

COVID-19

19 MAIO 2020 – VOLUME 2

# SAÚDE E ATIVIDADES DIÁRIAS

Medidas de Prevenção e  
Controlo da COVID-19 em  
Estabelecimentos de  
Restauração e Bebidas



## FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.  
SÁUDE E ATIVIDADES DIÁRIAS Medidas gerais de prevenção e controlo da COVID-19  
Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2020.

### PALAVRAS CHAVE

COVID-19; Saúde Pública; Atividades diárias; Medidas de Prevenção

### EDITOR

Direção-Geral da Saúde  
Alameda D. Afonso Henriques, 45, 1049-005 Lisboa  
Tel.: 218 430 500  
Fax: 218 430 530  
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt  
www.dgs.pt

### AUTORIA

Direção de Serviços de Prevenção da Doença e Promoção da Saúde

ISBN: XXXXXXXX

Lisboa, maio 2020

# PREFÁCIO

As medidas tomadas no âmbito do combate à pandemia, e na sequência da declaração do estado de emergência, tiveram efeitos restritivos no normal funcionamento da vida em comunidade e das atividades económicas, culturais e sociais, em Portugal. Este problema global e dinâmico suscitou em cada momento e em cada contexto uma resposta proporcional e adequada, com vista a travar a propagação da infeção por SARS-CoV-2 e a prestar os cuidados de saúde necessários a todos os cidadãos.

Importa salientar que o levantamento das restrições aumenta ainda mais a responsabilidade individual e coletiva. O SARS-CoV-2 circula na comunidade, e esta nova fase exige de cada cidadão um rigor acrescido no cumprimento das medidas preventivas e de Saúde Pública.

É de conhecimento público que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número acrescido de pessoas, especialmente em ambientes fechados, dado que a aglomeração de pessoas e o contacto físico entre pessoas ou com superfícies contaminadas são fatores importantes de transmissão da COVID-19.

Este manual pretende apresentar as medidas específicas a adotar em estabelecimentos de restauração e bebidas, com base nos princípios de evidência e conhecimento científico. Estas recomendações não dispensam, contudo, a consulta e cumprimento da legislação em vigor. Certos de que o nosso sentido cívico, plasmado no esforço coletivo e individual, continuará a ser meritório e salutar, cremos que com este manual será mais simples a adequação a esta nova realidade.

Esta nova realidade coloca-nos novos desafios, para os quais estamos todos convocados, porque **TODOS SOMOS AGENTES DE SAÚDE PÚBLICA.**



## Organização do manual

O manual está dividido numa série de volumes temáticos com recomendações a adotar. Este segundo volume apresenta as medidas a adotar em estabelecimentos de restauração e bebidas.

A leitura deste manual deve ser completada com o Volume 1 – “Medidas Gerais de Controlo e Prevenção da COVID-19” no qual constam as medidas gerais a adotar por todos, independentemente do contexto.

Ao longo do documento poderá encontrar ícones clicáveis que remetem para materiais de apoio:



Documentos técnicos como orientações e normas da Direção-Geral da Saúde, com informação mais detalhada sobre o assunto.



Vídeos sobre o tema em questão.



Cartaz informativo que ilustra os tópicos abordados.

# ÍNDICE

<b>PREFÁCIO</b> .....	I
<b>CUIDADOS A TER EM ESTABELECIMENTOS DE RESTAURAÇÃO E BEBIDAS</b> .....	1
Estabelecimentos de restauração e bebidas .....	2
<b>CARTAZES PARA IMPRESSÃO</b> .....	7
<b>GLOSSÁRIO</b> .....	12
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	18

# CUIDADOS A TER EM ESTABELECIMENTOS DE RESTAURAÇÃO E BEBIDAS

Nesta nova fase é importante que cada pessoa tenha um sentido de responsabilidade social e continue a cumprir as medidas de prevenção da infeção, havendo alguns cuidados específicos a adotar, em diferentes contextos.

