, assim como as orientações da DGS, prevendo um

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

conjunto de procedimentos de prevenção e controlo da infeção, designadamente:

- a) Procedimento operacional sobre as ações a desencadear em caso de doença, sintomas ou contacto com um caso confirmado da doença COVID -19;
- b) Implementação da obrigatoriedade do uso de máscara ou viseira por parte dos feirantes, comerciantes e dos clientes;
- c) Medidas de distanciamento físico adequado entre lugares de venda, quando possível;
- d) Medidas de higiene, nomeadamente a obrigatoriedade de cumprimento de medidas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória, bem como a disponibilização obrigatória de soluções desinfetantes cutâneas, nas entradas e saídas dos recintos das feiras e mercados, nas instalações sanitárias, quando existentes, bem como a respetiva disponibilização pelos feirantes e comerciantes, quando possível;
- e) Medidas de acesso e circulação relativas, nomeadamente:
 - i) À gestão dos acessos ao recinto das feiras e dos mercados, de modo a evitar uma concentração excessiva quer no seu interior quer à entrada dos mesmos;
 - ii) Às regras aplicáveis à exposição dos bens, preferencialmente e sempre que possível, mediante a exigência de disponibilização dos mesmos pelos feirantes e comerciantes;
 - iii) Aos procedimentos de desinfeção dos veículos e das mercadorias, ajustados à tipologia dos produtos e à organização da circulação;
- f) Plano de limpeza e de higienização dos recintos das feiras e dos mercados;
- g) Protocolo para recolha e tratamento dos resíduos.

6 — Sem prejuízo das competências das demais autoridades, as autoridades de fiscalização municipal, a polícia municipal e as entidades responsáveis pela gestão dos recintos das feiras e dos mercados, consoante os casos, podem contribuir para a monitorização do cumprimento dos procedimentos contidos nos planos de contingência.

2. OBJETIVOS

Por forma a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para retoma da atividade comercial que se desenvolve nas feiras retalhistas, elaborou-se o presente Plano de Contingência que constitui um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção.

O Plano define, nomeadamente:

- A estrutura de decisão, coordenação, monitorização e divulgação de informação.
- Os procedimentos a adotar de forma a conter a propagação da doença junto dos feirantes,

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

consumidores e trabalhadores da União de Juntas de Freguesias de Pataias e Martingança

Este documento não prevê ações de tratamento médico. Nestas circunstâncias deverão seguir-se as orientações da Direção-Geral da Saúde. As situações não previstas no presente Plano deverão ser avaliadas caso a caso.

3. SITUAÇÃO

A União de Freguesias de Pataias e Martingança tem sob a sua gestão o Mercado de Pataias cujo recinto se situa no lugar de Pataias onde se desenvolvem as atividades de comércio a retalho e prestação de serviços de restauração e bebidas não sedentárias, integrando cerca de 170 agentes económicos. Trata-se de espaço propenso à aglomeração de um elevado número de pessoas, quer pela forma como os espaços de venda estão posicionados entre si, quer ainda porque implicam o contacto direto entre indivíduos, pelo que, face à atual situação epidemiológica, consideramos no presente plano a sua especial vulnerabilidade.

Neste contexto identificam-se os seguintes intervenientes:

- CMA;
- União de Freguesias de Pataias e Martingança
- SMPC;
- GNR;
- Feirante;
- Colaboradores dos feirantes;
- Consumidores;
- Trabalhadores da União das Freguesias de Pataias e Martingança

4. EXECUÇÃO

Este plano aplica-se a todos os operadores / feirantes, colaboradores dos operadores / feirantes, consumidores e trabalhadores da União de Freguesias de Pataias e Martingança que interagem direta ou indiretamente no recinto do Mercado de Pataias.

No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão atribuídas.

A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19 pela União das Freguesias de Pataias e Martingança no espaço de mercado será ponderada tendo

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas autoridades de saúde e do Governo e a atuação por parte de todos os intervenientes.

4.1 DIREÇÃO E COORDENAÇÃO

De forma a garantir a continuidade dos recintos em funcionamento, é imprescindível concertar ações e promover a partilha de informação entre os intervenientes.

Neste sentido, estabelece-se que o presente plano ficará sob Direção do Presidente da União das Freguesias de Pataias e Martingança, coadjuvado pelos elementos do Executivo da União das Freguesias, por uma equipa de funcionários à sua ordem, sendo apoiados pela Veterinária Municipal, Serviço de Saúde Local, Coordenador Municipal de Proteção Civil e apoiado policialmente pela Guarda Nacional Republicana.

Esta equipa é responsável por:

- a) Acompanhar a evolução da situação;
- b) Elaborar e divulgar relatórios de situação;
- c) Promover a disponibilização do Plano no sítio da Junta e Município na internet;
- d) Realizar alterações ao Plano de Contingência sempre que necessário e oportuno.

