



Protocolo de Retomada

ABF  COMISSÃO DE
SAÚDE, BELEZA
E BEM-ESTAR

Saúde, Bem-Estar e Beleza

RETORNO ÀS ATIVIDADES PRESENCIAIS

Para preservar, acima de tudo, a segurança e a saúde de nossos clientes e colaboradores, a Comissão de Saúde, Beleza e Bem Estar, que engloba os segmentos de Academia de Ginástica, Clínicas de Estética, Salões de Beleza e Barbearia, Farmácias e Clínicas de Odontologia, está se preparando para a retomada gradual das atividades presenciais.

Para isso, contou com o apoio técnico da Ei Educação Continuada, empresa que segue as diretrizes da Equipe liderada pelo Professor Doutor Edimilson Migowski MD, PhD, MSc, MBA. Edimilson Migowski é médico e professor de Doenças Infecciosas da UFRJ. As unidades deverão retomar as atividades presenciais, mediante orientação formal do Município ou Estado e as sugestões dos nossos consultores.

Com o objetivo de tornar esse retorno o mais seguro possível, estão sendo tomadas providências que garantam a tão importante continuidade e manutenção das aulas/atendimentos/atividades presenciais em segurança.

Primordialmente, serão aplicadas com o máximo de rigor durante a execução das atividades presenciais as principais recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) para prevenir a Covid-19 e, conseqüentemente, outras doenças infecciosas cujas formas de transmissão são semelhantes. As unidades deverão retomar as atividades presenciais, mediante orientação formal do seu município ou Estado.

Saúde, Bem-Estar e Beleza

SUGESTÕES GERAIS

1. Colocação de dispenser de álcool em gel na base e no topo de todas as escadas, fazendo com que a pessoa não se sinta insegura de segurar o corrimão;
2. instalação de anteparo de vidro ou acrílico em locais em que haja conversa entre funcionário e cliente (balcão de informações, recepção), ou utilização de faceshield por parte desses profissionais;
3. reforçar higienização de áreas críticas: maçaneta, corrimão, torneira, botão de descarga etc. Se possível, manter as portas abertas para evitar toques na maçanetas e optar por torneiras com toque único ou acionadas por sensor presença;
4. bebedouros que permitem beber direto da saída de água devem ser interditados e locais para encher garrafa não devem permitir que o gargalo encoste na saída de água;
5. não vemos necessidade, do ponto de vista técnico, para entrada no local condicionada à aferição da temperatura. Tal medida deve seguir orientações das autoridades sanitárias locais;
6. informar aos clientes, funcionários e colaboradores sobre as medidas que o estabelecimento está tomando para minimizar os riscos de contágio; sugerimos que funcionários e colaboradores estejam com as vacinas em dia.

Saúde, Bem-Estar e Beleza

USO DE MÁSCARA

1. Deverá seguir as orientações das autoridades sanitárias locais;
2. máscaras de pano ou descartáveis comuns devem ser trocadas de acordo com a indicação do fabricante (geralmente, a cada 3-4 horas), quando estiverem úmidas ou apresentando sujidades;
3. máscaras descartáveis devem ser desprezadas em local adequado;
4. recomendamos o uso de máscaras de cor clara para facilitar a visualização de sujidades;
5. recomendamos o uso de máscaras de diferentes cores para cada período do dia (matutino, vespertino, noturno), facilitando a percepção e monitoramento da troca.

Saúde, Bem-Estar e Beleza

AR-CONDICIONADO

- A preocupação gerada pelo uso de ar condicionado está relacionada à hipótese de que o vírus pode ser transmitido por aerossol. No entanto, ainda não está claro se tal forma contribui significativamente para a transmissão da covid-19;
- Não há evidências científicas robustas dizendo que o ar condicionado teria algum efeito facilitador na transmissão de agentes infecciosos desde que esteja: sanitizado e higienizado corretamente; com direcionamento da corrente de ar de forma a não canalizar o mesmo; programado para renovar o ar ambiente de forma correta;
- Os aparelhos devem ser higienizados em frequência de acordo com as normas sanitárias locais;
- Além disso, devemos levar em consideração que a transmissão por indivíduos assintomáticos não é a principal. Temos de partir do princípio que as pessoas assintomáticas estarão usando máscaras e mantendo as regras de distanciamento.

Saúde, Bem-Estar e Beleza

AR-CONDICIONADO

- Com as medidas anteriormente citadas sendo respeitadas, à luz do conhecimento científico atual, não vemos motivos para vedar o acionamento do ar condicionado;
- Todavia, na eventualidade de se decidir pelo aumento do cuidado, há uma forma de praticamente excluir o risco de transmissão por aerossol, que é a utilização de máscaras tipo N95 ou PFF2 em ambientes com possibilidade de maiores proximidades entre as pessoas. Ressaltamos que esses tipos de máscaras filtram partículas, diminuindo ainda mais a transmissão de agentes infecciosos por via respiratória.

