

ORIENTAÇÃO

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.

Para mais informações e recomendações consultar: www.covid19.min-saude.pt.

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, nos termos da alínea a) do nº 2 do artigo 2º do Decreto Regulamentar nº 14/2012, de 26 de janeiro, a Direção-Geral emite a seguinte Orientação:

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

Empresas

1. Os estabelecimentos 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:
 - a. 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) [1];

- b. 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;
- c. Reduzir a capacidade máxima do estabelecimento (interior, incluindo balcão, e esplanada), por forma a assegurar o distanciamento físico recomendado (2 metros) entre as pessoas nas instalações e garantir o cumprimento da legislação em vigor. A capacidade máxima de pessoas/serviço do estabelecimento deve estar afixada em documento próprio, visível para o público;
- d. Privilegiar a utilização de espaços destinados aos clientes em áreas exteriores, como as esplanadas (sempre que possível) e serviço *take-away*;
- e. Dispor, sempre que possível, as cadeiras e as mesas por forma a garantir uma distância de, pelo menos, 2 metros entre as pessoas (Anexo III):
 - i. A disposição dos lugares em diagonal pode facilitar a manutenção da distância de segurança;
 - ii. Os coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado a uma distância inferior a 2 metros.
- f. Impedir que os clientes modifiquem a orientação das mesas e das cadeiras, permitindo que os colaboradores o façam, sempre dentro das considerações do ponto anterior (ponto e);
- g. Antever todas as circunstâncias que podem ocorrer no estabelecimento, por forma a promover a adequada distância entre as pessoas, por exemplo (Anexo IV):
 - i. Sempre que possível e aplicável, promover e incentivar o agendamento prévio para reserva de lugares por parte dos clientes;
 - ii. Os lugares em pé, pela dificuldade de garantir a distância entre as pessoas, estão desaconselhados, assim como as operações do tipo *self-service*, nomeadamente *buffets* e dispensadores de alimentos que impliquem contato por parte do cliente [2];
 - iii. Nos pedidos/pagamentos ao balcão, no caso de poder formar-se uma fila de espera, os clientes devem ser incentivados a manter uma distância de, pelo menos, 2 metros o que pode ser conseguido através da sinalização do local onde devem permanecer à espera da sua vez [3];
 - iv. 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.
 - v. A circulação das pessoas para as instalações sanitárias, que devem ocorrer em circuitos onde seja possível manter a distância adequada entre as pessoas que circulam e as que estão sentadas nas mesas.

- h. Disponibilizar dispensadores de solução à base de álcool localizados perto da entrada do estabelecimento e noutros locais convenientes, associados a uma informação incentivadora e explicativa (Anexo I);
- i. Garantir que as instalações sanitárias dos clientes e dos colaboradores possibilitam a lavagem das mãos com água e sabão e a secagem das mãos com toalhas de papel de uso único. As torneiras devem ser, sempre que possível, automáticas. A utilização de secadores que produzem jatos de ar não é recomendada. Sempre que possível os lavatórios devem estar acessíveis sem necessidade de manipular portas;
- j. Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies, de acordo com a Orientação 014/2020 "*Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares*", da DGS [4]. Os protocolos de limpeza e desinfeção devem ser reforçados, incluindo:
 - i. Desinfetar pelo menos seis vezes por dia, e com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contato frequente (por exemplo, maçanetas de portas, torneiras de lavatórios, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, etc.);
 - ii. Desinfetar após cada utilização, com recurso a detergentes adequados, os equipamentos críticos (tais como terminais de pagamento automático e ementas individuais);
 - iii. Higienizar pelo menos três vezes por dia as instalações sanitárias com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1);
 - iv. Trocar as toalhas e higienizar as mesas com produtos recomendados entre cada cliente.
- k. Retirar os motivos decorativos nas mesas;
- l. 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;
- m. 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. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção adequada (desinfeção por método certificado).
- n. Garantir o cumprimento das medidas previstas no HACCP.

Colaboradores

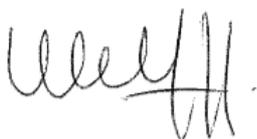
1. Os colaboradores de estabelecimentos de restauração e bebidas devem:
 - a. Conhecer as medidas que constam do Plano de Contingência e saber como agir perante um caso suspeito de COVID-19;