Os estabelecimentos de restauração e bebidas pelas suas características podem ser locais de transmissão da infeção por SARS-CoV-2, quer por contacto direto, como por contacto indireto. Estes espaços têm elevada circulação de pessoas, que durante o período de consumo de comida e/ou bebidas estarão sem máscara e, provavelmente, em contacto com superfícies, como a mesa. Como tal, os cuidados de distanciamento e higiene devem ser reforçados para assegurar a minimização da transmissão da doença neste contexto.

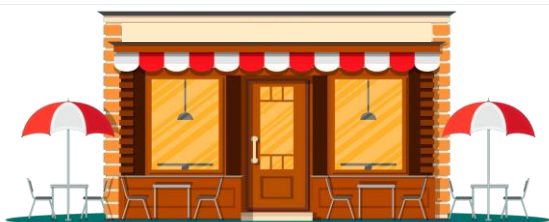


## Estabelecimentos de restauração e bebidas



### OS ESTABELECIMENTOS DEVEM SER REORGANIZADOS

- **Elaborar e/ou atualizar o seu Plano de Contingência** e partilhá-lo com todos os colaboradores;
- **Redefinir a capacidade máxima** de pessoas/serviços do estabelecimento (interior/incluindo balcão e esplanada), de forma a garantir a distância recomendada de 1,5-2 metros entre pessoas. Esta capacidade deve estar afixada num documento próprio, visível para o público;
- **Privilegiar a utilização de espaços exteriores** designadamente esplanadas, sempre que possível, e serviço *take-away*;
- Manter no espaço, sempre que possível, **apenas as cadeiras e as mesas que correspondem à capacidade definida** para o estabelecimento. O restante material deve ser guardado, por forma a estar inacessível aos clientes;
- **Dispor, sempre que possível, as cadeiras e as mesas por forma a garantir a distância recomendada** entre clientes sentados e entre estes e as pessoas que circulam entre as mesas.
  - A disposição dos lugares **na diagonal** pode facilitar a manutenção da distância de segurança;
  - Os **coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado** a uma distância inferior;
  - Os **lugares em pé, pela dificuldade de garantir a distância entre as pessoas, estão desaconselhados**, assim como as operações do tipo self-service, como buffets e dispensadores de alimentos que impliquem contato por parte do cliente;

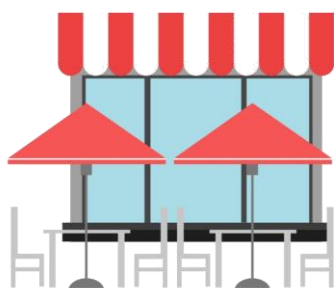
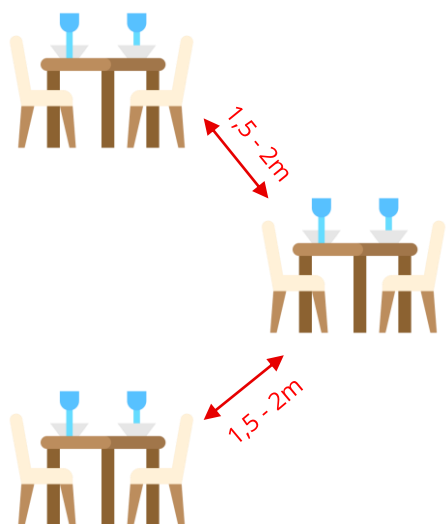