Beleza e Estética

DISTANCIAMENTO SOCIAL

- Todas as pessoas (clientes e colaboradores) deverão manter a distância segura de, pelo menos 1,5 m - ou de acordo com orientações das autoridades sanitárias locais - entre as outras, exceto durante a realização de algum procedimento que exija proximidade menor que essa;
- Gerenciar os números de clientes dentro da clínica, evitando aglomerações em que as pessoas fiquem a menos de 1,5 m umas das outras;
- Utilizar-se de agendamentos prévios e orientar que os clientes evitem chegar antecipadamente ou com atrasos, e também de vir com acompanhantes, para evitar aglomerações na recepção;
- Interditar, se necessário para garantir o distanciamento, postos de trabalho (cadeiras, baias etc);
- Impedir a entrada de pessoas (colaboradores ou clientes) na clínica, caso estejam sentindo, ou tenham sentido nas últimas duas semanas, qualquer sintoma relacionado à COVID 19 (dor de garganta, coriza, congestão nasal, diarreia, febre, sensação de febre, perda olfativa ou de paladar, dor de cabeça, dor no corpo, dor no quadril etc).

Beleza e Estética

HIGIENE PESSOAL

- Todos os itens descartáveis utilizados devem ser removidos e descartados após cada cliente. As mãos devem ser higienizadas antes e após cada atendimento;
- Durante a realização dos procedimentos, as esteticistas, consultoras, nutricionistas e/ou médicos deverão utilizar protetores faciais e máscara (devidamente higienizados periodicamente) ou a combinação de máscara e óculos, quando tal combinação for possível;
- Esteticistas e Médicos devem utilizar luvas descartáveis, touca descartáveis e outros equipamentos de proteção individual (EPI), de acordo com a indicação de cada procedimento a ser realizado e mantendo as regras de assepsia exigidas pela técnica empregada;
- Os colaboradores devem ser orientados em relação ao uso apropriado de EPIs, como vestir, quando trocar, como descartar e armazenar.

LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DOS AMBIENTES

Beleza e Estética

- Realizar, preferencialmente, o atendimento com as janelas abertas para manter o local arejado;
- Reforçar a limpeza e a desinfecção dos sanitários e dos ambientes do local, lembrando de higienizar as salas e os equipamentos utilizados a cada troca de clientes;
- Recomendamos aplicação de amônia quaternária de quinta geração com tecnologia de nanopartículas, capaz de impregnar a superfície, garantindo ação contra microorganismos (vírus, bactérias, fungos) por mais tempo;
- Manter o ambiente limpo e remover o lixo de maneira segura pelo menos 2 x ao dia;
- Realizar limpeza especial e desinfecção das superfícies a cada toque de clientes ou colaboradores (canetas, teclados, maçanetas, balcão da recepção, etc);
- Realizar limpeza frequente dos aparelhos de ar condicionado (limpeza com frequência de acordo com as normas sanitárias locais), seguindo recomendações sanitárias para evitar contaminações.

Beleza e Estética

COMUNICAÇÃO

- Disponibilizar na clínica materiais informativos de boas práticas de higiene pessoal e distanciamento aos funcionários, clientes e demais frequentadores;
- Esclarecer e informar para as clientes o afastamento de colaboradores, caso isso seja necessário;
- Pedir aos clientes dos grupos de risco, o cuidado redobrado desde o trajeto a clínica até o retorno à residência;
- Enviar mensagens aos clientes informando sobre os sinais e sintomas de covid-19, pedindo àqueles que estão com sinais e sintomas sugestivos da doença não compareçam ao estabelecimento até que o período de transmissibilidade tenha terminado.

MONITORAMENTO E CONDIÇÕES DE SAÚDE

Beleza e Estética

Em casos leves, a pessoa infectada (em geral) só é capaz de contaminar outros até o 7-8º dia de iniciado os sinais e sintomas. Tendo isso em vista, sugerimos que a dispensa inicial seja de 10 dias, desde que ele esteja assintomático há pelo menos três dias. Essa recomendação está de acordo com o proposto atualmente pelo Center for Disease Control and Prevention (CDC), um órgão público de saúde dos Estados Unidos que propôs tal conduta em maio 2020. A pessoa deve ser reavaliada para definir se há ou não necessidade de prolongar a dispensa. No entanto, caso haja disposição legal em contrário, o tempo de afastamento deve estar de acordo com as determinações dos órgãos sanitários locais.

