

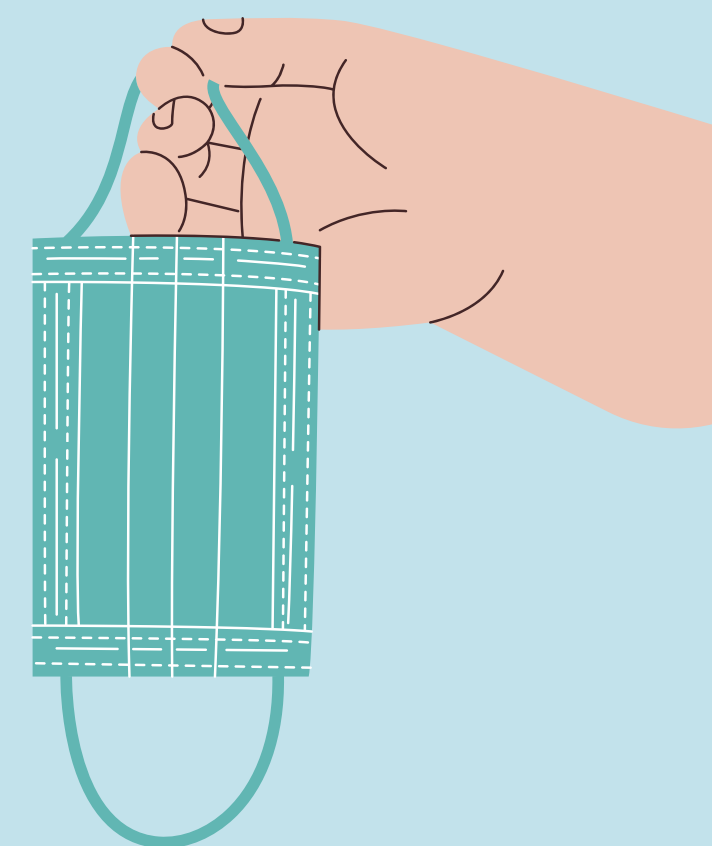
Procedimento de segurança para as suas visitas

Conduta de visita

- 1.** As visitas devem ser realizadas com hora previamente marcada e com tempo limitado (não devendo exceder 30 minutos).
- 2.** As visitas devem respeitar um número máximo por dia e por utente, sendo, numa primeira fase, de um visitante por utente, uma vez por semana (este limite pode ser ajustado mediante a avaliação de risco).
- 3.** Os visitantes devem respeitar o distanciamento físico face aos utentes, a etiqueta respiratória e a higienização das mãos.
- 4.** Os visitantes devem utilizar máscara, preferencialmente cirúrgica, durante todo o período de permanência na residência sénior.
- 5.** Os visitantes não devem levar objetos pessoais, géneros alimentares ou outros produtos.
- 6.** Os visitantes não devem circular pela residência sénior nem utilizar as instalações sanitárias dos utentes (deverá perguntar a um funcionário pela instalação sanitária de utilização exclusiva pelos visitantes durante o período de visitas).
- 7.** Os visitantes que testem positivo a COVID-19 devem informar a autoridade de saúde local, caso tenham visitado a residência sénior até 48 horas antes do início dos sintomas e alertar a residência sénior.



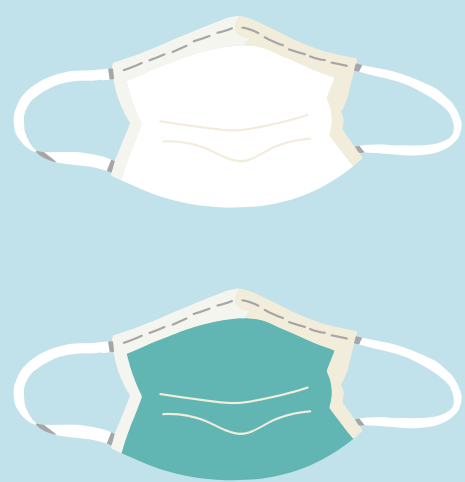
Regras para a colocação e remoção de máscaras



Como colocar a máscara



1. Antes de colocar a máscara, lave bem as mãos com água e sabão, ou em alternativa, desinfete-as com uma solução anticética de base alcoólica (SABA).



2. Colocar a máscara com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora.



3. A parte inferior da máscara deve ficar por baixo do queixo e a superior deve tapar o nariz.

Ajustar o clip nasal de forma a ficar moldado à sua cara.



Certifique-se que não ficam espaços abertos entre o rosto e a máscara.



4. Durante a utilização da máscara deve evitar tocar na mesma. Se isso suceder deve lavar as mãos com água e sabão ou desinfetá-las com SABA.

Como remover a máscara



1. As máscaras devem ser removidas quando estiverem sujas ou húmidas (as máscaras cirúrgicas não devem ser utilizadas por período superior a 4/6 horas, conforme o grau de humidade produzida pelo utilizador).

Para remover a máscara deve lavar bem as mãos antes de a retirar.



2. A máscara deve ser removida começando pela parte de trás da cabeça, sem tocar na frente da máscara, segurando nas fitas ou elásticos.



3. Deve dobrar a máscara, com as fitas/elásticos para cima e colocá-la num saco plástico e posteriormente num contentor de resíduos.



4. Deve realizar nova higienização das mãos, no final do processo de remoção da máscara.

O uso incorreto da máscara, por estar mal colocada ou devido ao contacto com as mãos, pode comprometer a sua proteção.

A máscara é um complemento de segurança que deve ser usado, mas não substitui o afastamento físico, as medidas de etiqueta respiratória e a correta higienização das mãos. Todas estas medidas devem ser adotadas em simultâneo.

É um direito proteger-se, é um dever proteger os outros.

Regras para uma boa higienização das mãos



Lavagem das mãos

Duração total do procedimento: 20 segundos



1. Molhe as mãos e aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.



2. Esfregue as palmas das mãos, uma na outra.



3. Palma com palma com os dedos entrelaçados.



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



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



6. Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa.



7. Enxague as mãos com água e seque-as com um toalhete descartável.

Com uma solução antitética de base alcoólica (SABA)

Duração total do procedimento: 20 segundos



1. Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies e esfregue as palmas das mãos, uma na outra.



2. Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa.



3. Palma com palma com os dedos entrelaçados.



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



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

A correta higienização das mãos, as medidas de etiqueta respiratória, o afastamento físico e o uso da máscara, são medidas que devem ser adotadas em simultâneo.

É um direito proteger-se, é um dever proteger os outros.

Residências Sênior do Cofre

#JUNTOSSOMOSMAISFORTES

www.cofre.org | geral@cofreprevidencia.pt