- Os pratos e talheres devem ser colocados na mesa apenas mediante serviço de um cliente. **Não devem deixar utensílios na mesa entre clientes;**
- **Promover o agendamento e marcação antecipada,** estabelecendo desfasamento de forma a evitar aglomerados de pessoas a aguardar na entrada;
- **Disponibilizar dispensadores de solução à base de álcool,** perto da entrada do estabelecimento e noutros locais convenientes;
- Garantir que as casas de banho dos clientes e dos colaboradores possibilitam a lavagem das mãos com **água e sabão** e a secagem das mãos com **toalhetes de papel** de uso único. Sempre que possível os lavatórios devem estar acessíveis sem necessidade de manipular portas;
- Tentar **assegurar circuitos para as instalações sanitárias,** onde deve ser possível manter a distância adequada entre as pessoas que circulam e as que estão sentadas nas mesas;
- Substituir as ementas individuais por **ementas que não necessitem** de ser manipuladas pelos clientes (ex: placas manuscritas ou ferramentas digitais – QR code) ou por ementas individuais de uso único (por exemplo, seladas ou impressas nas toalhas de mesa descartáveis) ou ementas plastificadas e desinfetadas após cada utilização;
- **Assegurar uma boa ventilação e renovação frequente de ar** nas áreas do restaurante, por exemplo através da abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar e o equipamento deve ser alvo de uma manutenção adequada (desinfecção por método certificado);
- **Fornecer equipamento de proteção adequado à exposição profissional** a todos os colaboradores, para uso durante todo o período de trabalho.







## O TRABALHADOR DEVE

- **Conhecer as medidas que constam no Plano de Contingência** e saber como agir perante um caso suspeito de COVID-19;
- **Cumprir as medidas** de distanciamento, higiene pessoal e ambiental descritas no capítulo “Medidas Preventivas”;
- **Reportar** à empresa/estabelecimento ou entidades competentes, situações de incumprimentos das medidas implementadas que podem condicionar perigo para a Saúde Pública;
- **Utilizar uma máscara**, de acordo com as indicações no volume 1 do manual - subcapítulo “Equipamentos de Proteção”;
- **Impedir que os clientes modifiquem a orientação das mesas e das cadeiras**;
- **Assegurar o cumprimento da distância de 1,5-2 metros dos clientes, entre os clientes e dos restantes colaboradores**, caso se formem filas de espera, para pagamento no balcão ou acesso ao estabelecimento por exemplo;
- **Garantir que o espaço exterior reúne condições** para as pessoas estarem à espera em segurança, através de sinalética ou informação adequada, por exemplo;
- **Retirar acessórios ou elementos decorativos das mesas, bem como temperos**;
- Colocar os pratos, copos, talheres e outros utensílios nas mesas **na presença do cliente** que os vai utilizar;
- **Não se apresentar ao serviço**, se manifestar sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19. Deve ligar para o SNS24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações que lhe forem dadas.

## LIMPEZA E DESCONTAMINAÇÃO



- **Descontaminar, pelo menos seis vezes por dia**, e com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contato frequente (ex: zonas de atendimento, balcões, áreas de espera, teclados do computador, fotocopiadoras, casas de banho, puxadores, etc.);
- **Desinfetar após cada utilização**, com recurso a detergentes adequados, **os equipamentos críticos** (tais como terminais de pagamento automático e ementas individuais);
- **Trocar as toalhas e higienizar as mesas** com produtos recomendados entre cada cliente;
- A loiça utilizada pelos clientes deve ser lavada na **máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C)**.

## HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR



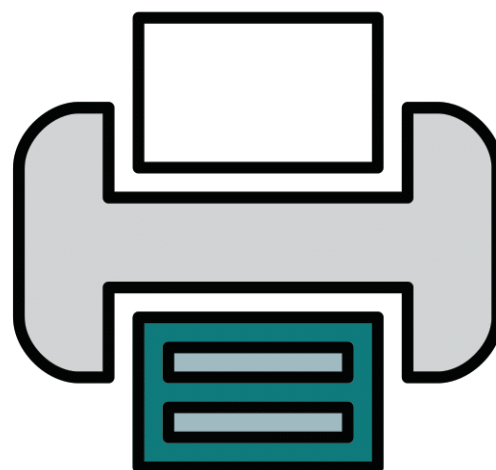
- Na preparação e manipulação dos alimentos não é necessário usar luvas mas sim **lavar frequentemente as mãos** (utilizando a técnica adequada);
- **Não deve haver contato com alimentos expostos e prontos para comer** com as próprias mãos. Devem usar-se utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição.
- A **utilização de luvas não substitui a necessidade de lavar as mãos**. Se utilizar luvas na confeção de alimentos, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos, antes da sua colocação e após a sua remoção;
- **Evitar a contaminação** entre alimentos crus e cozinhados;
- **Lavar** adequadamente os alimentos crus.