Beleza e Estética

MONITORAMENTO E CONDIÇÕES DE SAÚDE

- Acompanhar a saúde dos colaboradores da empresa, de seus familiares e entes próximos, sobretudo em casos de suspeita ou confirmação;
- Em casos de confirmação, afastar o profissional infectado por 10 dias a partir do início dos sinais e sintomas, orientando que siga as recomendações das autoridades de saúde para que obtenha a assistência necessária e retornar ao trabalho somente quando estiver recuperado e passado o tempo mínimo de transmissibilidade da doença (10 dias, desde que assintomático há três dias, ou 14 dias);
- Em casos de confirmação, comunicar os profissionais que tenham tido contato próximo ao colaborador infectado para atentar aos possíveis sinais e sintomas. As medidas preventivas já estão sendo tomadas e isto diminui muito o risco de contágio;
- Em casos de confirmação em um profissional que preste atendimento, comunicar os últimos clientes e recomendar que atentem para os possíveis sinais e sintomas. As medidas preventivas já estão sendo tomadas e isto diminui muito o risco de contágio.

Beleza e Estética

ORIENTAÇÕES PARA A CLÍNICA

- Com base em aspectos técnicos, não recomendamos a aferição de temperatura em funcionários, clientes ou colaboradores. A maior parte das pessoas infectadas não apresenta febre. Sugerimos que seja utilizado o questionário da Ei para investigação dos principais sinais e sintomas. Tal medida deve seguir as orientações do órgão sanitário responsável;
- Disponibilizar máscara e propé na recepção para as clientes;
- Eliminar ou restringir o uso de itens compartilhados por clientes ou outros colaboradores como canetas, fichas e telefones. Quando ocorrer, higienizar as mãos (após a cliente assinar a ficha, higienizar a caneta e as suas mãos);
- Substituir os biscoitos, bolachas ou outros alimentos por embalagens individuais;
- No espaço do café, usar copo descartável e deixar os produtos com fácil disposição, evitando que a cliente faça muito manuseio (mexedor, açúcar, adoçante). A cada cliente que se servir, a recepcionista higienizar todo o local com álcool 70.

Beleza e Estética

ORIENTAÇÕES PARA A CLÍNICA

- Retirar objetos da recepção, como revistas e almofadas, evitando assim o manuseio destes objetos;
- Colocar uma fita no chão de sinalização com o distanciamento de 1,5 m - ou de acordo com o órgão sanitário local - da recepção até o balcão, orientando a cliente a respeitar essa distância;
- Realizar o atendimento nas salas com um distanciamento de 2 metros entre uma maca e outra, de acordo com o tamanho e disponibilidade da sala respeitando as normas da ANVISA e do órgão sanitário local do seu município.

Beleza e Estética

ORIENTAÇÕES PARA A CLÍNICA E EQUIPE – HORÁRIO DE ALMOÇO

- Orientar a equipe sobre a atenção redobrada no momento do almoço, retirar a máscara somente para comer e colocá-la de volta imediatamente;
- Não compartilhar talheres, copos, pratos e etc;
- Não compartilhar comidas e bebidas;
- Escalonar os horários de almoço, liberando uma funcionária por vez para evitar aglomerações;
- Não retirar a máscara durante toda a permanência na clínica;
- Se o ambiente for pequeno, somente uma pessoa deve permanecer por vez na cozinha para almoçar;
- Higienizar as mãos antes e depois do almoço, com água e sabão ou álcool a 70%;
- Diminuir a quantidade de lugares nos refeitórios para evitar aglomerações.

Beleza e Estética

ORIENTAÇÕES PARA A EQUIPE

- Manobristas: receber a cliente utilizando máscara (a higienização constante das mãos, antes e após cada cliente, é o suficiente para tornar a atividade mais segura. Luvas geram uma falsa sensação de segurança e provavelmente não serão trocadas a cada cliente). A máscara deve ser trocada periodicamente, de acordo com as especificações do fabricante ou se estiver úmida ou com sujidades;
- Ofereça álcool gel para cliente na entrada (caso a unidade não tenha manobrista, a recepção deverá receber a cliente na porta);
- Manobristas: perguntar para o cliente se ele quer que manobre o carro, ou que ele mesma faça isso, evitando entrar no veículo;
- Manobristas: antes de entrar e sair do carro do cliente, deve higienizar maçaneta, volante e câmbio do carro com álcool a 70%;
- Recepcionistas: higienizar com solução desinfetante o balcão e recepção, a cada contato físico no decorrer do dia;
- Recepcionistas e Consultoras: ao passar o cartão da cliente, realizar a higienização da máquina e das mãos.

Beleza e Estética

ORIENTAÇÕES PARA A EQUIPE

- Consultoras: sempre lavar as mãos, antes e após o atendimento durante as avaliações, lembrando de utilizar proteção facial e máscara);
- Esteticistas: higienizar as mãos com água e sabonete líquido por 40-60 segundos) ou preparação alcoólica a 70 20-30 segundos);
- Esteticistas: Higienizar com álcool 70 todas as macas e equipamentos, antes e após o atendimento da cliente (é importante a cliente ver que o ambiente e os materiais estão sendo esterilizados no momento do seu atendimento, demonstrando cuidado e precaução);
- Todos os colaboradores deverão usar máscara (durante todo o período de atendimento), lembrando de trocar de acordo com a especificação do fabricante, ou antes, caso fique úmida ou suja;
- Todos os colaboradores: orienta-se utilizar duas vestimentas e calçados diferentes, no trajeto (trabalho/ e na clínica (durante o atendimento).

