



Protocolo de Medidas de  
**Higiene e Segurança para**  
**Profissionais da Imagem**  
em contexto Covid-19

Versão 1 | Abril, 28, 2020

**APP**  
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA  
DOS PROFISSIONAIS DA IMAGEM **iMAGEM**

# Indice

I. Enquadramento

II. Medidas de Prevenção e Controlo da Covid-19

III Formação, informação e comunicação

IV. Referências

## I. Enquadramento

Consciente da sua missão e dos enormes desafios que a pandemia Covid-19 impõe para a atividade dos seus associados, a APPIimagem elaborou o presente protocolo de boas práticas de higiene e segurança para prevenção e controlo de infeção em contexto de Covid-19, com vista a **apoiar a retoma progressiva da atividade do setor com a máxima segurança para clientes e profissionais**, e de acordo com os referenciais normativos da Organização Mundial de Saúde (OMS), Direção Geral de Saúde (DGS) e demais autoridades competentes.

Trata-se de um **documento de referência** que deverá ser **adaptado às especificidades dos diferentes contextos de atuação** dos profissionais de imagem. Realça-se que, tendo em conta o carácter dinâmico da evolução da pandemia, a disponibilização de nova evidência científica, e as orientações governamentais, este protocolo poderá ser revisto e atualizado

## II. Medidas de Prevenção e Controlo

### DISTANCIAMENTO SOCIAL

À luz do conhecimento atual, é mais provável que a transmissão da COVID-19 ocorra quando existe contato próximo, a menos de 2 metros, com uma pessoa infetada, sendo este risco tanto maior quanto mais tempo de contacto e maior proximidade existir.

Por serem frequentados por várias pessoas e de forma continuada, os estabelecimentos comerciais podem contribuir para a **transmissão direta** (através das gotículas exaladas de um portador durante a fala ou tosse, para os olhos, nariz ou boca de outra pessoa) e **indireta** (através de gotículas presentes em superfícies) do vírus.

Nesse sentido, as medidas de distanciamento social visam reduzir a interação social entre pessoas e a sua proximidade, de forma a reduzir a transmissão da COVID-19.

Devem, por isso, serem implementadas, sempre que possível, as seguintes medidas:

1. Promoção de **sessões fotográficas em espaços amplos, no exterior**;
2. Garantir o **agendamento prévio e espaçado de todos as sessões fotográficas** em estúdio, de modo a evitar a acumulação de clientes e garantir a adequada e segura higienização do ambiente e equipamentos entre sessões;
3. Manutenção de **distância de segurança de 2 metros entre profissionais e clientes**. Em virtude da natureza do trabalho, excetuam-se desta recomendação as sessões de recém-nascidos. Nestas, o profissional, sob acordo prévio dos pais, e garantido o uso correto de máscara, e a higienização rigorosa e frequente das mãos durante toda a sessão, manterá o contacto próximo para os posicionamentos necessários, no menor tempo possível;
4. **Restrição da entrada de acompanhantes de clientes**, com exceção do pai e mãe nas sessões de recém-nascido e crianças, ou em clientes com necessidades específicas;

5. Colocação de  **sinalética no chão, da distância mínima** nas filas de atendimento;
6. Colocação de  **barreiras físicas protectoras nas zonas de atendimento**;
7. Reorganização dos locais destinados à espera dos clientes:  **ocupação intercalada de assentos e dispostos de costas com costas**;
8.  **Limitar a lotação máxima de 5 pessoas/100m<sup>2</sup>** (1 pessoa por cada 20m<sup>2</sup>) nos espaços fechados;
9.  **Reconfigurar a disposição de equipamento mobiliário** no interior dos estabelecimentos, por forma a facilitar, na circulação, o cumprimento das distâncias mínimas de segurança;
10.  **Segregar**, quando aplicável,  **os circuitos** das pessoas, utilizando portas separadas para a entrada e saída para evitar o cruzamento entre as pessoas. Se tal não for possível, propõe-se definir percursos de entrada e de saída, de modo a minimizar o cruzamento de circuitos.

## **HIGIENE DAS MÃOS**

1. Proceder à adequada e frequente  **higienização das mãos**, com recurso à lavagem com água e sabão ou ao uso de solução antiséptica de base alcoólica (com concentração aproximada de 70% de álcool), durante pelo menos 20 segundos, e sempre nos seguintes momentos:
  - a) na chegada e na saída do estabelecimento
  - b) após a utilização do Wc
  - c) antes e após refeições
  - d) antes e após a colocação/retirada da máscara
  - e) após tocar na sua face externa da máscara
  - f) após assoar o nariz
  - g) antes e após o atendimento administrativo
  - h) após manipulação de acessórios de decor e equipamentos partilhados (rato, teclado, monitor,...)