## O CLIENTE DEVE

- **Higienizar as mãos**, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, à entrada e à saída do estabelecimento;
- **Respeitar a distância** entre pessoas de, pelo menos 1,5-2 metros e as regras definidas pelo estabelecimento;
- **Utilizar máscara** em espaços públicos fechados, de acordo com o volume 1 deste manual – subcapítulo – “Equipamento de proteção”;
- Cumprir medidas de **etiqueta respiratória**;
- **Evitar tocar em superfícies e objetos** desnecessariamente;
- **Evitar pagamentos com moedas ou notas**, dando preferência ao pagamento eletrónico e sem contacto direto (ex: terminal de pagamento automático *contactless*). Se tiver de pagar em dinheiro, privilegie o pagamento com o montante certo e desinfete as mãos antes e depois de tocar no mesmo;
- **Evitar ficar tempos prolongados** no restaurante, saindo logo após terminar a refeição;
- **Não frequentar espaços públicos**, se apresentar sinais ou sintomas de COVID-19.



# CARTAZES PARA IMPRESSÃO



## HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool

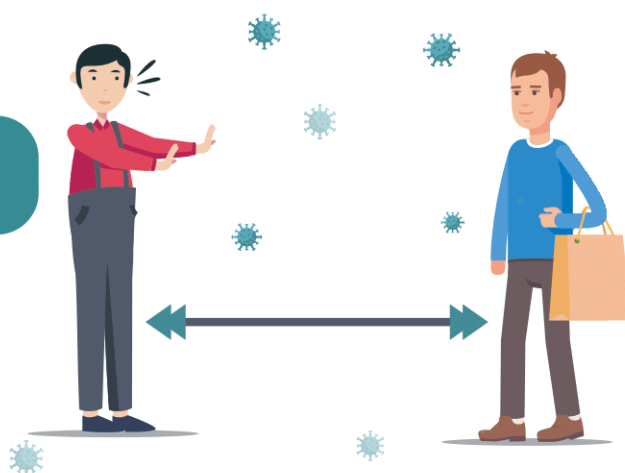


## ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

## DISTANCIAMENTO SOCIAL

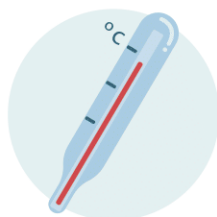
Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de 1,5 - 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS  
SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE

DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA

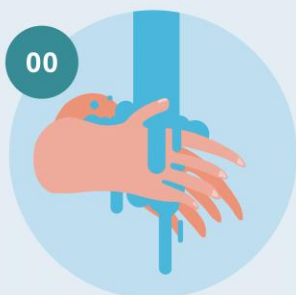
LIGUE  
SNS 24 

808 24 24 24

# LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



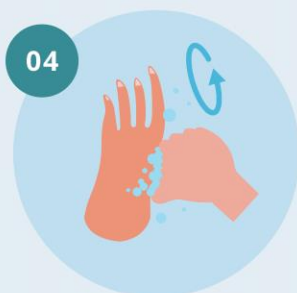
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

# MÁSCARAS



## COMO COLOCAR

1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR



2º

VER A POSIÇÃO CORRETA

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)



3º

COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



4º

AJUSTAR AO ROSTO

Do nariz até abaixo do queixo



5º

NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS



## DURANTE O USO

1º

TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA



2º

NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR



3º

NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA

Se o fizer, lavar as mãos de seguida



## COMO REMOVER

1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER



2º

RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



3º

DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA



4º

LAVAR AS MÃOS



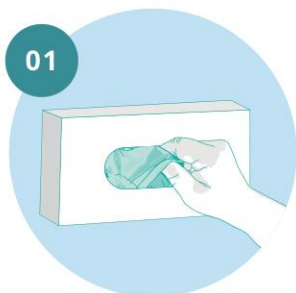
## TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