ORIENTAÇÕES PARA A EQUIPE

Beleza e Estética

- Esteticistas: Abrir toalha, roupões esterelizados na frente da cliente;
- Esteticistas: Usar lençol descartável para todos os atendimentos;
- Esteticistas: higienizar mãos antes e depois de cada atendimento;
- Esteticistas: deverão usar e trocar a cada atendimento avental descartável, máscara descartável, luvas e touca durante o tratamento da cliente, além de manter o cabelo preso durante todo o período de trabalho;
- TODAS as esteticistas deverão usar óculos de proteção ou viseira a cada procedimento com cliente, e higienizá-lo ao terminar cada atendimento (para higienizar o óculos, deve utilizar água e sabão, não pode utilizar álcool pois risca), cada esteticista deve ter e utilizar sempre o próprio óculos.

ORIENTAÇÕES PARA CLIENTES

Beleza e Estética

- Ao chegar e sair da clínica, a cliente deverá higienizar as mãos;
- Orientar a cliente a colocar a máscara descartável, que estará disponível na recepção, e permanecer durante todo o atendimento (obrigatório);
- Quando chegar na recepção, retirar os sapatos (deixar em algum local específico na recepção) e colocar o propé ou chinelo descartável, para o deslocamento por toda a clínica e retirá-lo, descartando-o na saída (item não obrigatório).

ORIENTAÇÕES PARA COLABORADORES EM CASA

Beleza e Estética

- Utilizar máscara durante a ida e o retorno para casa, se prevenindo durante todo o deslocamento;
- Quando chegar em casa tirar o calçado e deixar na entrada e/ou manter um pano úmido com água sanitária na porta para higienizar o calçado antes de entrar;
- Quando chegar em casa, ir tomar banho e trocar de roupa;
- Colocar as roupas utilizadas no trajeto e no trabalho para lavar;
- Sempre higienizar as mãos com água e sabonete líquido por 40-60 segundos) ou preparação alcoólica a 70% por 20-30 segundos);
- Quando realizar compras de mercado, assim que chegar em casa higienizar os produtos com sabão e água, ou álcool a 70%.

HIGIENIZAÇÃO DOS AMBIENTES

Beleza e Estética

- Além da limpeza convencional da clínica, pode ser utilizado o desinfetante Lysoform, para aumentar a capacidade de desinfecção de germes, bactérias e fungos, aumentando a esterilização e segurança do ambiente. Segue orientações do uso do produto;

Uso do Lysoform®

Pode ser usado em:

- Pisos;
- Azulejos;
- Ralos;
- Bancadas;
- Pias;
- Vasos sanitários;
- e várias outras superfícies.

HIGIENIZAÇÃO DOS AMBIENTES

Beleza e Estética

- Desinfecção: Aplique e deixe agir por, no mínimo, 10 minutos.
- Vasos sanitários: coloque Lysoform[®] sobre uma reborda interna e nas paredes laterais do vaso sanitário
- Lixeiras e ralos: coloque Lysoform e deixe agir;
- Perfumação: Aplique Lysoform[®] diluído. Use duas colheres de sopa 25 ml por litro de água em pisos, azulejos e superfícies laváveis. Não é preciso enxaguar. Antes de usar sobre qualquer superfície, teste em uma pequena área.

ORIENTAÇÕES GERAIS

Academias de Ginástica

- O gel alcoólico antisséptico para higienização das mãos (às vezes referenciado com o termo “álcool gel”) para ser utilizado como produto de higiene pessoal, precisa cumprir os seguintes requisitos:
 1. O produto deve ter unicamente a finalidade cosmética / de higiene pessoal; e
 2. A empresa fabricante do álcool em gel a 70% obrigatoriamente deverá ter Autorização de Funcionamento de empresa (AFE) para esta classe de produtos e indicar o número da AFE na rotulagem;
- Mantenha pelo menos 1,5 metro de distância entre você e qualquer pessoa.

HIGIENIZAÇÃO DOS AMBIENTES

Academias de Ginástica

- Realize com mais frequência a limpeza e desinfecção de objetos e superfícies que são tocados pelas pessoas, utilizando água e sabão ou borrifando álcool;
- Os banheiros serão limpos quantas vezes sejam necessárias;
- Todas as ferramentas, máquinas e equipamentos de uso manual serão constantemente limpos e higienizados, antes e durante a execução dos trabalhos;
- A área de chegada será organizada para profissionais disponibilizando álcool em gel para higienização das mãos.