- b. Cumprir as recomendações de segurança e reportar à empresa ou às entidades competentes situações de incumprimento das medidas implementadas que podem condicionar perigo para a Saúde Pública;
 - c. Cumprir as medidas de higiene das mãos e etiqueta respiratória recomendadas pela Direção-Geral da Saúde;
 - d. Higienizar as mãos entre cada cliente;
 - e. Utilizar corretamente uma máscara, durante todo o período de trabalho num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção. Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de utilização. O uso de máscara não substitui outras medidas de prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas [5,6];
 - f. Garantir que a disposição das mesas e das cadeiras no estabelecimento permitem uma distância de, pelo menos, 2 metros entre todas as pessoas;
 - g. Manter, sempre que possível, uma distância de 2 metros dos clientes e dos outros colaboradores;
 - h. Colocar os pratos, copos, talheres e outros utensílios nas mesas na presença do cliente que os vai utilizar, devendo ser assegurada a sua higienização e acondicionamento;
 - i. A loiça utilizada pelos clientes deve ser lavada na máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C) [7];
 - j. Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber:
 - i. O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;
 - ii. Os colaboradores não devem entrar em contato com alimentos expostos e prontos para comer com as próprias mãos e devem usar utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição [8];
 - iii. Não devem passar com as luvas de uma área suja para uma área limpa. Antes que essa passagem aconteça as luvas devem ser substituídas;
 - iv. O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas para uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário [9].
2. Os colaboradores que desenvolvam sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se no local de trabalho, e devem contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.

- Os colaboradores que desenvolvam sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 durante o seu turno de trabalho devem ser considerados como Caso Suspeito e ser encaminhados para a área de isolamento, de acordo com o Plano de Contingência.

Cientes

- Por forma a contribuir para a limitação da transmissão da COVID-19, todos os clientes devem assegurar as seguintes medidas:
 - Higienizar as mãos com solução à base de álcool ou com água e sabão à entrada e à saída do estabelecimento (antes da refeição deve ser privilegiada a lavagem das mãos com água e sabão);
 - Respeitar a distância entre pessoas de, pelo menos, 2 metros (exceto coabitantes);
 - Cumprir medidas de etiqueta respiratória;
 - Considerar a utilização de máscara nos serviços *take-away* que estão instalados dentro dos estabelecimentos, utilizando-a sempre de forma adequada de acordo com as recomendações da DGS;
 - Evitar tocar em superfícies e objetos desnecessários;
 - Dar preferência ao pagamento através de meio que não implique contato físico entre o colaborador e o cliente (por exemplo, terminal de pagamento automático *contactless*);
- Se apresentar sinais ou sintomas de COVID-19 não deve frequentar espaços públicos.



Graça Freitas
Diretora-Geral da Saúde

Referências Bibliográficas

1. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde (DGS). Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas. Lisboa: DGS; 2020. Disponível em <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Orientac%CC%A7a%CC%83o-006.pdf>
2. Food and Drug Administration (FDA). Best Practices for Retail Food Stores, Restaurants, and Food Pick-Up/Delivery Services During the COVID-19 Pandemic. Maryland: FDA; 2020. Consultado a 22/04/2020. Disponível em <https://www.fda.gov/media/136811/download>
3. Food and Drug Administration (FDA). Summary of Best Practices for Retail Food Stores, Restaurants, and Food Pick-Up/Delivery Services During the COVID-19 Pandemic. Maryland: FDA; 2020. Consultado a 22/04/2020. Disponível em <https://www.fda.gov/media/136812/download>
4. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde (DGS). Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares. Lisboa: DGS; 2020. Disponível em <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020-pdf.aspx>
5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Recommendation Regarding the Use of Cloth Face Coverings, Especially in Areas of Significant Community-Based Transmission. Colorado: CDC; 2020. Consultado a 17/04/2020. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>
6. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Using face masks in the community Reducing COVID-19 transmission from potentially asymptomatic or pre-symptomatic people through the use of face masks. Stockholm: ECDC; 2020. Consultado a 17/04/2020. Disponível em <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/COVID-19-use-face-masks-community.pdf>
7. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Orientação nº 009/2020 de 11/03/2020 atualizada a 07/04/2020 - COVID-19: Fase de Mitigação - Procedimentos para Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados Continuados (RNCCI) e outras respostas dedicadas a pessoas idosas; instituições de acolhimento de crianças e jovens em risco. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2020. Disponível em <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0092020-de-11032020-pdf.aspx>
8. Food and Drug Administration (FDA). Food Safety and the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Maryland: FDA; 2020. Consultado a 17/04/2020. Disponível em: <https://www.fda.gov/food/food-safety-during-emergencies/food-safety-and-coronavirus-disease-2019-covid-19>
9. StateFoodSafety. Training Tip: Wearing Gloves for Food Safety. Utah: StateFoodSafety; 2016. Consultado a 22/04/2020. Disponível em <https://www.statefoodsafety.com/Resources/Resources/training-tip-wearing-gloves-for-food-safety>

