



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**

Índice

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 **senalética 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/100m²** (1 pessoa por cada 20m²) 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 m²;
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);
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](#)