HIGIENIZAÇÃO DOS AMBIENTES

Academias de Ginástica

- Evitar revezamento de aparelhos, a não ser que o aparelho seja higienizado entre o uso de um cliente e o uso de outro;
- Interditar alguns aparelhos para evitar aglomerações;
- Sugerimos a marcação prévia de horário e limitação do número de alunos por sessão.

Academias de Ginástica

COLABORADORES

- Organização de uma área de chegada para profissionais disponibilizando álcool em gel para higienização das mãos;
- Colaboradores serão orientados a evitar a utilização de anéis, brincos, pulseiras, gargantilhas, relógios, colares e outros acessórios e, no caso de colaboradores com cabelos, preferencialmente, prenda o cabelo, especialmente se ele for comprido;
- Criação de espaço reservado para guardar bolsas e itens pessoais dos colaboradores;
- Orientações para que o colaborador traga o mínimo de objetos pessoais para o ambiente de trabalho;
- Os trabalhadores serão orientados a verificar se seus locais de trabalho estão limpos e higienizados. Superfícies (mesas e bancadas) e objetos (telefones, teclados) precisam ser limpos com desinfetante regularmente.

Academias de Ginástica

COLABORADORES

- Todos trabalhadores serão orientados sobre prevenção de contágio pelo coronavírus e a forma correta de higienização das mãos e demais medidas de prevenção;
- Serão exibidas placas de sinalização com estas orientações sobre prevenção e formas de contágio;
- Serão instituídos mecanismos e procedimentos para que os trabalhadores possam reportar se estiverem doentes ou experimentando sintomas;
- Colaboradores devem ser informados sobre os principais sinais e sintomas e devem informar a pessoa responsável em caso de aparecer alguma manifestação clínica sugestiva de covid-19;
- Orientação aos colaboradores para vestirem o uniforme, ou roupa de trabalho, somente no local de trabalho. Uniformes, EPIs e máscaras não devem ser compartilhados;
- Será exigido o uso de máscara reutilizável para todos que estejam no ambiente e que ela seja trocada de acordo com a especificação do fabricante ou se estiver úmida ou com sujidades antes desse período.

Academias de Ginástica

COLABORADORES

- Adoção de procedimentos contínuos de higienização das mãos, com utilização de água e sabão em intervalos regulares. Caso não seja possível a lavagem das mãos, utilize imediatamente sanitizante adequado para as mãos, como álcool em gel;
- Orientação quanto à higienização dos celulares e que evitem ao máximo o uso durante a permanência no estabelecimento;
- Orientação para que não sejam consumidos alimentos no local de trabalho, pois isso exigiria que a máscara fosse retirada;
- Colaboradores serão orientados a permanecer a 1,5m de distância um do outro;

Academias de Ginástica

ATENDIMENTO AO CLIENTE

- Priorize o agendamento do atendimento pessoal e/ou a distância – principalmente pensando nos públicos que estão mais vulneráveis diante a covid-19. Durante o agendamento, nesse período de pandemia, realizar pesquisa em caráter informativo, questionando se o cliente apresenta sintomas relacionados à covid-19, se viajou recentemente ou se pertence a algum grupo de risco; Caso a resposta seja sim, oriente para que a pessoa permaneça em casa e, se for possível, faça o atendimento à distância;
- Informações aos clientes que o estabelecimento é comprometido com as boas práticas e com a segurança, para que eles se sintam seguros;
- Clientes serão orientados a não consumir alimentos no local, pois isso exigiria que a máscara fosse retirada;
- Frequentadores devem ser questionados sobre sinais e sintomas sugestivos de covid-19. Essa investigação deve ser feita remotamente.

Academias de Ginástica

ATENDIMENTO AO CLIENTE

- Será vedado o atendimento de pessoas que estejam apresentando sinais e sintomas sugestivos de covid-19, como dor de garganta, coriza, congestão nasal, diarreia, febre, sensação de febre, perda olfativa ou de paladar, dor de cabeça, dor no corpo, dor no quadril etc;
- É vedado o comparecimento ou atividades por crianças até 12 anos;
- Serão fornecidas toalhas descartáveis para cada aluno utilizar no decorrer do treino, se necessário;
- Os exames de avaliação física funcional serão suspensos;
- Nas dependências sanitárias, haverá sabonete líquido e papel toalha;
- Os usuários serão orientados a lavar as mãos ao rosto durante os treinos;
- Não será permitida a permanência de acompanhante dos alunos durante as atividades.

Academias de Ginástica

ATENDIMENTO AO CLIENTE

- Será organizada uma área de chegada para clientes disponibilizando álcool em gel para higienização das mãos;
- Será exigida a manutenção de distância mínima de segurança de 1,5 metros entre os clientes e colaboradores;
- Será o controle de entrada e saída dos clientes a fim de evitar aglomerações;
- Haverá abertura em horários diferentes, para que o tráfego de clientes e profissionais não coincida com o pico de movimento do transporte público.