4.2 INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO

O Gestor do Plano será o Presidente da União das Freguesias de Pataias e Martingança responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência no mercado, centralizar a informação, elaborar relatórios semanais e reportar os dados à Equipa de Coordenação, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

A articulação com a Autoridade de Saúde Local será garantida pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, que assegurará a divulgação de informação considerada pertinente ao Gestor do Plano.

4.3 ATIVAÇÃO DO PLANO

O Plano é ativado pelo Senhor Presidente da Junta da União das Freguesias atendendo a uma das seguintes situações:

- a) Orientações emanadas pela DGS;
- b) Na iminência da proliferação generalizada de casos de COVID-19 no recinto;
- c) Surgimento de um caso de contaminação ou suspeita de contaminação COVID-19.

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

A desativação do Plano de Contingência é da responsabilidade do Diretor do Plano, em articulação com a Equipa de Coordenação.

4.4 AÇÕES A DESENVOLVER PELOS SERVIÇOS

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos: fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação. As ações descritas em cada uma das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

FASE DE PREVENÇÃO:

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a) Divulgação do Plano no sítio do Município e da Junta na Internet.
- b) Divulgação de informação pertinente sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- c) Reforço de medidas de limpeza no mercado;
- d) Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento do mercado;
- e) Promoção de ações de sensibilização junto dos feirantes relativas à implementação do plano de contingência e outras medidas de prevenção e práticas de higiene;
- f) Identificação das tarefas essenciais dos trabalhadores da União de Juntas de Freguesias de Pataias e Martingança;
- g) Nomear os trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;
- h) Deverá também ser indicado qual o trabalhador designado para acompanhamento ao espaço de isolamento (devidamente identificado) para eventual suspeito de infeção.
- i) Disponibilizar soluções de base alcoólicas de desinfeção na entrada/saída e no interior do recinto da feira;
- j) Monitorizar e acompanhar a situação.

FASE DE RESPOSTA:

Esta fase é desencadeada pela referenciação de possíveis casos de contágio em qualquer interveniente, e compreende as seguintes ações:

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

- a) Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- b) Reforço da limpeza do recinto do mercado;
- c) Garantir a existência de produtos de higiene no recinto do mercado, de modo a reforçar uma boa higienização das mãos;
- d) Garantir a reposição dos kits de proteção individual a equipa de fiscalização;
- e) Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas de infeção por COVID-19 no recinto e durante a realização do mercado;
- f) Implementar medidas com vista à contenção da disseminação da doença, providenciando meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), entrega de um kit de proteção individual e encaminhamento para um espaço de isolamento devidamente identificado e equipado;
- g) Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.
- h) Informar os munícipes sobre a eventual perturbação no funcionamento do mercado;
- i) Recolher a identificação dos trabalhadores que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

FASE DE RECUPERAÇÃO

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos na comunidade, pela recuperação clínica dos últimos infetados e pelo regresso gradual da normalidade, culminando com a desativação do Plano. É caracterizada pelas seguintes ações:

