



COVID-19

Procedimentos em Estabelecimentos de Restauração e Bebidas dos Serviços de Acção Social do Politécnico de Lisboa

novembro 2021

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus(SARS-CoV-2).

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Os estabelecimentos de restauração e bebidas, pelas suas características, podem ser locais de transmissão da infeção por SARS-CoV-2, quer por contacto direto e/ou indireto. Por isso, medidas adicionais devem ser tomadas para assegurar a minimização da transmissão da doença nestes contextos.

Assim, tendo em conta as **Orientações às Instituições Científicas e de Ensino Superior para garantir a realização de atividades letivas e não letivas presenciais** para o ano letivo 2021-2022, da Direção Geral do Ensino Superior / Direção Geral de Saúde, divulgamos as médias a ter em conta para a execução dos serviços de restauração e cafetaria em espaços de produção e consumo de alimentos, dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Lisboa:

Medidas a Adotar para a Diminuição da Transmissão da COVID-19

1. Os agentes económicos devem assegurar que todas as pessoas que neles trabalham e que o frequentam estão sensibilizadas para o cumprimento das regras, da lavagem correta das mãos (Anexo I), da etiqueta respiratória (Anexo II), assim como as outras medidas de higiene pessoal e ambiental.

Salienta-se ainda a importância de:

- Elaborar e/ou atualizar o seu próprio Plano de Contingência específico para COVID- 19, de acordo com a Orientação 006/2020 “*Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas*”, da Direção-Geral da Saúde (DGS);
 - Fornecer a todos os colaboradores o Plano de Contingência e garantir que estão aptos para colocar em prática todas as medidas preconizadas, informando-os especialmente sobre como reconhecer e atuar perante um cliente ou colaborador com suspeita de COVID-19;
- 2- Nas cantinas e bares deve ser acautelado o respeito pelas regras de distanciamento físico entre todos os utilizadores e o uso obrigatório de máscaras (com exceção durante o período de refeição), incluindo:
 - A colocação de sinaléticas que promovam um afastamento de pelo menos 2

metros nas filas para acesso às linhas e balcões de serviço;

- A organização das salas de refeições de modo a deixar um lugar de intervalo entre os utilizadores;
- O estímulo ao alargamento de horários do serviço de refeições e cruzando-os, sempre que possível, com uma maior flexibilidade de horários de atividades académicas presenciais, de forma a evitar concentrações elevadas de pessoas dentro desses espaços, bem como nas entradas e saídas dos mesmos;
- Deverão ser criados três períodos de refeição, separados entre si por um período de uma hora, com início às 11h30 e término às 14h30 (1º período 11h30 às 12h30, 2º período 12h30 às 13h30 e 3º período 13h30 às 14h30);
- A utilização exclusiva de todos os espaços para refeições ou para serviços de cafetaria, não sendo permitida a permanência de pessoas para outros efeitos, designadamente convívios, ou qualquer outra forma de confraternização lúdica e/ou académica;
- Quando necessário e conveniente poderá ser permitida a utilização das cantinas, fora dos horários de refeições, como espaço de estudo, desde que sejam mantidas as regras de distanciamento físico similares às salas de estudo das residências e assegurada a conveniente higienização e arejamento/ventilação do espaço previamente à sua utilização;
- A correta higienização das mãos por parte dos utilizadores (antes e depois das refeições), bem como uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies, de acordo com as normas e orientações da DGS;
- A utilização intensificada e adequada de protocolos de limpeza e desinfeção, incluindo a desinfeção, pelo menos, duas vezes por dia, e com recurso a detergentes adequados, de todas as zonas de contato frequente (ex.: zonas de atendimento, balcões, etc.), assim como a higienização das mesas com produtos recomendados após cada utilização e a remoção de motivos decorativos nas mesas;
- Privilegiar a utilização de espaços destinados aos clientes em áreas exteriores, como as esplanadas (sempre que possível) e serviço take-away;
- Impedir que os clientes modifiquem a orientação das mesas e das cadeiras;
- A fila de espera no espaço exterior ao estabelecimento deve garantir as condições de distanciamento, segurança. Tal pode ser conseguido através de sinalética ou informação adequada;
- Deve ser disponibilizada informação acessível, nomeadamente através da afixação de cartazes, sobre a correta lavagem e higienização das mãos, etiqueta respiratória, distanciamento físico, uso de máscara por todas as pessoas em espaços fechados (colocada adequadamente e em permanência), entre outros.
- Substituir as ementas individuais por ementas que não necessitem de ser manipuladas pelos clientes (por exemplo, placas manuscritas ou digitais) ou adotar ementas individuais de uso único (por exemplo, seladas ou impressas nas toalhas de mesa descartáveis) ou ementas plastificadas e desinfetadas após cada utilização;
- Deve ser também privilegiada a renovação frequente do ar em todos os recintos fechados, em articulação com as normas e orientações da DGS aplicáveis. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento,