Academias de Ginástica

ATENDIMENTO AO CLIENTE

- Na hora do cliente realizar o pagamento, proceda com alguns cuidados:
 1. Instale uma barreira de acrílico ou de vidro no caixa, se possível;
 2. Cubra a maquininha com filme plástico, para facilitar a higienização após o uso;
 3. Demarque no chão as posições da fila para pagamento, estabelecendo o mínimo de 1m entre as pessoas;
 4. Coloque um dispenser com álcool em gel no caixa para clientes.

Academias de Ginástica

ATENDIMENTO AO CLIENTE

- Será solicitado ao cliente que use máscara própria;
- Será vedada a utilização de luvas, munhequeiras, straps, toalhas e afins;
- Vedada a utilização de materiais como caneleiras que possuem dificuldade para limpeza constante;
- Obrigatório o uso de toalha individual na prática de toda a atividade;
- É vedada a utilização de aparelho celular pelos frequentadores que manuseiem os instrumentos, aparelhos etc., no interior do estabelecimento, por ter grande potencial de contaminação;
- Serão vedadas quaisquer atividades de contato físico e exercícios que exijam a colocação das mãos diretamente no solo, sendo que as relacionadas a lutas deverão utilizar as técnicas de Kata (sem contato físico), de movimento e condicionamento físico em geral e sem a utilização de calçados no tatame. Poderá ser utilizado saco de pancada e treino funcional, de acordo com a necessidade de cada aluno, mediante a devida higienização.

Academias de Ginástica

FORNECEDORES

- Fornecedores e/ou distribuidores serão recebidos em um local específico, de preferência em local e horário separado do atendimento ao seu público;
- Todas as recomendações de higiene e saúde serão exigidas também de fornecedores e distribuidores;
- Nos momentos de manuseio de documentos, emissão de recibos ou assinatura de documentos de entrega, higienize as mãos na sequência de tais procedimentos;
- Serão utilizadas máscaras nos locais de recebimento de materiais/produtos e exija isso também dos fornecedores.

Clínicas Odontológicas

RECOMENDAÇÕES AOS PACIENTES A CAMINHO DA CLÍNICA

- Pacientes serão orientados a, uma hora antes da consulta, ligar para confirmar que está bem. Caso esteja gripado, dor de garganta, coriza, congestão nasal, diarreia, febre, sensação de febre, perda olfativa ou de paladar, dor de cabeça, dor no corpo, dor no quadril ou outros sinais e sintomas de covid-19 e seu caso não caracterizar urgência, seu atendimento deverá ser agendado para nova data;
- O paciente será orientado a desligar e guardar o celular no bolso ou bolsa, para não quebrar a cadeia de biossegurança;
- Será solicitado que o paciente venha com máscara em posição que somente será retirada na sala de atendimento clínico; Esta máscara será mantida em saco plástico ou de papel;
- O celular também deve ser mantido em saco plástico ou de papel;
- Orientar o paciente para que venha sozinho. Caso precise de acompanhante, orientar para que seja o único e o mesmo não poderá permanecer na sala de atendimento;
- Orientar o paciente para que traga o mínimo de pertences possível. Tais pertences devem ser mantidos em saco plástico ou de papel.

Clínicas Odontológicas

DESINFECÇÃO DAS SUPERFÍCIES DA ÁREA DE TRABALHO

- Antes de iniciar as atividades diárias, entre a troca de pacientes, será realizada limpeza, desinfecção de todo o ambiente de atendimento clínico; Se a área ficar suja, lavar com água e detergente e desinfetar com álcool a 70%;
- Para a desinfecção, será realizada a atomização do desinfetante colocando-o num borrifador e espargindo-o num pano e aplicando fricção, permitindo a secagem natural da superfície;
- As pontas – canetas de alta baixa rotação – serão autoclavadas;
- Para os botões manuais de acionamento, alça do refletor, encosto de cadeira e braços de cadeira, encosto do mocho, coro da seringa tríplice e pontas da unidade de sucção deve-se aplicar filme PVC ou saquinhos plásticos de chupe-chupe. Para melhor adaptação do saquinho plástico, pode-se utilizar aquecimento do plástico da ponta até a área de conexão com a mangueira;
- As superfícies da bancada e do carrinho serão recobertas com campo descartável e impermeável ou desinfetados para os procedimentos críticos.

Clínicas Odontológicas

DESINFECÇÃO DAS SUPERFÍCIES DA ÁREA DE TRABALHO

- Para a seringa tríplice, deverá ser utilizada ponta descartável;
- Após o descarte das barreiras, a seringa será desinfetada;
- Após a devida higienização, esterilizar todos os instrumentos termorresistentes considerados críticos ou semicríticos, inclusive canetas de alta, ponta reta e contra ângulo.