2. **Disponibilizar a solução para desinfeção das mãos** em locais estratégicos de acesso facilitado: entrada/saída do estabelecimento, balcão de atendimento, num rácio mínimo de um dispensador por 100 m<sup>2</sup>;
3. Garantir a **reposição atempada** do desinfetante assim como do detergente de mãos e toalhetes de papel descartáveis nas instalações sanitárias. Não usar toalhas de tecido partilhadas para a secagem das mãos;
4. **Evitar usar acessórios pessoais** (relógio, anéis, pulseiras) e **manter unhas curtas**, pela dificuldade inerente à sua adequada higienização;
5. Realizar a higienização das mãos, sempre que possível, à frente do cliente para evidenciar que a higiene e segurança é uma prioridade.

## **ETIQUETA RESPIRATÓRIA**

1. **Tossir ou espirrar para o braço** ou manga com cotovelo fletido **ou** cobrir com um **lenço de papel descartável**. Nunca para as mãos. Se usar as mãos inadvertidamente para cobrir a boca ou o nariz, lavá-las de imediato;
2. **Usar lenços de papel descartável de uso único** para assoar o nariz; depositá-lo de imediato no lixo (nunca no bolso) e higienizar as mãos no final.

## **USO DE MÁSCARA E OUTROS EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL**

1. **Garantir que todos os profissionais, clientes e eventuais acompanhantes usam máscara respiratória**, de forma adequada, desde a entrada até à saída dos espaços comerciais fechados;
2. Os **clientes para sessões fotográficas em estúdio, devem utilizar proteção de calçado**, a ser colocada imediatamente antes da entrada na zona do estúdio; os profissionais usam calçado de uso exclusivo ou protetores de calçado;

3. **O uso de luvas como medida geral de proteção individual é desaconselhado.** As luvas aumentam o risco de disseminação de microorganismos no ambiente porque reduzem a frequência da higienização das mãos.

### **CONTROLO AMBIENTAL DAS INSTALAÇÕES**

1. **Providenciar espaços minimalistas**, retirando elementos desnecessários, privilegiando **revestimentos lisos e laváveis** para reduzir a contaminação e facilitar a sua higienização;
2. **Assegurar uma ventilação adequada** em todos os espaços, garantindo o **arejamento natural** dos locais de trabalho, sempre que possível;
3. Em espaços fechados, **as portas ou janelas devem estar abertas** para manter o ambiente limpo, seco e bem ventilado, ou caso tal não seja possível, deve assegurar-se o funcionamento eficaz do sistema de ventilação:
  - Garantir, pelo menos, **6 renovações de ar por hora**;
  - Em caso de utilização de um sistema de ventilação de ar forçado, assegurar-se de que o ar é retirado diretamente do exterior (“ar novo”), **não devendo ser ativada a função de recirculação do ar**;
  - Limpar e desinfetar periodicamente os sistemas de ventilação e ar condicionado, cumprindo os planos de manutenção preventiva recomendados;
4. **Retirar da sala de espera revistas, folhetos, dispensadores de água**;
5. Os **recipientes para os resíduos**, devem, sempre que possível, ter tampa, mecanismo de abertura que dispense o uso das mãos e ser revestido por saco plástico;
6. Privilegiar, sempre que possível, **circuitos de circulação, zonas de estar e instalações sanitárias, distintos, para clientes e profissionais**;

7. As transportadoras devem aguardar por autorização para descarregar encomendas e a sua receção deverá ser confinada a apenas um **colaborador que assegura os cuidados de higienização dos objetos, e mãos, em zona dedicada;**
8. Limitar, sempre que possível, a **entrada de pessoas externas ao estabelecimento;** Quando tal não for viável, deverá estar afixada informação sobre o acesso e circulação, com respeito às normas sanitárias (distanciamento, uso de máscara e higienização das mãos);
9. **Eliminar,** sempre que possível, quaisquer **procedimentos de interação física,** como a recolha de assinatura de receção da mercadoria, adotando formas alternativas de comunicação (e-mails de confirmação, fotografias de entrega ou outros). Nos casos em que tal não seja praticável, deverão ser assegurados meios para possibilitar a higienização das mãos no local;
10. Nos estabelecimentos com exposição de produtos para venda, privilegiar o **atendimento personalizado** O produto de exposição podem manter-se sempre para esse fim, se possível, e caso o cliente opte por adquirir o produto deve ser fornecido um exemplar armazenado;.
11. **As embalagens de produtos para venda devem,** sempre que possível, **manter ou ser protegidas com material higienizável** (película transparente, por exemplo) ou expostas em estruturas de acrílico ou estantes de vidro, fechadas.