Use luvas apenas nos procedimentos em que for aconselhável e estritamente necessário. Quando mal utilizadas, funcionam como um meio de propagação do vírus. Se for necessário usar luvas, coloque-as só no momento exato em que vai precisar e remova-as imediatamente após o uso. Antes e após usar luvas, é importante higienizar as mãos

## CUIDADOS NA COLOCAÇÃO

Lave corretamente as mãos antes de colocar as luvas



01

Retire a 1.ª luva da caixa original



02

Segure a 1.ª luva com a palma da mão virada para cima, junto ao punho, evitando tocar nas partes externas da luva



03

Coloque a 1.ª luva, puxando apenas pelo punho até ajustar bem à mão



04

Retire a 2.ª luva, com a mão sem luva, pela parte interna junto ao punho



05

Coloque a 2.ª luva agarrando-a pela parte externa do punho, de forma a evitar tocar no braço.



06

Depois de colocadas as luvas, as mãos não devem tocar em mais nada que não o objetivo para o qual foram colocadas

## CUIDADOS NA REMOÇÃO



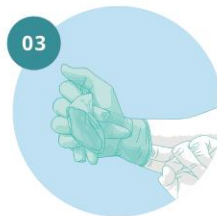
01

Pegue numa luva pelo punho e puxe-a completamente, sem tocar na pele ou na parte externa



02

Puxe completamente a 2.ª luva pelo punho ficando a parte contaminada para dentro



03

Coloque a mão sem luva na parte interior da 2.ª luva junto ao punho



04

Puxe completamente a 2.ª luva pelo punho, até que as duas luvas fiquem totalmente enroladas uma na outra com a face interna para fora

Descarte as luvas para o contentor de resíduos e lave corretamente as mãos



# GLOSSÁRIO

**Caso confirmado:** Pessoa que preenche os critérios de definição de caso confirmado (clínicos, laboratoriais e/ou epidemiológicos) para uma determinada infeção ou doença (Last, 2007).

No caso da COVID-19 são as pessoas com confirmação laboratorial de COVID-19, ou seja, com resultado de rRT-PCR para SARS-CoV-2 positivo para pelo menos dois alvos distintos do genoma, dos quais pelo menos um específico para SARS-CoV-2 (que distinga dos outros coronavírus, incluindo o SARS-CoV-1) (Orientação 015/2020 de 23/03/2020 da DGS).

**Caso suspeito:** Pessoa que preenche os critérios de definição de caso suspeito (clínicos, laboratoriais e/ou epidemiológicos), de uma determinada infeção ou doença (Last, 2007).

No caso da COVID-19 são as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento da tosse habitual), ou febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), ou dispneia / dificuldade respiratória (Norma 004/2020 de 23/03/2020 da DGS).

**Caso:** Um indivíduo da população ou do grupo em estudo identificado como sofrendo de uma dada infeção, doença, perturbação de saúde ou de outra condição em estudo (Last, 2007).

**Choque séptico:** Um subconjunto de sépsis com disfunção circulatória e celular/metabólica associada a maior risco de mortalidade. Sépsis é uma síndrome de resposta inflamatória sistémica (SIRS) do hospedeiro à infecção (Jameson, 2019).

**Contacto:** A pessoa que, por ter estado em associação com algo ou alguém infetado, ou com um ambiente contaminado por um agente infeccioso, tem risco de adquirir esse agente (Adaptado de Last, 2007).

**Contágio:** Transmissão da infeção por contacto direto, gotículas de saliva, artigos ou outros objetos contaminados (Last, 2007).

**Contaminação:** Presença de um agente infeccioso na superfície corporal, artigos pessoais, instrumentos médico-cirúrgicos-dentários ou ainda em artigos e substâncias do meio ambiente, como água ou alimentos (Last, 2007).