Clínicas Odontológicas

CUIDADOS COM A ÁREA COMERCIAL

- Será adotado o distanciamento entre o atendente e o paciente de 1,5 m de distância, ou de acordo com o órgão sanitário local;
- A porta de atendimento será mantida aberta para circulação de ar;
- Deixar cadeias com 1 metro de distanciamento entre os pacientes (sem acompanhantes);
- Será instalada uma placa de acrílico na mesa do comercial;
- Instalar fita (modelo listrada preta e amarela) para demarcar a distância mínima de 1 metro entre a mesa e a cadeira.

Clínicas Odontológicas

CAIXA DA CLÍNICA

- Será instalada uma barreira de distância, caso o acesso ao caixa seja aberto, será realizada a instalação de uma face protetora, com passagem apenas da máquina de cartão;
- A máquina de cartão será revestida com papel filme;
- O paciente será orientado a passar álcool nos botões antes e depois de utilizar.

Clínicas Odontológicas

ÁREA COMUM

Recepção

- Manter a porta da recepção sempre aberta para circulação de ar natural.

Entrada e Balcão de atendimento

- Será instalado na entrada da clínica um quadro com a mensagem: Obrigatório o uso de máscara no interior da clínica;
- Será instalada sinalização no chão indicando a distância necessária para segurança (1,5m ou 2 m, ou de acordo com o órgão sanitário local) e uma barreira física, para limitar a aproximação;
- Será instalado no balcão de atendimento uma placa acrílica. Altura entre 65 cm e 1 m.

Clínicas Odontológicas

ÁREA COMUM

Espera

- As cadeiras para os pacientes terão espaçamento entre 1m a 2m, ou de acordo com recomendações do órgão sanitário local;
- Serão instalados adesivos marcando a posição da cadeira; sempre que necessário alguém da equipe irá organizar, assegurando a distância;
- Será realizada a desinfecção do assento utilizado pelo paciente na recepção, após sua entrada para atendimento;
- Não serão deixado sala de atendimento brinquedos, revistas ou quaisquer objetos de manuseio comum;
- Para as clínicas com longarina, o acento deve ser intercalado, bloqueando o acento com uma fita de proteção;
- Será mantido um pano umedecido com hipoclorito com uma solução de água sanitária e água (1-2 colheres/por litro de água). O pano deverá ser constantemente umedecido. Pode-se usar também Lysoform®;
- Pacientes serão orientados a não cumprimentar com as mãos;
- Paciente será orientado a entrar no lavabo e lavar as mãos.

Clínicas Odontológicas

ÁREA COMUM

Espera

- Os paciente serão instruídos a realizar bochechos, antes da entrada da sala de procedimento, com uma das seguintes soluções: digluconato de clorexidina a 0,12%; ou, peróxido de hidrogênio 10 vol, diluído em solução aquosa (1%) 3;
- O paciente será orientado após a lavagem das mãos a enxugá-las com papel toalha descartável, que deve ser utilizado para fechar a torneira antes de seu descarte na lixeira;
- Caso o paciente traga escova dental, o paciente será orientado a escovar os dentes e finalizar a higiene com o uso de enxaguatório disponível na bancada, por um minuto. O enxaguatório deve ser oferecido em copos individuais descartáveis. Caso não tenha trazido escova dental, será orientado a fazer bochecho com o enxaguatório da mesma forma.

Banheiros

- Conterão quadros com orientações de como lavar as mãos;
- Informativo atrás da porta, contendo rotina de limpeza, data horário e responsável.

AMBIENTES COMPARTILHADOS E COMUNS

Clínicas Odontológicas

- Terão instalados na entrada, de forma visível o dispensar de álcool gel a 70%.

AMBIENTES COMPARTILHADOS COM ACESSO RESTRITO

Clínicas Odontológicas

- Os ambientes compartilhados de acesso restrito (copa, vestiário, arquivo e administrativo) serão mantidos ventilados com determinação de que haja limitação do número de pessoas de forma a evitar aglomerações.

Clínicas Odontológicas

ORIENTAÇÕES NA SAÍDA DO PACIENTE

- Antes de sair, na recepção ou lavado, o paciente será orientado a passar álcool gel espalhando e friccionando uma mão na outra até ter secado todo álcool gel;
- O paciente será orientado a retirar seus pertences antes da saída, removendo-os do saco de acondicionamento e descartando o saco na sala de atendimento;
- O paciente será orientado a manter as normas de segurança pessoal, usando máscara facial, lavando as mãos com sabão após tocar em qualquer coisas, ou passar álcool gel.
- O paciente será orientado a não entrar em sua casa com os sapatos calçados, devendo desinfetá-lo com um antimicrobiano (hipoclorito de sódio 1% ou Lysoform[®], que pode ser borrifado no solado ou molhado em um pano de chão deixado na entrada da residência.

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA (EPR)

Clínicas Odontológicas

- Os EPR serão indicados para os profissionais de saúde, sendo indicados o uso de máscaras N95 ou PFF2, de preferência sem a válvula, proteção indicada contra aerossóis.