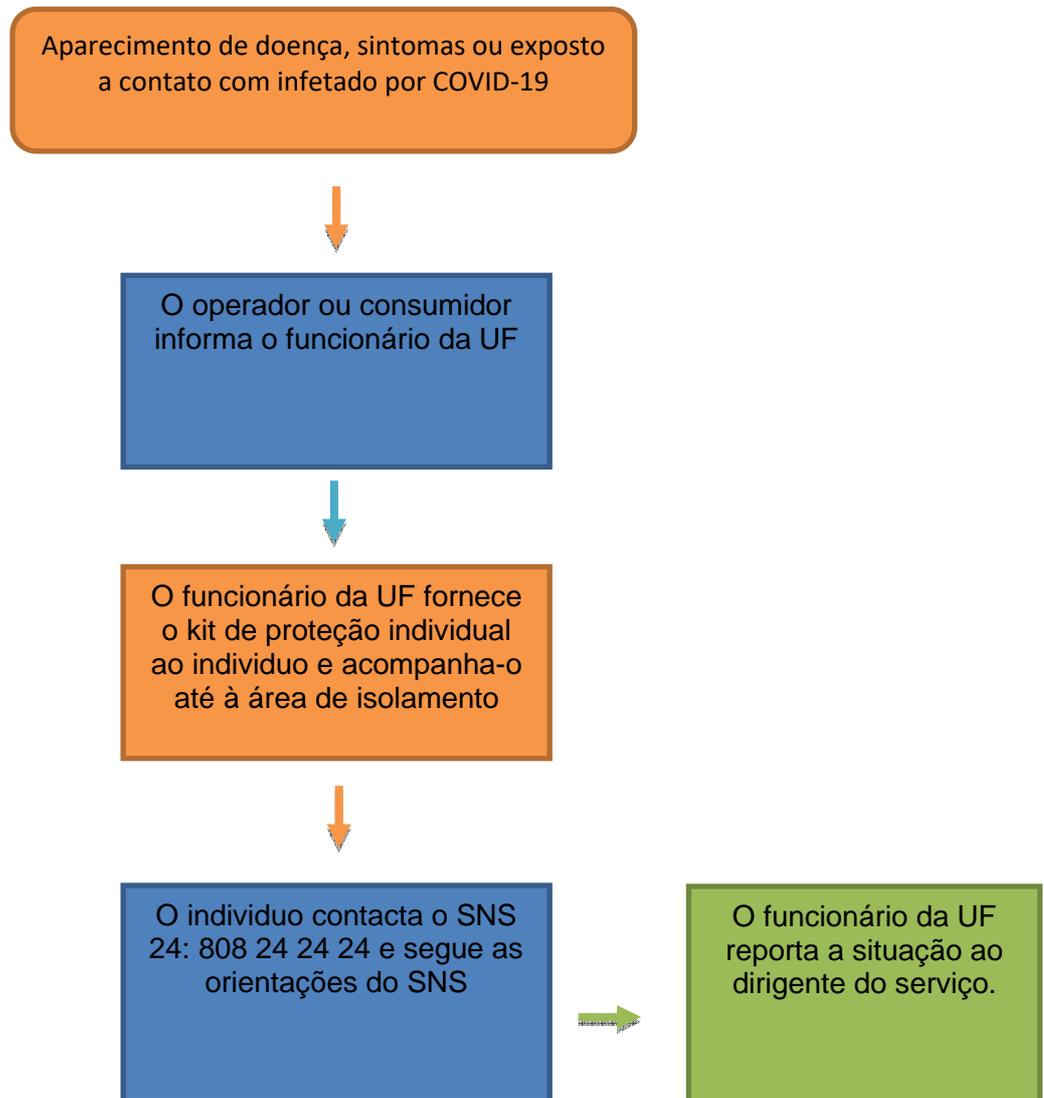
- a) Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza de instalações;
- b) Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subsequentes de infeção;
- c) Informação aos munícipes sobre a reativação e normalização do funcionamento do mercado;
- d) Recolher os kits de proteção individual não utilizados;
- e) Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;
- f) Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

5. PROCEDIMENTOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento do mercado.

5.1 PROCEDIMENTOS PARA OPERADORES E CONSUMIDORES COM DOENÇA, SINTOMAS OU EXPOSIÇÃO A CONTATO COM INFETADO POR COVID-19

Fluxograma de procedimentos para operadores e consumidores com doença, sintomas ou expostos a contato com infetado por COVID-19



5.2- PROCEDIMENTO PARA O FUNCIONAMENTO DO MERCADO

De acordo com as orientações da DGS e Decreto n. 96/2021, de 3 de abril (regulamenta o estado de emergência decretado pelo Presidente da República) a abertura do funcionamento das feiras e mercados fica sujeito ao cumprimento das seguintes regras:

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

Regras de ocupação, permanência e distanciamento físico:

- a) A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regra de ocupação máxima indicativa de 0,05 pessoas por metro quadrado de área (1 pessoa por cada 20 m²);
- b) Manter uma distância mínima de dois metros entre as pessoas;
- c) Definição de barreira de distanciamento físico de forma a assegurar o distanciamento de 2 metros entre o operador e o consumidor;
- d) Existência de distanciamento físico de lugares de venda;
- e) O atendimento terá de ser efetuado de forma organizada, limitado a um consumidor de cada vez, respeitando as regras de higiene e segurança;
- f) Garantir que os consumidores permanecem no espaço do mercado o tempo estritamente necessário à aquisição dos bens ou serviços, tendo sido elaborado em formato áudio informação veiculada a todos durante o funcionamento do mercado através de sistema de som;
- g) O encerramento dos portões de acesso ao edifício do Mercado de molde a monitorizar as entradas e saídas;
- h) Definição de acessos exclusivos de entrada e saída, permitindo a monitorização da ocupação máxima autorizada;
- i) Colaboração de elementos do Corpo de Bombeiros Voluntários de Pataias, GNR de Pataias, Serviço Municipal de Proteção Civil e Autoridade de Saúde Local para coordenação e sensibilização à população e operadores da necessidade destas medidas;
- j) Os estabelecimentos de restauração e bebidas devem preferencialmente funcionar em regime de *take-away* (nº 1 do artigo 25º do Decreto nº6 de 3 de abril – Restauração e Similares).

Regras de higiene:

- a) Os operadores terão de ter para disponibilização aos consumidores, solução antisséptica de base alcoólica;
- b) Obrigatoriedade, no espaço do mercado, o uso de máscara ou viseira por parte dos operadores e dos consumidores;
- c) Obrigatoriedade, no espaço do mercado, o uso de luvas pelos operadores;
- d) Proibição de manuseio de produtos expostos, conforme instruções afixadas em local bem visível nas instalações do mercado;
- e) A colocação de doseadores de gel alcoólico desinfetante no mercado, nomeadamente nas zonas de acesso (entradas e saídas);
- f) Existência de dois pontos de higienização de mãos no mercado, permitindo o reforço deste procedimento;
- g) Recolha dos produtos adquiridos na área da banca de exposição reservada e sinalizada para o efeito;
- h) Os operadores devem promover a limpeza e desinfeção, após cada utilização ou interação,

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

dos terminais de pagamento automático (TPA), equipamentos, objetos, superfícies, produtos e utensílios de contacto direto com os clientes;

- i) Promover as boas práticas de higiene na troca de numerário, através da utilização de um recipiente para colocação do mesmo, evitando assim o contato direto do cliente com o operador;
- j) A implementação do plano de higienização reforçado com desinfecção dos espaços de cada um dos referidos mercados e respetivas zonas envolventes, após a venda (Anexo 5);
- k) Todo o resíduo produzido no exercício de atividade do operador deverá ser colocado nos contentores respetivos de forma a permitir a higienização do espaço e o devido encaminhamento dos mesmos;
- l) Os operadores e consumidores terão contentores disponíveis no interior do espaço para os EPI's que deverão ser acondicionados em saco próprio e sinalizado para o efeito, para posteriormente serem encaminhados para o destino adequado;
- m) Encaminhamento dos resíduos relativos aos EPI's como resíduos indiferenciados, à exceção dos resíduos provenientes da área de isolamento, com encaminhamento de resíduos tipo III, seguindo as normas emanadas da DGS;
- n) Observância das recomendações e regras do SNS e do Governo aplicáveis.

Atendimento prioritário:

Criação de horário de atendimento prioritário aos:

- Maiores de 65 anos;
- Mobilidade reduzida;
- Grávidas;
- Com crianças de colo até 2 anos;
- Profissionais de saúde;
- Os elementos das forças e serviços de segurança;
- Os elementos de proteção e socorro;
- O pessoal das forças armadas;
- O pessoal de prestação de serviços de apoio social.

Dever de prestação de informações

Ações de sensibilização direcionada aos operadores relativa à implementação do plano de contingência e sobre outras medidas de prevenção e práticas de higiene.

Afixação no mercado, de forma bem visível, de informação relativa a regras de ocupação máxima de funcionamento, acesso, prioridade, atendimento, higiene, segurança e outros relevantes aplicáveis a cada estabelecimento, seguindo as orientações de autoproteção emanadas pela Direção-Geral de Saúde e do Governo.

6- LOGÍSTICA

Para a implementação deste plano é fundamental o envolvimento e apoio de vários serviços, nomeadamente:

Serviço Municipal de Proteção Civil

(Em articulação com a Autoridade de Saúde Local)

União das Freguesias de Pataias e Martingança

- Assegura a cedência, colocação e recolha de grades no recinto do mercado;
- Plano de higienização e limpeza do recinto assegurando a operação;
- Protocolo para tratamento dos resíduos designadamente EPI's;
- Fiscalização dos procedimentos do presente plano;
- Procedimentos de desinfeção de veículos e das mercadorias.

Guarda Nacional Republicana

o Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento e segurança do mercado.

7 - BIBLIOGRAFIA

- Resolução do Conselho de Ministros n.º 19/2021, de 13 de março, estabelece uma estratégia de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19.
- Decreto n.º 6/2021, de 3 de abril, regulamenta o estado de emergência decretado pelo Presidente da República.
- Despacho nº 2836-A/2020, de 2 de março.
- Orientação nº 006/2020, de 26 de fevereiro da DGS – Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas;
- Orientação nº 011/2020, de 17 de março da DGS - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público;
- Orientação nº 014/2020, de 21 de março da DGS - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

- Orientação n.º 023/2020 de 08 de maio de 2020, atualizada a 20 de julho, COVID-19: Procedimentos em estabelecimentos de restauração e bebidas.
- Informação nº 009/2020 de 13 de maio da DGS – COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO - Uso de Máscaras na Comunidade;
- Plano de Contingência COVID-19 – União das Freguesias de Pataias e Martingança, aprovado em 6 março de 2020, com atualizações a 18 de maio, 05 de junho de 2020 e 08 de abril de 2021.