Anexo I - Cartaz informativo sobre lavagem das mãos



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

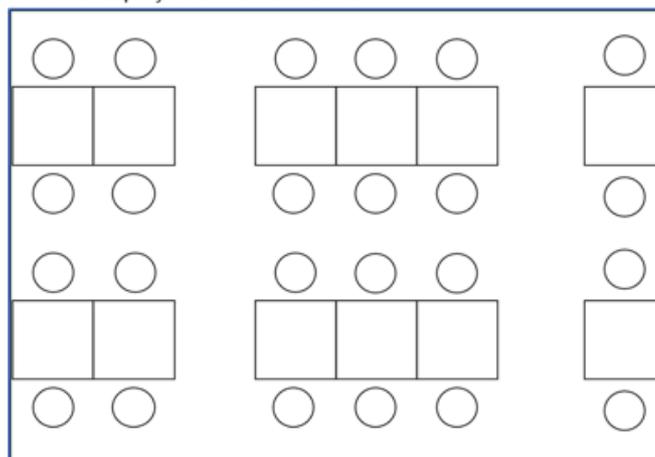


SNS 24

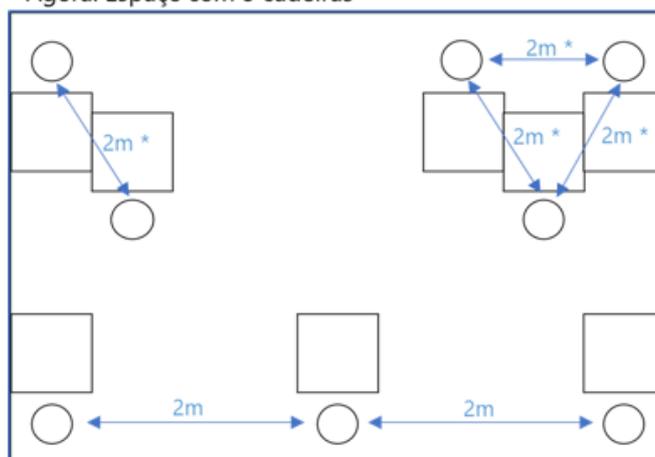
808 24 24 24

Anexo III - Exemplo de disposição no espaço das cadeiras e mesas

Antes: Espaço com 24 cadeiras



Agora: Espaço com 8 cadeiras



Legenda:

○ Cadeira

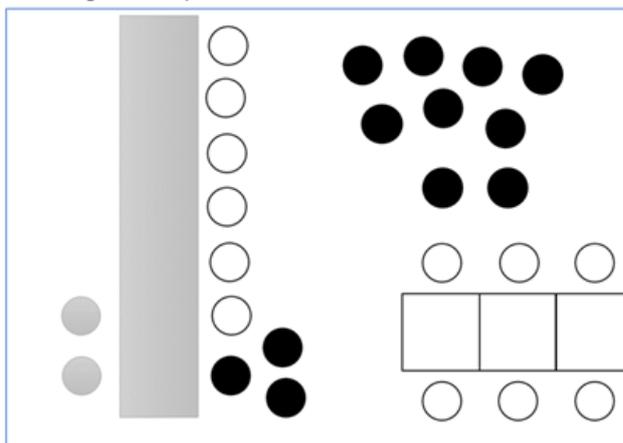
□ Mesa

□ Sala

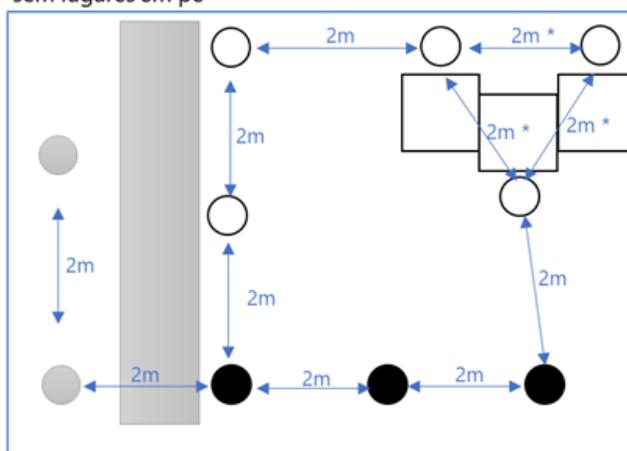
* Os coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado

Anexo IV – Exemplo de disposição no espaço das cadeiras, mesas, lugares ao balcão e filas para pedidos/pagamentos

Antes: Espaço com 6 cadeiras em mesa, 6 cadeiras ao balcão, 3 pessoas a fazer pedidos/pagamentos ao balcão e com lugares em pé



Agora: Espaço com 3 cadeiras em mesa, 2 cadeiras ao balcão, 3 pessoas a fazer pedidos/pagamentos ao balcão e sem lugares em pé



Legenda:

- Cadeira ● Pessoa de pé
- Mesa ● Funcionário
- Sala ■ Balcão

* Os coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado