

PROTOCOLO DE PREVENÇÃO À COVID-19



PARA AS INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS



PREFEITURA
DA CIDADE DO
RIO DE JANEIRO

SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE

Regras de **Ouro** ✓

PARA ENTENDER AS REGRAS DE OURO*



1

Higienizar as mãos **antes** e **depois** de cada atividade usando água e sabão líquido ou, quando não for possível, álcool 70% em gel.



2

Em áreas de circulação, incluindo banheiros, disponibilizar **álcool 70% em gel**, dispensadores de sabão líquido e de papel-toalha descartável e lixeiras com tampa, sem acionamento manual.



3

Usar **obrigatoriamente máscara** em todas as áreas comuns, e só retirar durante as refeições.



4

Obedecer ao **distanciamento** de dois metros ou quatro metros quadrados por pessoa, evitando o uso do elevador.



5

Manter os **ambientes arejados** com as janelas e portas abertas e a limpeza dos aparelhos de ar-condicionado em dia.



6

Providenciar máscaras, luvas de borracha, toucas e outros **equipamentos de proteção individual (EPIs)** para as equipes de limpeza e demais funcionários, de acordo com a atividade exercida.



7

Reforçar a sensibilização sobre a **etiqueta respiratória**, a ser adotada em caso de tosse ou espirros: proteger a boca e o nariz com lenço de papel descartável ou o braço, evitando tocar o rosto.



8

Encaminhar à **assistência médica** o funcionário ou colaborador que apresente sintomas da Covid-19.



9

Fazer a **limpeza concorrente** a cada três horas e a **limpeza terminal** após o expediente, com atenção à necessidade da **limpeza imediata****.



10

Divulgar em **pontos estratégicos** os materiais educativos e outros meios de informação sobre as medidas de prevenção à Covid-19, como as Regras de Ouro e a Central 1746.

*Art. 16 do Decreto Rio nº 47.488, de 02 de junho de 2020. As Regras de Ouro são pré-requisitos para a retomada das atividades.

Entende-se por **limpeza concorrente o processo realizado para a manutenção da limpeza durante o funcionamento do estabelecimento. A frequência recomendada é, no mínimo, a cada três horas ou sempre que preciso. A **limpeza terminal** é mais completa, uma faxina geral antes ou após o encerramento das atividades. A **limpeza imediata** deve ser feita no momento da ocorrência, quando há, por exemplo, o derramamento acidental de alguma substância no solo. Essa limpeza é fundamental para evitar acidentes e acúmulo de sujidades.

PONTOS ESSENCIAIS PARA A EFICÁCIA DAS REGRAS DE OURO

1. O comprometimento de todas as instituições em cumprir as medidas estabelecidas nas Regras de Ouro.
2. A colaboração da população em geral.
3. A fiscalização dos órgãos públicos e dos frequentadores.

1. ORIENTAÇÕES GERAIS

1. Designar responsável para gerenciar as medidas de prevenção e controle da disseminação do SARS-CoV-2.
2. Promover capacitação interna referente às medidas de prevenção à Covid-19.
3. Não permitir o acesso nem a permanência de pessoas e funcionários sem máscara em nenhum dos ambientes, exceto durante a refeição em ambientes destinados à alimentação.
4. Organizar turnos de trabalho, alternando dias/horário de comparecimento entre as equipes para evitar maior fluxo de pessoas nos transportes e a aglomeração no local de trabalho.
5. É recomendado o distanciamento mínimo de dois metros entre os colaboradores, inclusive no ambiente de trabalho. Onde não for possível, utilizar barreira física ou protetores adicionais ao uso da máscara, como o face shield.
6. Manter a distância mínima de dois metros entre os idosos e estabelecer fluxo de circulação para evitar aglomerações.
7. Instalar em pontos estratégicos lavatório e dispensadores abastecidos de sabonete líquido e papel-toalha não reciclado, além de lixeira com tampa e abertura sem contato manual.
8. Os dispensadores de álcool 70% devem ser disponibilizados em pontos estratégicos como próximo aos botões de acionamento dos elevadores do térreo e, de maneira optativa, dentro dos elevadores e próximos às escadas, já que os corrimãos podem ser fontes de contaminação.
9. Higienizar com álcool 70% líquido os utensílios de trabalho que venham a ser compartilhados entre os colaboradores, após cada uso, como canetas, rádios e telefones.