https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/01-DGS_lavarmaos_adultos.pdf
(consultada a 08-04-2021)

https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/01-DGS_lavarmaos_alcool_adultos.pdf (consultado a 21-05-2020)

<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/05/Recomenda%C3%A7%C3%B5es-Gerais-V18-05-2020.pdf> (consultado a 08-04-2021)

<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/04/recomanda%C3%A7%C3%B5es-para-as-compras.pdf> (consultado a 08-04-2021)

<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/05/M%C3%A1scaras2.pdf> (consultado a 04-08-2021)

<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/05/MEDIDAS-GERAIS.pdf> (consultado a 08-04-2021)

https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/CARTAZES-COVID19-V25-02-2020_SINTOMAS.pdf (consultado a 08-04-2021)

PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

ANEXO 1 –PLANTA / Layout do espaço do mercado com entradas e saída



PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

ANEXO 2- Informação medidas de prevenção

STOP STOP STOP STOP STOP

OBRIGATÓRIO O USO DA MÁSCARA!



MANTENHA O DISTÂNCIAMENTO SOCIAL

STOP STOP STOP STOP STOP

OBRIGATÓRIO A LAVAGEM DAS MÃOS COM ÁLCOOL GEL!

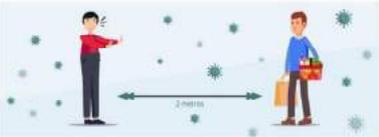


LAVAGEM DAS MÃOS (sem água sabão e álcool)

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

! ! ! !

MANTENHA A DISTÂNCIA DE 2M



POR FAVOR RESPEITE A SINALIZAÇÃO DAS ENTRADAS E SAÍDAS



MERCADO - PATAIAS - CLIENTES

RESTAURAÇÃO 250 PESSOAS RESTANTE 750 PESSOAS

LOTAÇÃO RESTAURAÇÃO 250 PESSOAS RESTANTE 750 PESSOAS

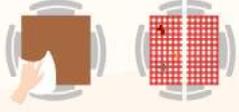
ABERTO - LUN - PATAIAS

HORÁRIOS PÚBLICO 08h00-12h30 OPERADORES 05h00-13h00

OBRIGATÓRIO USO MÁSCARA

Informações sobre o Covid-19 em: [ultram.pt/covid-19](#)

MEDIDAS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO A ADOTAR PELA RESTAURAÇÃO

<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p>  <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>	<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p> <p>As mesas devem ser limpas e desinfectadas e as toalhas trocadas, entre cada cliente, com produtos recomendados e adequados</p>  <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>	<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p> <p>Os colaboradores não devem entrar em contacto com alimentos expostos e prontos para comer com as próprias mãos e devem usar utensílios adequados</p>  <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>
<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p> <p>A loiça utilizada pelos clientes deve ser lavada na máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C)</p>  <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>	<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p> <p>Limpar e desinfectar pelo menos seis vezes por dia, e com recurso a produtos adequados, todas as zonas de contacto frequente.</p> <p>Por exemplo, maçanetas de portas, torneiras de lavatórios, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, etc.</p>  <p>6x Dia</p> <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>	<p>COVID-19</p> <p>18 MARÇO 2021</p> <p>MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES</p> <p>Desinfectar após cada utilização, com recurso a desinfetantes adequados, os equipamentos críticos</p> <p>Tais como terminais de pagamento automático e ementas individuais</p>  <p>#SEJAMAGENTESDAÚDEPÚBLICA #ESTANÇOSON #MANTENHAOS HIGIENIZADOS</p>

É PROIBIDO

MEXER

NOS

PRODUTOS



APENAS OS

OPERADORES O

PODEM FAZER

**Retire as
suas
compras **no**
Ponto de
Recolha de
Compras.**

COMO LAVAR AS MÃOS?

1. MOLHE AS MÃOS COM ÁGUA



2. APLIQUE SABÃO SUFICIENTE ATÉ COBRIR TODAS SUPERFÍCIES DAS MÃOS



3. ESFREGUE AS PALMAS DAS MÃOS UMAS NAS OUTRAS



4. ESFREGUE PALMA COM PALMA COM DEDOS ENTRELACADOS.



5. ESFREGAR OS POLEGARES EM SENTIDO ROTATIVO.



6. ESFREGAR ROTATIVAMENTE OS DEDOS NA PALMA DA MÃO CONTRÁRIA.



7. ESFREGAR O PULSO COM A MÃO CONTRÁRIA



8. ENXAGUAR AS MÃOS E PULSOS COM ÁGUA



9. SECAR AS MÃOS COM TOALHETE
DESCARTAVEL DE UTILIZAÇÃO ÚNICA



A lavagem deve durar no mínimo 20 segundos.

The infographic features a central illustration of two men standing on a path in a park-like setting. The man on the left is wearing a red shirt and dark trousers, gesturing towards the man on the right. The man on the right is wearing a blue sweater and dark trousers, carrying a shopping bag. Between them is a wooden bench with a sign that reads "1,5 - 2 metros" with a double-headed arrow indicating the distance. Several blue virus-like icons are scattered around the scene. The background consists of stylized green trees and hills.

COVID-19 MEDIDAS GERAIS 15 DE MAIO 2020

DISTANCIAMENTO SOCIAL

Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de **1,5 - 2 metros**

1,5 - 2 metros

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE SNS SERVIÇOS NACIONAIS DE SAÚDE DGS Direcção-Geral da Saúde

Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

18/05/2020

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

Continuamos
juntos nesta
nova etapa



Sem esquecer os cuidados
para vencer o vírus

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

18/05/2020

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

MÁSCARA

Em espaços
públicos fechados
utilize máscara



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

18/05/2020

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

14 DE MAIO 2020

HIGIENE DAS MÃOS

Lave
frequentemente
as mãos com
água e sabão ou
use uma solução
à base de álcool



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e das Direitas Conexas (D.L. 63/85, de 14 de Março)

18/05/2020



**SEJA UM AGENTE DE
SAÚDE PÚBLICA**

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

A PROTEGER A SUA SAÚDE

18/05/2020

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando **espurrar**
ou tossir, tape o
nariz e a boca
com um lenço de
papel ou com o
braço.

Deite o lenço no
lixo



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



18/05/2020

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS (com uma solução à base de álcool)



Duração total do procedimento: **20 segundos**



01
Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



02
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



03
Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



04
Palma com palma com os dedos entrelaçados



05
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



06
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Partilhe informação e boas práticas sobre o COVID-19

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool.



ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço, mesmo se tiver máscara.



USO DE MÁSCARA

Use a máscara:

- em espaços fechados
- em locais abertos quando não for possível manter a distância de segurança.



SE TIVER SINTOMAS

Não vá trabalhar.
Caso o seu filho tenha sintomas, não o leve à escola.
Evite sair à rua se estiver doente.



DISTANCIAMENTO FÍSICO

Mantenha a distância de 2 metros das outras pessoas.



REDUÇÃO DE CONTACTOS

Sempre que possível, limite o número de contactos físicos com outras pessoas.



VENTILAÇÃO DOS ESPAÇOS

Mantenha os espaços bem arejados. Opte por ventilação natural.



LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES

Limpe e desinfete as superfícies com frequência.



SE TIVER ALGUM DOS SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA



PERDA OU DIMINUIÇÃO DO OLFACTO OU PALADAR

LIGUE
SNS 24

808 24 24 24

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



CORONAVÍRUS (COVID-19)



TOGSE

COUGH



FEBRE

FEVER



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

SHORTNESS OF BREATH



REGRESSOU DE ALGUMA DAS
ÁREAS AFETADAS?
HAVE YOU RETURNED FROM ANY
AFFECTED AREAS?

OU
OR



CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH
AN INFECTED PATIENT

LIGUE PARA
PLEASE CALL

SNS 24 ☎
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP



COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR** 
- 2º **VER A POSIÇÃO CORRETA**
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima) 
- 3º **COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS** 
- 4º **AJUSTAR AO ROSTO**
Do nariz até abaixo do queixo 
- 5º **NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS** 

DURANTE O USO

- 1º **TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA** 
- 2º **NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR** 
- 3º **NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**
Se o fizer, lavar as mãos de seguida 

COMO REMOVER

- 1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER** 
- 2º **RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS** 
- 3º **DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA** 
- 4º **LAVAR AS MÃOS** 

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

COMO PLANEAR E COMPRAR ALIMENTOS

Numa situação de isolamento, é importante garantir a disponibilidade de alimentos que permita assegurar as necessidades alimentares por um período mais longo de tempo, sendo a otimização do momento de ida aos supermercados essencial para evitar deslocações frequentes às compras. A compra responsável, nas quantidades adequadas e sem exageros será essencial neste período.



#SEJAUMAGENTEDESAAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

Como planear?

Deve fazer uma lista de compras organizada tendo em conta:

- Os alimentos que ainda tem disponíveis em casa;
- A capacidade de armazenamento no frigorífico;
- As diferentes refeições que pretende fazer;
- A inclusão maioritariamente de alimentos dos diferentes grupos da Roda dos Alimentos, respetando as proporções recomendadas;

- 1 Que alimentos tenho em casa? ✓
- 2 Com os alimentos que tenho em casa, que refeições posso preparar? ✓
- 3 Que alimentos preciso de comprar adicionalmente para as refeições que ainda estão em falta? ✓

De seguida ...