MEDIDAS EVITAR AGLOMERAÇÕES E CONTÁGIO

Farmácias

- Demarcação no chão, com fita de alta adesão, o espaçamento de acordo com as normas locais (1,5-2 metros) para filas de pacientes;
- Disponibilização de frasco de álcool 70 disponível na entrada da farmácia para a utilização pelos clientes;
- Desencorajar a ida de pacientes sintomáticos à farmácia;
- Restringir a entrada de pessoas para evitar aglomerações e assegurar o distanciamento exigido pelo órgão sanitário local;
- Divulgar o serviço de tele-entrega e realizar atendimento remoto para orientar adequadamente os clientes;
- Demarcar espaço no passeio externo da farmácia para a organização da fila;
- Criar barreira física de entrada na farmácia, como as utilizadas durante atendimentos noturnos.

MEDIDAS DE REDUÇÃO DE CONTATO COM MATERIAIS CONTAMINADOS

Farmácias

- Paramentação de todos os funcionários de acordo com a atividade que o indivíduo estiver exercendo no momento. Todos devem usar, no mínimo, máscaras;
- Fluxo isolado para casos confirmados, casos prováveis e casos suspeitos e seus contactantes domiciliares daqueles usuários assintomáticos;
- Ambiente isolado para a coleta de material de testagem rápida e para o atendimento. Sala com porta ou tenda na porta das farmácias;
- Instruções de descarte adequado e identificação de lixeira específica para lenços e outros descartáveis potencialmente contaminados por usuários durante o atendimento;
- Intensificar rotina de limpeza e desinfecção do estabelecimento.

MEDIDAS DE REDUÇÃO DE CONTATO COM MATERIAIS CONTAMINADOS

Farmácias

- Será disponibilizada uma bandeja que permita desinfecção para que sejam colocadas as receitas dos pacientes e depois para a retirada dos medicamentos, evitando-se contato entre as mãos.

HIGIENIZAÇÃO

Farmácias

- Higienização das mãos com água e sabonete líquido ou utilizar álcool gel (preparação alcoólica) nos cinco momentos preconizados pela OMS:
 - Momento 1: antes de contato com o paciente;
 - Momento 2: antes da realização de procedimento;
 - Momento 3: após risco de exposição a fluidos biológicos;
 - Momento 4: após contato com o paciente;
 - Momento 5: após contato com áreas próximas ao paciente, mesmo que não tenha tocado o paciente. Cuidando direta ou indiretamente do paciente.

LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES

Farmácias

- Será utilizada varredura úmida que pode ser realizada com mops ou rodo e panos de limpeza de pisos;
- para a limpeza dos pisos serão seguidas técnicas de varredura úmida, ensaboar, enxaguar e secar. Serão utilizados desinfetantes com potencial para limpeza de superfícies incluem aqueles à base de cloro, alcoóis, alguns fenóis e iodóforos e o quaternário de amônio;
- todos os equipamentos serão limpos a cada término da jornada de trabalho, ainda com os profissionais usando EPI e evitando contato com os materiais infectados;
- medidas de precaução, bem como o uso do EPI, devem ser apropriadas para a atividade a ser exercida e necessárias ao procedimento.

LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES

Farmácias

- O ambiente será ventilado, forçando a circulação do ar ao longo do dia, com abertura das janelas e portas por no mínimo 30 minutos duas vezes ao dia;
- Nas áreas de circulação, superfícies objetos como telefones, computadores, teclados, mouses, caixa registradora, balança, mesas, cadeiras, corrimãos, balcões, mesas e maçanetas devem ser limpos para esterilização com álcool líquido 70% a cada 2 horas;
- Instrumentos clínicos, como termômetros, estetoscópios, glicosímetros, esfigmomanômetro, balança de bioimpedância, entre outros utilizados pelo farmacêutico, devem ser limpos para esterilização com álcool líquido 70% após cada atendimento;
- Grandes superfícies como chão, banheiros, refrigeradores, lockers, equipamento de ar condicionado devem ser limpos para esterilização com desinfetante contendo cloro ativo e/ou solução de hipoclorito 1% no mínimo duas vezes ao dia.

LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES

Farmácias

- Serão utilizados os produtos de limpeza indicados para desinfecção no caso do SARS-CoV-2: álcool 70%, solução de hipoclorito 1% e detergentes contendo cloro ativo;
- Utensílios de limpeza. Após término da limpeza, esfregão, vassouras, panos de chão e rodinhos serão separados e limpos em área própria. Enxaguar com água após cada utilização, mergulhe e esterilize com solução desinfetante contendo cloro por 30 minutos, enxágüe novamente com água e depois seque para utilizar novamente.

Este protocolo foi atualizado, revisado e ampliado no dia 30 de junho de 2020, pela equipe coordenada pelo Professor Doutor Edimilson Migowski - MD, PhD, MSc, MBA.

14 de julho de 2020