10. Reforçar a limpeza e desinfecção em todos os pontos de maior contato, como bancadas, mesas, cadeiras, bancos, sofás, pias, torneiras, piso, paredes, entre outros.
11. Seguir todas as orientações descritas no Protocolo de Limpeza e Desinfecção de Superfícies, elaborado pela Subsecretaria de Vigilância, Fiscalização Sanitária e Controle de Zoonoses (Subvisa).
12. Orientar profissionais e idosos a não compartilhar cortadores de unha, alicates de cutícula, aparelhos de barbear, pratos, copos, talheres, toalhas, roupas de cama, canetas, celulares, teclados, mouses, pentes, escovas de cabelo, assim como itens de uso coletivo.
13. Os colaboradores devem higienizar as mãos constantemente e utilizar máscaras ou demais EPIs necessários, inclusive nas cozinhas, durante o preparo das refeições. É proibido o uso de adornos nos ambientes de trabalho.
14. Monitorar os idosos e profissionais quanto à higienização frequente das mãos com água e sabonete líquido e álcool 70%, complementarmente.
15. Garantir a renovação de ar, mantendo os ambientes abertos para propiciar ventilação natural, sempre que possível.

2. RECEPÇÃO

1. Disponibilizar álcool 70% na recepção do estabelecimento para higienização das mãos.
2. Afixar cartazes informativos, com orientações sobre a forma de contágio e prevenção à Covid-19.
3. Realizar a triagem do idoso e, se constatada a presença de sintomas gripais ou respiratórios (com sinais de secreção, tosse, dor de garganta ou qualquer outro sintoma), mantê-lo em isolamento no quarto privativo, com orientação quanto à etiqueta respiratória a ser adotada.

3. ADMISSÕES/READMISSÕES

1. Elaborar e implementar Plano de Contingência para admissão e readmissão de idosos.
2. Realizar práticas de prevenção de infecções apropriadas para os idosos mantendo-os em isolamento por 14 dias, a partir do momento da admissão ou readmissão.
3. Monitorar os idosos no momento da admissão ou retorno ao estabelecimento quanto à febre, sintomas respiratórios e outros sinais da Covid-19.
4. Proibir a visita de profissionais e voluntários que prestem serviços não essenciais (cabeleireiro, manicure, grupos religiosos, entre outros).
5. Restringir a visita de familiares e disponibilizar contato por meio digital (celular, computador, entre outros).
6. Fica permitido o atendimento de profissionais de saúde mediante agendamento e orientação quanto ao uso de EPI completo.

4. ASSISTÊNCIA À SAÚDE

1. Na existência de posto de enfermagem ou ambulatório de uso exclusivo, deverão ser seguidos protocolos específicos para serviços de saúde.
2. O uniforme de trabalho deve ser exclusivo para uso no estabelecimento, durante o expediente, inclusive a máscara. É proibido circular fora do estabelecimento com o uniforme de trabalho.
3. Durante os atendimentos, os profissionais de saúde devem utilizar EPIs completo: gorro, máscara cirúrgica ou N95, face shield, capote ou avental e luvas de procedimento.
4. Manter atualizadas as carteiras de vacinação dos idosos e funcionários.
5. Monitorar os idosos diariamente quanto à febre, sintomas respiratórios e outros sinais da Covid-19.
6. Comunicar imediatamente o médico responsável e a Vigilância Epidemiológica sobre a ocorrência da suspeita de contaminação de Covid-19.
7. Manter em quarto privativo para isolamento do idoso que apresente suspeita ou sintomas respiratórios e outros sinais da Covid-19.