- 4 Planeie as refeições que vai fazer usando os alimentos que tem em casa. ✓
- 5 Depois de planear as refeições que pretende, faça a lista de compras. ✓ 

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

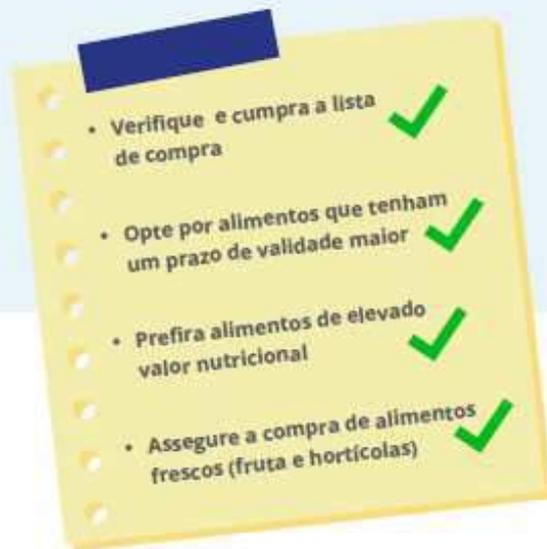


COVID-19

O que deve ser tido em consideração no momento da compra?

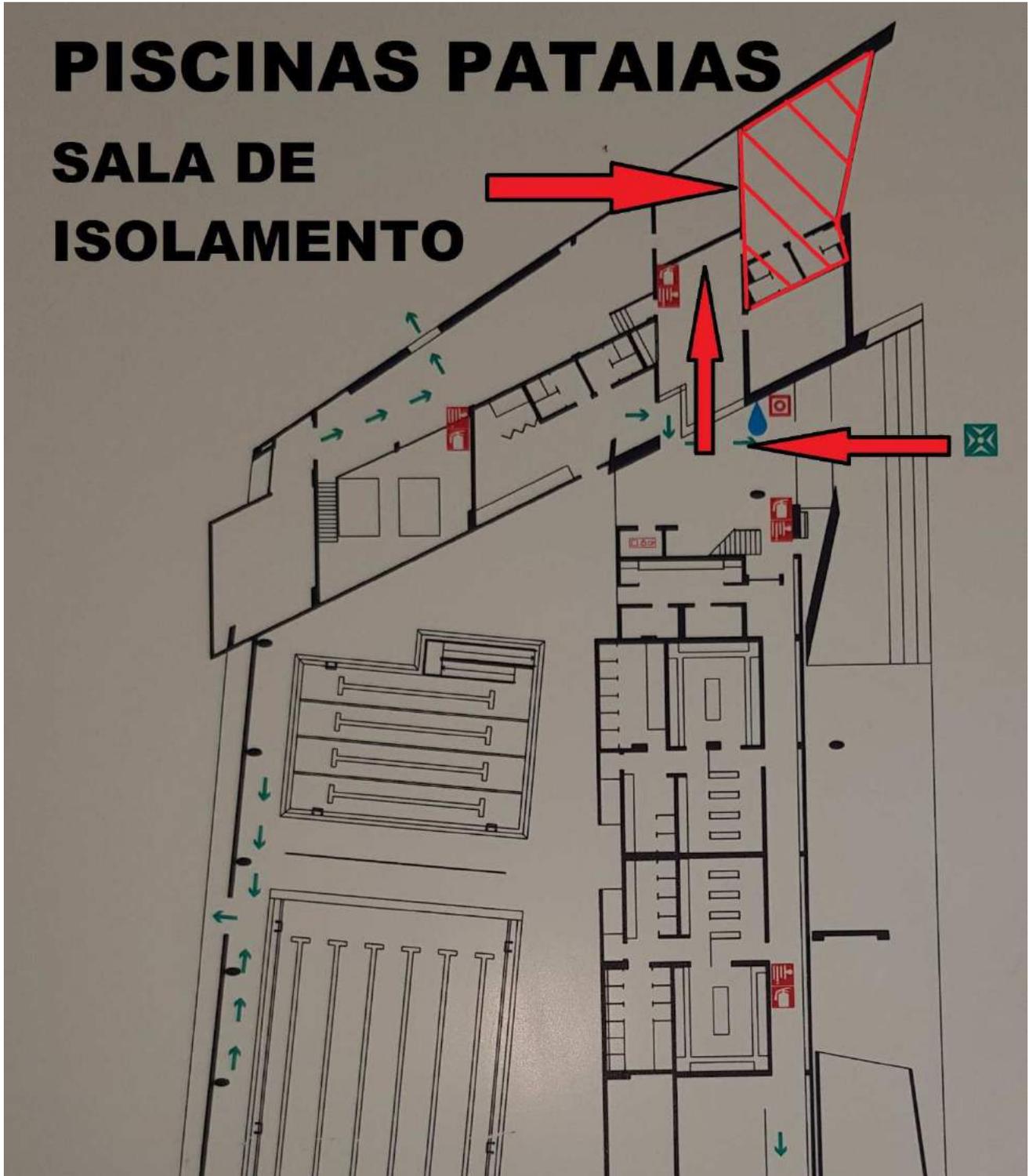
Nas idas às compras devem ser asseguradas todas as precauções para minimizar o risco de infeção para si e para os outros, nomeadamente:

- Evitar o manuseamento dos alimentos, a não ser para os colocar no carinho de compras;
- Cumprir as distâncias de segurança, se o espaço não permitir (a distância) utilizar uma máscara;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;
- Higienizar adequadamente as mãos antes e depois da ida às compras;
- Adotar as medidas gerais de etiqueta respiratória (não usar as mãos ao tossir ou espirrar, usar um lenço de papel ou o antebraço).



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

ANEXO 4 – Mapa e foto da sala de isolamento



PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS



PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA O MERCADO DE PATAIAS

ANEXO 5 - Plano de Higienização

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFEÇÃO - INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

No âmbito do Plano de Contingência da COVID-19

LOCAIS	ÁREAS A HIGIENIZAR E DESINFETAR	ESPECIFICAÇÕES	DETERGENTES
Instalações Sanitárias	Paredes e tetos	Lavar com água e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de lixívia diluída em água.	Bactericida 3% (3/100); Lixívia 2% (1/50);
	Maçanetas e puxadores interiores e exteriores das portas de entrada. Maçanetas interiores e exteriores de todas as cabines.	Colocar spray e passar com pano	Bactericida 3% (3/100)
	(1) Lavatórios	Iniciar a limpeza pelos lavatórios (1ª as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes; No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras	Bactericida 3% (3/100); Lixívia 2% (1/50);
	(2) Sanitas: parte interior	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.	Lixívia (apenas para o interior da sanita); Bactericida 3% (3/100);
(3) Chão	Lavar com água e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de lixívia diluída em água.	Bactericida 3% (3/100); Lixívia 2% (1/50);	



ANEXO 6 – Medidas a adotar pelos restaurantes

COVID-19

16 MARÇO 2021

**MEDIDAS DE LIMPEZA
E DESINFECÇÃO
A ADOPTAR PELOS
RESTAURANTES**

#SEJAUAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS
SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE

DGS
desde 1899
Direção-Geral da Saúde

Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

COVID-19

MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES

16 MARÇO 2021

A loiça utilizada pelos clientes deve ser lavada na máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C)



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

COVID-19

MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES

16 MARÇO 2021

**Desinfetar após cada utilização,
com recurso a desinfetantes adequados,
os equipamentos críticos**

**Tais como terminais de pagamento automático
e ementas individuais**



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

COVID-19

MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES

16 MARÇO 2021

Os colaboradores não devem entrar em contacto com alimentos expostos e prontos para comer com as próprias mãos e devem usar utensílios adequados



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

COVID-19

MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES

16 MARÇO 2021

Limpar e desinfetar pelo menos seis vezes por dia, e com recurso a produtos adequados, todas as zonas de contacto frequente.

Por exemplo, maçanetas de portas, torneiras de lavatórios, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, etc.



#SEJAUMAGENTEDESAPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



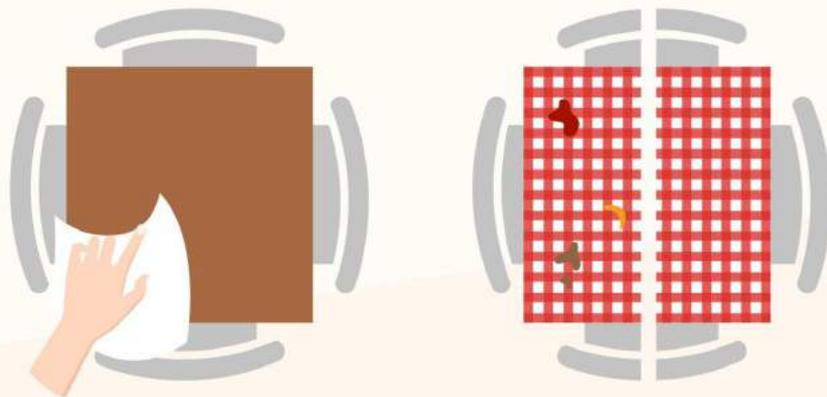
Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

COVID-19

MEDIDAS DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA A ADOTAR PELOS RESTAURANTES

16 MARÇO 2021

**As mesas devem ser limpas e desinfetadas
e as toalhas trocadas, entre cada cliente,
com produtos recomendados e adequados**



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)