Ventilação e Ar Condicionado). Nestes casos deve ser garantida a limpeza e manutenção adequada, de acordo com as recomendações do fabricante, e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica (quando esta funcionalidade esteja disponível).

- Colocação de acrílicos protetores junto aos POS;
- Garantir que a loiça utilizada pelos utentes (chávenas, copos, colheres de café) é lavada na máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C);
- Garantir os temperos são em unidoses, entregues no ato do pagamento no POS;
- Dar preferência ao pagamento através de meio que não implique contato físico entre o colaborador e o utente;
- Garantir o cumprimento das medidas previstas no HACCP.
- Devem ser acauteladas instalações sanitárias com água, sabão líquido com dispositivo doseador e toalhetes de papel de uso único, para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos, bem como higienização frequente das instalações, de acordo com as normas e orientações da DGS
- Manter a abolição de objetos e equipamentos de utilização comunitária incluindo jarros de água entre outros

Anexo I - Cartaz informativo sobre lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

Duração total do procedimento: 20 segundos

- 00** Molhe as mãos
- 01** Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
- 02** Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- 03** Palma com palma com os dedos entrelaçados
- 04** Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- 05** Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa
- 06** Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa
- 07** Enxague as mãos com água
- 08** Seque as mãos com um toalhete descartável

Logos: REPÚBLICA PORTUGUESA, 40 ANOS SNS, 120 ANOS DGS

Anexo II – Cartaz informativo sobre medidas de etiqueta respiratória

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

 **REPÚBLICA PORTUGUESA**
SAÚDE

 **40** ANOS

 **SNS**
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

 **120** ANOS

 **DGS**
Direção-Geral da Saúde

Anexo III – Sinalética Aplicável



Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)



2m



MANTENHA O DISTANCIAMENTO SOCIAL

Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)

**USE A MÁSCARA
DE PROTEÇÃO
INDIVIDUAL**



**CUMPRA A
ETIQUETA
RESPIRATÓRIA**



Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)