## **HIGIENIZAÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE IMAGEM**

1. **Manter expostos apenas os equipamentos/acessórios estritamente necessários;** todos os restantes devem estar protegidos num armário fechado, em caixas de arrumação (com tampa) ou dentro de sacos de plásticos. O planeamento atempado das sessões e do equipamento/acessórios a usar, é uma estratégia que favorece a utilização mais restrita;
2. **Privilegiar a proteção dos equipamentos/acessórios de difícil higienização** (ex. Teclado, acessório de sessão de recém-nascido), com um material que facilite a higienização (ex, película transparente, resguardo impermeável ou tecido lavável);
3. Privilegiar, sempre que possível, o **uso individual por colaborador,** dos seus próprios equipamentos evitando a partilha e o risco de transmissão indireta associado;



4. **Garantir a higienização de todos os equipamentos/acessórios manipulados** e/ou utilizados, incluindo computadores, telemóveis, monitores, máquinas fotográficas, tripés, etc, **entre cada cliente e sempre que visivelmente sujos**;
5. O método e os produtos de higienização dos equipamentos, em especial dos equipamentos eletrónicos devem seguir as recomendações do fabricante; mas deve ser utilizado, preferencialmente, um **método de higienização húmido**, com pequeno pano, com água quente e detergente, bem espremido, seguida da aplicação de desinfetante à base de álcool 70%. Em substituição poderão ser utilizados toalhetes de limpeza/desinfecção (2 em 1) de modo a controlar a humidade do processo e mitigar o risco de eventuais danos ao equipamento.

#### **HIGIENIZAÇÃO DE ROUPAS/ACESSÓRIOS EM TECIDO**

1. Os profissionais em áreas de contacto com o público e de trabalho em estúdio, devem usar, sempre que possível, **uniforme**. O calçado deve ser, idealmente, de uso exclusivo nas zonas de trabalho em contexto de estúdio;
2. No final do dia, a roupa/uniforme, **devem ser lavados, à parte, com a máxima temperatura permitida pelos tecidos**. Pode reforçar-se a higienização **adicionando-se à lavagem um desinfetante à base de lixívia ou oxigénio activo** e através da utilização de ferro de engomar;
3. Os **acessórios** usados nas produções **devem ser higienizados entre clientes e guardados em local protegido até à próxima utilização** (armário fechado, recipiente com tampa ou embalagem de plástico, saco com fecho Zip);
4. Caso seja necessário proceder à sua lavagem fora do estabelecimento, devem ser transportadas dentro de um saco de plástico fechado.

## HIGIENIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

**As superfícies podem constituir-se como reservatórios** de vírus e outros microrganismos, pelo que devem ser tomadas medidas adicionais e reforçadas de cuidados na limpeza e desinfeção, de modo a prevenir a disseminação da doença. Nesse âmbito deve ser garantido que:

1. Todos os estabelecimentos **têm um plano de limpeza das instalações definido e afixado** e os **profissionais responsáveis pela sua higienização conhecem** os produtos a utilizar;
2. **Para cada produto deve existir uma ficha técnica**, com as precauções a ter com o seu armazenamento, manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, proteção durante os procedimentos de limpeza dos espaços e garantia de ventilação durante a utilização;
3. O plano deve incluir equipamentos, acessórios e todas as superfícies, com **especial foco nas superfícies de toque frequente e que, por isso, representam maior risco** (ex. maçanetas, interruptores, telefones, torneiras, cadeiras, balcões, terminais pagamento, teclados,...);
4. Os produtos são armazenados em local seguro e fechado.

### a) Técnica

Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido ou aspirador de pó (método seco), na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis. Deve, por isso, ser **realizada através de método húmido**, com recurso a **detergente** desengordurante, **seguido de desinfetante**, realizada no **sentido de cima para baixo** e das **áreas mais limpas para mais sujas**;

A sequência da técnica compreende os seguintes passos:

- a. Lavar as superfícies com água e detergente
- b. Aplicar uniformemente o desinfetante
- c. Deixar atuar pelo tempo recomendado
- d. Enxaguar as superfícies só com água

e. Deixar secar ao ar

**b) Produtos detergentes e/ou desinfetantes**

a. **Detergente:** de uso comum

b. **Desinfetantes:**

- i. **Lixívia** (hipoclorito de sódio) a 5% diluída em água fria (diluição de 1 parte de lixívia para 49 de água para instalações sanitárias e superfícies toque frequente; 1/99 nas restantes superfícies);
- ii. **Álcool a 70º**, para as superfícies metálicas ou outras, que não sejam compatíveis com a lixívia, de modo a evitar corrosão ou danificação;
- iii. **Instalações sanitárias: detergente com desinfetante** porque é de mais fácil aplicação e desinfeção neste contexto;
- iv. **Superfícies de toque frequente:** pode também ser usado detergente de base desinfetante (2 em 1), para conseguir um procedimento mais rápido, em apresentação toalhete ou spray.

**c) Frequência**

**As superfícies de toque frequente** devem ser higienizadas, no mínimo, **6 vezes ao dia**, sempre que visivelmente sujas e, sempre que possível, após cada atendimento/utilização; **As restantes superfícies e o chão** deve ser limpo, sempre que visivelmente sujas e no mínimo **2 vezes ao dia**, com água quente e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de lixívia diluída em água fria.

**d) Materiais**

**Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartáveis**, e diferenciados por um código de cores, para cada uma das áreas, de acordo com o nível de risco;

**Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo) de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.** Por exemplo: o balde e esfregona usados nas **casas de banho, não devem ser usados** em outros espaços públicos;

O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfecção destes equipamentos no final de cada utilização, em zona dedicada e, sempre que possível, exclusiva para este efeito.

## **REDEFINIÇÃO DE PROCESSOS E GESTÃO DE RECURSOS**

1. Promoção do **regime de teletrabalho** para o profissionais elegíveis;
2. Promoção de **reuniões de trabalho** com clientes ou fornecedores, através de meios electrónicos. Quando tal não for possível, assegurar o distanciamento social mínimo de 2m, a higienização das mãos e o uso de máscara respiratória;
3. Priorizar **ações de formação em regime de e-learning** e a participação em eventos em formato digital, ex.: Webinar;
4. **Evitar postos de trabalho comuns ou próximos**, garantindo distanciamento de 2m entre eles;
5. **Evitar aglomeração de colaboradores em áreas de pausa e/ou refeição** através de:
  - a. Retirada e/ou espaçamento de lugares sentados
  - b. Desfasamento de horários de pausa e/ou refeição
  - c. Limitação do número máximo de profissionais em cada espaço;
6. **Reorganizar horários de trabalho dos profissionais** de modo a **reduzir, ao mínimo, o número de profissionais em trabalho simultâneo**, especialmente em ambientes fechados;
7. Sempre que aplicável, **adotar um sistema de “equipas em espelho”**, com a rotatividade de equipas de acordo com os recursos humanos existentes. Preferencialmente as equipas devem ser mantidas as mesmas, sem mudança de colaboradores.
8. **Reforçar estratégia de transformação digital para marketing, publicidade, agendamentos, comunicação, faturação e pagamentos** (Mb Way ou Transferência Bancária);

9. Quando solicitado o livro de reclamações orientar o cliente para o **livro de reclamações electrónico** ([www.livros.reclamações.pt](http://www.livros.reclamações.pt));
10. Após devolução, os produtos devem ser higienizados ou colocados em “quarentena” antes de armazenados;
11. **Para além do cumprimento da legislação referente ao atendimento prioritário, identificar proativamente** e privilegiar no atendimento, **pessoas vulneráveis** (com doença crónica, a realizar tratamentos de quimioterapia, transplantados, etc...).

## **CONDUTA PESSOAL E SOCIAL**

1. Todos os profissionais devem garantir **apresentação pessoal cuidada e segura**, evitando o uso de acessórios pessoais, mantendo a barba aparada e o cabelo, se comprido, preso;
2. Clientes e colaboradores devem **evitar tocar nos olhos, nariz ou boca, assim como em superfícies e objetos desnecessários**;
3. Devem **evitar cumprimentos sociais**, respeitar a distância de segurança e cumprir as orientações para uso de máscara, etiqueta respiratória, higiene das mãos e as demais boas práticas, assumindo o papel de agente de saúde pública;
4. Fruto das restrições à proximidade física e uso de máscara, sugere-se a criação de **estratégias de maximização das relações profissionais e comerciais**, privilegiando contactos mais personalizados. São exemplos, tratar o cliente pelo nome pelo qual prefere ser chamado, gravar o contacto telefónico do cliente com o nome para proativamente identificá-lo em contactos posteriores, usar identificação e/ou foto sobre o uniforme (crachá, cartão...) .