8. Garantir a higienização com álcool 70% líquido dos equipamentos e acessórios, como termômetros, oxímetros, aparelhos de P.A., cadeiras higiênicas, cadeiras de rodas, entre outros, antes e após o uso.
9. Estabelecer protocolo para a coleta e desinfecção de EPIs reutilizáveis e para seu descarte.
10. Coibir atitudes que possam gerar contaminação nas áreas de trabalho como comer, fumar, tossir, cantar, assoviar ou outras anti-higiênicas. Não é recomendado o uso de celulares no ambiente de trabalho.

5. COZINHA E REFEITÓRIO

1. Manter afastamento adequado de mesas do refeitório e marcação dos lugares bloqueados.
2. Ampliar o período de funcionamento e distribuir os usuários em horários de refeição distintos para evitar aglomerações.
3. Realizar o porcionamento dos alimentos por profissional devidamente uniformizado e utilizando EPI adequado.
4. Antes de preparar os alimentos são necessários os seguintes cuidados:
 - Lavar bem as mãos com água e sabão, antes e depois de manipular os alimentos e alimentar-se;
 - Higienizar os mantimentos antes de guardá-los em armários, geladeiras, fruteiras e outros locais;
 - Enlatados, garrafas pet e embalagens tetra pack devem ser lavados com água e sabão. Já a higiene das embalagens plásticas (como as de macarrão, farinha, arroz e feijão) deve ser feita com um pano úmido, para a retirada da poeira, e finalizada com álcool 70% utilizando papel-toalha;
 - Para higienizar verduras, legumes e frutas, deixe de molho por, pelo menos, 20 minutos em solução de água sanitária 0,2% (uma colher de sopa de água sanitária a para cada litro de água);
 - As sacolas plásticas utilizadas para transporte nas compras devem ser descartadas e as reutilizáveis higienizadas adequadamente;
 - Nos casos de isolamento por comprometimento respiratório em quarentena, oferecer a refeição no quarto, com atenção para não entrar no local.

5. Disponibilizar utensílios individuais com identificação dos idosos, evitando o compartilhamento de copos, xícaras, talheres, pratos, entre outros.
6. Oferecer as refeições no quarto para o idoso suspeito ou sintomático.

6. REFEITÓRIO DA FORÇA DE TRABALHO

1. Ampliar o período de funcionamento e distribuir os funcionários em horários de refeição distintos para evitar aglomerações.
2. Manter o distanciamento mínimo de dois metros nas filas para escolha do alimento, podendo ser utilizadas marcações no piso.
3. Estimular que funcionários sentem sempre em posições fixas, respeitando o distanciamento mínimo de dois metros para possibilitar a identificação de quem teve contato próximo em caso de transmissão.
4. Reforçar a higienização de mesas, cadeiras e pontos de limpeza dos funcionários, como pias e banheiros.

7. ACOMODAÇÕES/QUARTOS

1. Manter distanciamento mínimo entre os leitos nos dormitórios de dois metros.
2. Manter travesseiros e colchões com revestimento impermeável e de fácil higienização.
3. Fazer a limpeza concorrente a cada três horas; e a limpeza terminal de forma sistemática e quando houver desocupação do leito, com atenção à necessidade da limpeza imediata.

8. ROUPARIA

1. Estabelecer fluxo adequado.
2. Lavar as roupas dos idosos com quadro suspeito ou confirmado de Covid-19 separadamente das peças dos demais.
3. Realizar o transporte das roupas para a lavanderia em recipientes ou embalagens apropriadas (recipientes ou sacos de uso exclusivo para este fim).