**COVID-19:** Doença causada pelo SARS-CoV-2 / novo coronavírus / 2019-nCoV (OMS, 2020).

**Descontaminação:** Utilização de meios químicos ou físicos com vista a remover, inativar ou destruir microrganismos presentes nos materiais, equipamentos ou superfícies, de modo a que já não sejam capazes de transmitir partículas infecciosas durante o seu uso ou manipulação (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Desinfeção:** Destruição térmica ou química de microrganismos. Dependendo do nível de desinfeção, destrói a maioria dos microrganismos presentes, mas não necessariamente as formas esporuladas (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Desinfetante:** Agente químico ou físico, aplicado a ambiente inanimado, que destrói microrganismos patogénicos ou outros microrganismos, mas não necessariamente as formas esporuladas (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Efetividade:** Grau de sucesso de um processo, atividade, intervenção específica, regime ou serviço quando utilizado “no terreno” (comunidade, indivíduo, etc) quanto ao objetivo visado, numa população definida (Last, 2007).

**Eficácia:** Grau ou medida em atividade, intervenção específica, regime ou serviço que produz um resultado benéfico - mais concretamente em que medida essa intervenção correspondeu ao objetivo visado - em condições ideais. Idealmente, a determinação de eficácia baseia-se nos resultados de um ensaio de controlo randomizado (Last, 2007).

**Eficiência:** Medida de economia (ou do custo dos recursos) com que qualquer intervenção, processo ou atividade de reconhecida utilidade e eficácia é realizada (Last, 2007).

**Estado de emergência:** O estado de sítio ou o estado de emergência só podem ser declarados nos casos de agressão efetiva ou iminente por forças estrangeiras, de grave ameaça ou perturbação da ordem constitucional democrática ou de calamidade pública. Na declaração do estado de emergência apenas pode ser determinada a suspensão parcial do exercício de direitos, liberdades e garantias, prevendo-se, se necessário, o reforço dos poderes das autoridades administrativas civis e o apoio às mesmas por parte das Forças Armadas (Adaptado de Lei n.º 44/86 de 30 de setembro).

**Exposição:** Proximidade e/ou contacto com o reservatório de um agente de doença, de tal forma que se possa verificar a transmissão efetiva desse agente, ou dos seus efeitos nocivos, aos indivíduos que sofreram tal contacto (Last, 2007).

**Gotículas:** Partículas de grandes dimensões (> 5µm), com passagem breve pelo ar quando a fonte e o hospedeiro se encontram muito próximos, sendo produzidas durante a fala, tosse ou espirro e assentando rapidamente nas superfícies (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Infeção:** Transmissão de microrganismos para um hospedeiro, após invasão ou progressão além dos mecanismos de defesa, resultando na sua multiplicação.

A resposta do hospedeiro à infeção pode incluir sinais ou sintomas clínicos ou estar ausente (infeções assintomáticas) (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Infeciosidade:** Característica do agente infeccioso que lhe faculta, em maior ou menor grau, a capacidade de entrar, sobreviver e multiplicar-se nos tecidos do hospedeiro (Last, 2007).

**Limpeza:** Remoção, geralmente com água e detergente, de sujidade (visível ou perceptível) presente em material, equipamento ou outra superfície, através de processos manuais e/ou mecânicos, que se destina a tornar segura a sua manipulação e/ou descontaminação (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Máscara cirúrgica:** Equipamento, utilizado pelos profissionais da equipa cirúrgica do bloco operatório, que cobre a boca e nariz durante procedimentos cirúrgicos, destinando-se à proteção, tanto dos doentes, como dos profissionais de saúde, da contaminação por microrganismos ou fluidos orgânicos. As máscaras cirúrgicas também são usadas para proteção dos profissionais, do contacto com gotículas potencialmente infecciosas. (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Máscara:** Refere-se ao equipamento utilizado para cobrir a boca e nariz, incluindo máscaras cirúrgicas e de procedimentos (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 da DGS).

**Mucosas:** membranas epiteliais que revestem as cavidades do corpo que estão abertas para o exterior, tais como as dos tratos digestivo, respiratório e urogenital (Adaptado de Jameson, 2019).