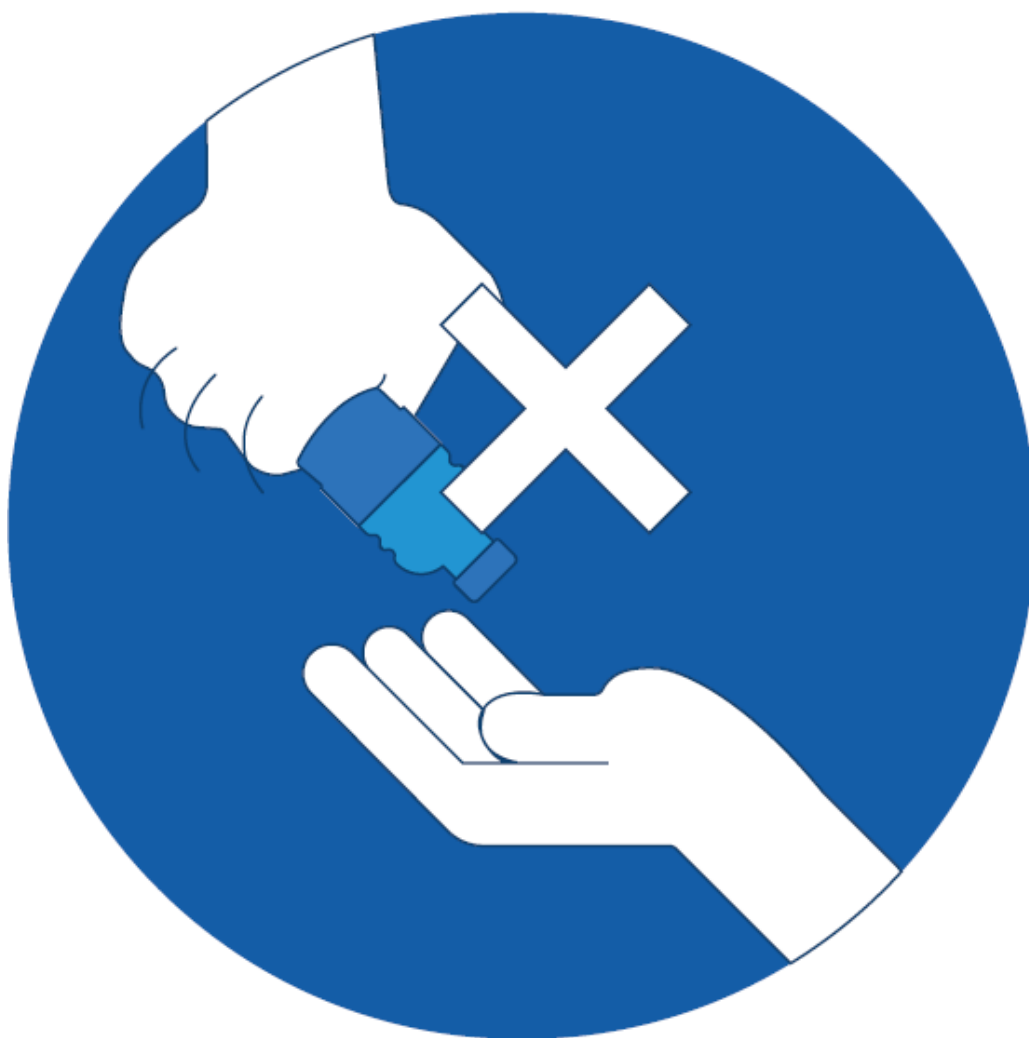
**LAVE AS MÃOS
COM ÁGUA
E SABÃO**

**OU DESINFETE
COM UMA SABA**



Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)

NÃO PARTILHE OBJETOS

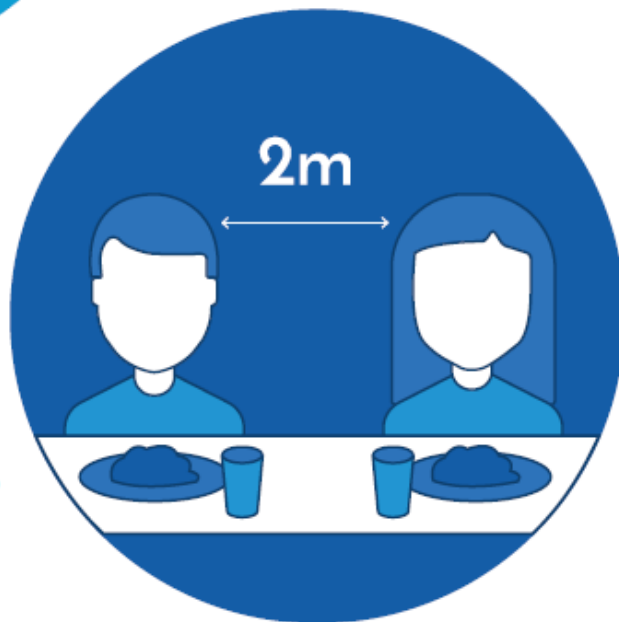


Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)



**NÃO SE SENTE
EM LUGARES
FRENTE A
FRENTE**

**MANTENHA
A DISTÂNCIA
DE 2 METROS**



Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)



Recomendações do Serviço de Saúde Ocupacional do IPL
(SSO IPL)