9. MANUTENÇÃO E DOCUMENTAÇÃO

1. Medidas a serem adotadas:

- Realizar troca constante dos elementos filtrantes dos bebedouros e dos aparelhos de ar-condicionado, de acordo com o fabricante;
- Bebedouros de uso direto são proibidos;
- Sempre que possível manter os ambientes com as janelas e portas abertas para melhor circulação do ar, evitando a utilização do ar-condicionado;
- Caso não haja ar-condicionado, as portas e janelas devem ser mantidas abertas;
- O ar ambiente deve ser renovado de acordo com o exigido na legislação (27m³/hora/pessoa);
- Os resíduos comuns devem ser acondicionados separadamente em coletores com tampa e devidamente dimensionados para o volume gerado;
- Empresas de coleta e transporte de resíduos devem estar credenciadas na Comlurb;
- O descarte das máscaras ou de outros EPIs deve ser feito em lixeira exclusiva para esse fim, seguindo as orientações da RDC/Anvisa nº 222 de 28/03/2018.

2. O que deve ser apresentado:

- Licença Sanitária de Funcionamento para empresas organizadoras e fornecedoras de serviços sediadas no município do Rio de Janeiro (LSF);
- Certificado de higienização dos reservatórios de água de consumo (semestral);
- Laudo de potabilidade da água (semestral);
- Apresentação do Plano de Manutenção, Operação e Controle de Ar-condicionado (PMOC) para sistemas de climatização com capacidade igual ou superior a 60.000 BTUs (somatório da capacidade de todos os equipamentos de climatização instalados);
- Comprovante de limpeza de ductos de ar-condicionado anual (para ar-condicionado central).

TERMO DE CIÊNCIA DA LEGISLAÇÃO

Declaro ser conhecedor da legislação sanitária em vigor e, em especial, dos procedimentos de prevenção à Covid-19. Declaro estar ciente de que a prestação de declaração falsa configura crime previsto no Código Penal Brasileiro, passível de sanções penais, sem exclusão das sanções administrativas e civis cabíveis. Declaro estar ciente da legislação referente ao funcionamento da atividade que se pleiteia a obtenção do Selo de Conformidade de Prevenção à Covid-19. Declaro que a atividade a ser exercida observará com rigor toda a legislação sanitária afeta, sobretudo, os regulamentos técnicos específicos editados pelo órgão sanitário municipal do Rio de Janeiro. Declaro estar ciente da obrigação de apresentar, a qualquer tempo, toda a documentação exigida para o funcionamento da atividade e de prestar todas as informações referentes ao funcionamento do estabelecimento para assegurar os controles necessários a serem exercidos pelo órgão sanitário municipal. Declaro que me responsabilizo por providenciar, a qualquer tempo, todas as adequações necessárias ao perfeito atendimento das normas sanitárias. Declaro comprometer-me com a preservação das melhores condições higiênico-sanitárias de instalações, equipamentos, procedimentos e fluxos, notadamente, as boas práticas para o exercício da atividade e a adequada conservação dos produtos utilizados. Declaro comprometer-me com o exercício da atividade em plena observância aos requisitos indispensáveis à proteção e preservação da saúde individual e coletiva. Declaro estar ciente de que qualquer ação ou omissão em desacordo com as normas sanitárias, mesmo as de menor risco, frequência ou impacto, sujeitará o estabelecimento a sanções de natureza administrativa, civil e penal, sem prejuízo de medidas complementares, entre as quais a cassação do licenciamento sanitário do estabelecimento, a cassação do alvará de funcionamento e outras necessárias à cessação e punição da irregularidade.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Declaro que são VERDADEIRAS e EXATAS todas as informações apresentadas por meio do portal Carioca Digital para fim de requerimento do Selo de Conformidade de Prevenção à Covid-19, em todas as suas modalidades, junto a Subsecretaria de Vigilância, Fiscalização Sanitária e Controle de Zoonoses – SUBVISA. Declaro ainda estar ciente de que a prestação de declaração falsa configura crime previsto no Código Penal Brasileiro, passível de sanções penais, sem prejuízo das sanções administrativas e civis cabíveis.

Atualizado em 01/09/2020.



PREFEITURA
DA C I D A D E D O
RIO DE JANEIRO

**SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE**

**Subsecretaria de Vigilância, Fiscalização
e Controle de Zoonoses**