**Pandemia:** Epidemia que envolve vários países ou continentes e que afeta uma população grande (ECDC, 2010).

**Período de incubação:** Intervalo de tempo entre a infeção e o aparecimento do primeiro sinal ou sintoma da doença em questão (Last, 2007).

**Período de infecciosidade:** Intervalo de tempo de contágio (ECDC, 2010).

**Pneumonia:** Inflamação do parênquima pulmonar (área do pulmão onde se dão as trocas gasosas), comprometendo as trocas gasosas e reduzindo a elasticidade do pulmão devido à consolidação das zonas do parênquima, o que provoca dificuldade respiratória urogenital (Adaptado de Jameson, 2019).

**Risco para a saúde pública:** Probabilidade de ocorrência de um evento ou incidente, que pode prejudicar a saúde das populações, com especial relevo para aquele que se pode propagar a nível internacional ou representar um perigo grave e direto (Adaptado de Last, 2007).

**Risco:** Probabilidade da ocorrência de um evento habitualmente indesejável (tal como doença ou óbito) num determinado período de tempo com potencial para causar efeitos deletérios sobre a saúde de populações (Adaptado de Last, 2007).

**SARS-CoV-2:** Anteriormente designado de novo coronavírus ou 2019-nCoV, é o vírus do género coronavírus, família Coronaviridae, agente etiológico da COVID-19 (ECDC, 2020).

**Saúde Pública:** Ciência de prevenir a doença, prolongar a vida e promover a saúde através de esforços organizados da sociedade (Acheson, 1988), tendo como ciência de base a epidemiologia, visando a promoção do bem-estar e da qualidade de vida. Pode também referir-se a uma das carreiras médicas existentes em Portugal.

**Solução antisséptica de base alcoólica (SABA):** preparação de base alcoólica desenvolvida para

aplicação nas mãos com o objetivo de inativar e/ou temporariamente reduzir o crescimento de microrganismos. Estas preparações podem conter um ou mais tipos de álcool com excipientes, outros ingredientes ativos, e emolientes (Norma nº 029/2012 de 28/12/2012 atualizada a 31/10/2013 - Precauções Básicas do Controlo da Infeção).

**Vacina:** Preparação biológica produzida através de microrganismos (vírus ou bactérias) mortos (inativos) ou atenuados, ou através das toxinas por eles produzidos), administrada no sentido de promover imunidade contra uma doença específica (DGS, 2017).

**Via de transmissão:** Transmissão a partir da fonte até ao hospedeiro, através de contacto direto, indireto, veículo comum, via aérea ou através de vetor (Last, 2007).

# BIBLIOGRAFIA

- PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde (DGS). Informação nº 023/2020 de 08/05/2020 - COVID-19: Procedimentos em estabelecimentos de restauração e bebidas. Lisboa: DGS; 2020. Disponível em <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0232020-de-08052020-pdf.aspx>
- PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde (DGS). Informação nº 019/2020 de 03/04/2020 - COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não Profissionais de Saúde. Lisboa: DGS; 2020. Disponível em <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0192020-de-03042020-pdf.aspx>
- Comissão Europeia. Roteiro europeu para o levantamento das medidas de contenção do coronavírus. 14 abril de 2020. [https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/health/coronavirus-response/european-roadmap-lifting-coronavirus-containment-measures\\_pt](https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/health/coronavirus-response/european-roadmap-lifting-coronavirus-containment-measures_pt)
- WHO. Strengthening and adjusting public health measures throughout the COVID-19 transition phases. 24 april 2020. Disponível em [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0018/440037/Strength-AdjustingMeasuresCOVID19-transition-phases.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0018/440037/Strength-AdjustingMeasuresCOVID19-transition-phases.pdf?ua=1)