## **RASTREIO DE DOENÇA COVID-19 E ATUAÇÃO EM CASO SUSPEITO**

**Todos os clientes com sessões fotográficas agendadas**, devem ser rastreados, no momento da marcação e no dia anterior à sessão, para a Covid-19. Para tal, devem ser questionados sobre se têm febre, dificuldade respiratória, tosse ou tiveram contacto próximo com alguém com Covid-19. Caso a resposta seja positiva a alguma das questões, os clientes devem ser orientados para entrarem em contacto com a linha de Saúde 24 (808 24 24 24) e a sessão deve ser adiada até ao desaparecimento de sintomas ou cura.

**Todos os profissionais devem fazer auto-monitorização de sintomas de Covid-19** (febre, tosse recente ou agravamento de tosse habitual ou dificuldade respiratória); **Se surgir algum destes sintomas não deve apresentar-se no local de trabalho**, deve contactar a linha Saúde 24, informar a sua chefia direta e **atuar em conformidade com as orientações das autoridades**.

Cada estabelecimento deve, de acordo com o seu plano de contingência, **definir uma área de “isolamento”** para que, em caso de suspeita de um caso de infeção, impedir que outras pessoas (colaboradores e/ou clientes) possam ser expostos e infetados. No caso dos sintomas do colaborador ou do cliente surgirem durante o período de trabalho, estes devem ser orientados para este local e a atuação deve seguir as orientações do plano de contingência local do estabelecimento.

## **PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19**

As empresas devem, em articulação com os serviços de segurança e saúde no trabalho, elaborar e/ou **rever o seu plano de contingência para a COVID-19 adaptado para a fase atual**, no qual devem adotar procedimentos de prevenção e controlo da infeção, bem como de deteção e vigilância de eventuais casos de COVID-19 (Orientação n.006/2020 da DGS) e de outras Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde e das demais autoridades competentes e atuar em conformidade.

## **IV. Informação, Comunicação e Formação**

As medidas de prevenção e controlo adotadas devem comunicadas a todos os colaboradores, clientes, fornecedores e parceiros, através dos meios eletrónicos e da sua afixação em local visível, tornando-os assim parte integrante da nova organização, que se pretende mais segura.

Todos os colaboradores devem estar atempadamente informados sobre as suas responsabilidades inerentes à rigorosa implementação do plano de prevenção adotado, no contexto do desempenho das suas funções.

Deve ser garantida formação orientada e contextualizada, a todos os colaboradores sobre estas medidas de modo a garantir a sua sensibilização e esclarecimento de dúvidas.

Deve ser promovida a divulgação de informação a clientes e fornecedores, sobre distanciamento social, higiene das mãos, uso de máscara e etiqueta respiratória, através de meios digitais ou em suporte de papel, através da afixação de cartazes no estabelecimento;

## VI. Referências

1. **Direção Geral da Saúde** | [Saúde e Trabalho- Medidas de prevenção da COVID-19 nas empresas](#)
2. **Direção Geral da Saúde** | [Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas | Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020](#)
3. **Direção Geral da Saúde** | [Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público | Orientação nº 011/2020 de 17/03/2020](#)
4. **Direção Geral da Saúde** | [Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares | Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020](#)
5. **Direção Geral da Saúde** | [Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não Profissionais de Saúde | Orientação nº 019/2020 de 03/04/2020](#)
6. **Direção Geral da Saúde** | [Uso de Máscaras na Comunidade | Informação nº 009/2020 de 13/04/2020](#)
7. **Autoridade para as Condições de Trabalho** | [Adaptar os Locais de Trabalho / Proteger os Trabalhadores](#)
8. **Confederação do Comércio e Serviços de Portugal** | [Guia de Boas Práticas para os Setores do Comércio e Serviço](#)
9. **Direção Geral da Saúde** | [Materiais de Divulgação](#)
10. **Direção Geral da Saúde** | [Ponto de Situação Atual em Portugal](#)
11. **Direção Geral da Saúde** | [Website oficial da Direção-Geral da Saúde sobre o COVID](#)