# UMA NOVA REALIDADE, A MESMA FORÇA DE VONTADE.

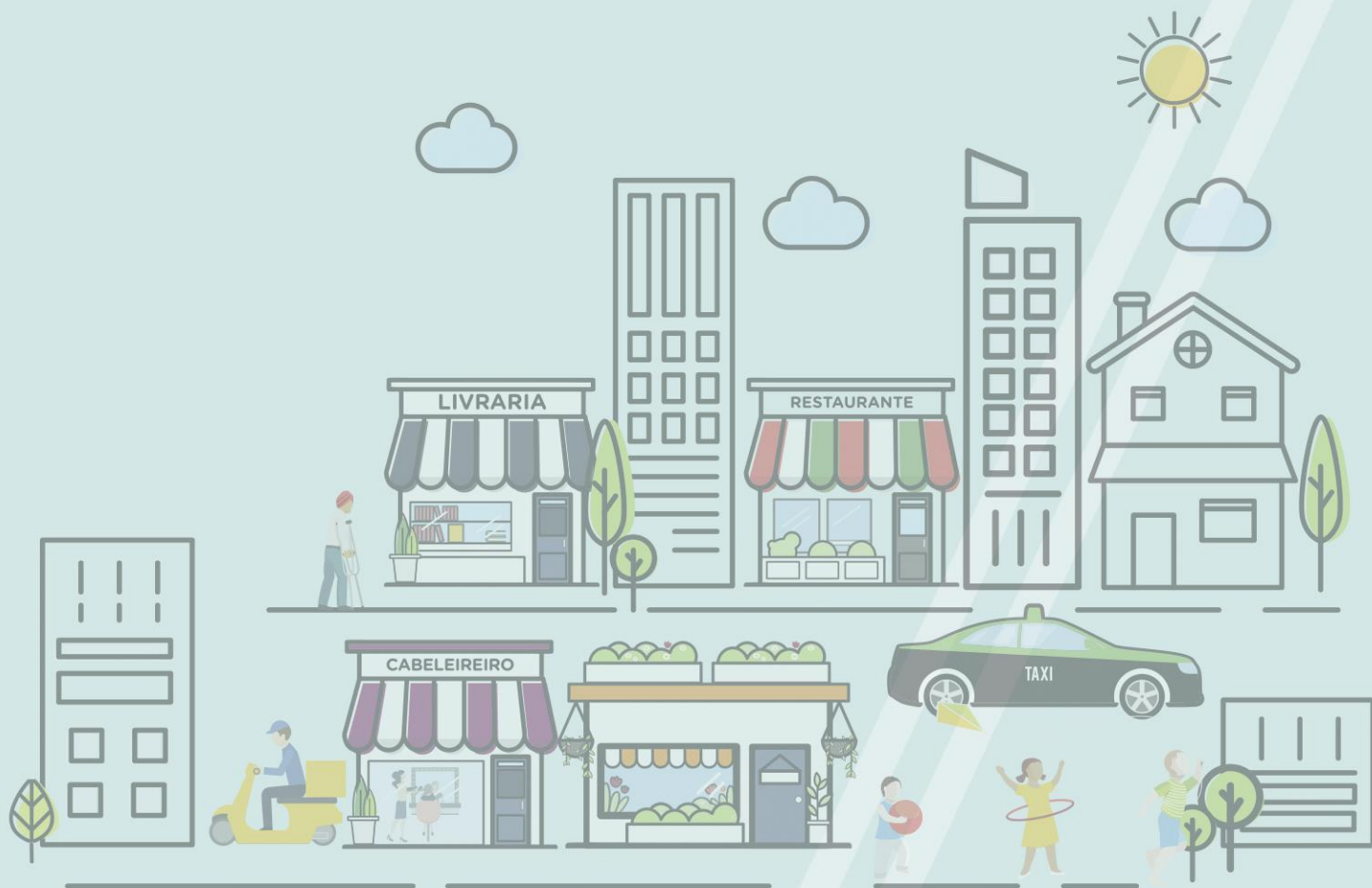
Mantenha todos os cuidados para ultrapassarmos esta fase da melhor forma.

**Seja um Agente de Saúde Pública!**



#UmConselhoDaDGS





Alameda D. Afonso Henriques, 45  
1049-005 Lisboa, Portugal  
+351 21 843 05 00  
geral@dgs.min-saude.pt  
www.dgs.pt