

**CARTILHA DE MEDIDAS SANITÁRIAS  
PARA PREVENÇÃO DA  
COVID-19**

**INSTITUIÇÕES DE LONGA  
PERMANÊNCIA PARA IDOSOS**

## **ÍNDICE**

- 1) **Introdução**
- 2) **Medidas Sanitárias para Prevenção – Ambientes Coletivos**
- 3) **Medidas Sanitárias para Prevenção – Saúde**
- 4) **Medidas Sanitárias para Prevenção – Alimentos**
- 5) **Referências**

## **1) Introdução**

Esta cartilha contém as orientações básicas de Vigilância Sanitária para a adequação dos fluxos de trabalho, higiene e instalações nas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), localizadas no município do Rio de Janeiro, com vistas à redução dos riscos higiênico-sanitários, tendo como foco a pandemia por COVID -19.

Nestas instituições, onde a população residente compõe o grupo de risco para a COVID – 19, a efetiva adoção de medidas de prevenção torna-se essencial.

Assim sendo, neste instrutivo foram reunidas medidas sanitárias para adoção prioritária, como forma de minimizar a disseminação do Novo Coronavírus nestes ambientes, contribuindo para preservar a saúde dos residentes idosos e dos profissionais que atuam nas Instituições de acolhimento durante a pandemia.

## 2 - Medidas Sanitárias para Prevenção – Ambientes Coletivos

- Toda a força de trabalho deve ser conscientizada de que se constitui na maior fonte de contaminação para os internos;
- Estabelecer fluxo de prevenção de contaminação para a força de trabalho através da adoção de medidas como: banho ao entrar na unidade e uso de uniforme exclusivo, incluindo calçado, no ambiente de trabalho.
- Instalação de lavatórios para mãos com água corrente e sabonete líquido em pontos estratégicos, possibilitando a utilização por internos e força de trabalho.
- Instalação de dispensadores com álcool gel a 70% nos principais pontos de assistência e circulação de pessoas.
- Sistematização dos procedimentos de higiene e desinfecção de utensílios, equipamentos e ambientes de convivência, com utilização de saneantes adequados às finalidades e devidamente certificados.
- Promoção de meios e procedimentos para higienização e desinfecção diária dos quartos e demais dependências;
- Promover adequada higiene e desinfecção dos reservatórios de água para consumo humano, por empresa credenciada, mantendo os devidos comprovantes;
- Providenciar laudo de potabilidade da água de consumo humano;
- Atentar para o correto acondicionamento de resíduos conforme a classificação (comum, infectante e perfurocortante) com adoção de medidas para o descarte seguro de EPIs eventualmente utilizados em suspeitos da COVID – 19.
- Manter contêineres fechados respeitando a capacidade de volume em abrigo temporário.
- Lavar e desinfetar periodicamente o abrigo de resíduos;
- Promover o controle de pragas, por meio de empresa credenciada, mantendo os devidos comprovantes;
- Vedar o acesso de insetos e roedores com tela milimetrada;
- Remover materiais inservíveis de onde houver, como mobiliário danificado ou sem uso e restos de obras, para facilitar a limpeza e evitar atração de vetores;
- Manter disponíveis e utilizar os EPI (equipamentos de proteção individual) próprios para os responsáveis pela limpeza sem delegar outra função simultânea à operação de limpeza.
- Providenciar utilização de utensílios individuais com identificação do residente, ou descartáveis evitando o compartilhamento de copos, xícaras, talheres, pratos, garrafas de água, etc.

- As áreas internas de convivência e/ou recreação das instituições devem ter seus ambientes arejados e bem ventilados com as atividades de lazer realizadas com número reduzido de participantes em sistema de escalonamento e com distância de precaução.
- As áreas externas destinadas a banho de sol ou caminhadas devem ter sua frequência com número reduzido de participantes em escalonamento respeitando o distanciamento de precaução.
- Os acessórios de auxílio a movimentação de pacientes que necessitem de suporte como muletas bengalas cadeiras de rodas e barras fixas de apoio devem ser desinfetados com produtos apropriados como álcool a 70% ou outros desinfetantes adequados.
- As cadeiras higiênicas para banho e asseio dos idosos devem ser lavadas com uso de água e sabão e desinfetadas com álcool a 70% ou outros desinfetantes adequados.
- Os mobiliários de dormitórios devem ter as roupas de cama trocadas com frequência e ter as superfícies desinfetadas com álcool a 70% ou outros desinfetantes adequados.
- Os dormitórios devem ser arejados e manter os leitos com distanciamento de precaução.
- Evitar o uso de cortinas de tecido em dormitórios ou salas de estar ou outras áreas onde haja tal material para evitar acúmulo de contaminações.
- Atualizar periodicamente a manutenção e limpeza dos equipamentos de climatização onde haja tais aparelhos.
- Refeitórios devem ter escalonamento de horários das refeições com números reduzidos de idosos distribuídos em mesas com distância de precaução.
- Estabelecer fluxos diferenciados de entrada de cuidadores com acesso direto a área de higiene e troca de roupa.
- Estabelecer fluxos diferenciados de entrada de materiais como gêneros alimentícios e produtos de limpeza os quais devem ser alocados em áreas próprias com acesso restrito a funcionários.
- Não permitir o acesso de fornecedores no interior da instituição. Designar funcionário da instituição para o recebimento das mercadorias (alimentos e outros produtos).
- Estabelecer fluxos para remoção interna e saída de resíduos do abrigo temporário por funcionário que não exerça no ato da coleta simultaneamente outra função.
- Destinar ambiente próprio para observação e isolamento de idoso que apresente sintomas respiratórios ou quadro febril com monitoramento diário e plano de remoção imediata para unidade de saúde em caso de agravamento detectado por profissional de saúde da instituição.

- Atentar para a higienização adequada de próteses orais, auditivas ou outros acessórios pessoais como óculos ou lupas, reservando local próprio e identificado individualmente para a sua guarda quando não estiverem em uso.

### **3 - Medidas Sanitárias para Prevenção – Serviços de Alimentação**

Adoção das boas práticas nas UAN (Unidades de Alimentação e Nutrição) :

#### **3.1 Higiene dos manipuladores de alimentos**

- Higienizar frequentemente as mãos em lavatório com água corrente, esfregando com sabonete líquido todos os dedos, as unhas, as palmas, os dorsos e até os punhos por, pelo menos, 20 segundos. Em seguida, secar com papel-toalha descartável (não reciclado e nem de tecido), a ser depositado em lixeira com tampa acionada por pedal, para evitar o uso das mãos;
- Proibir o uso de brincos, anéis, pulseiras e demais adornos para manipuladores de alimentos, pois esses acessórios dificultam a higienização das mãos;
- Lavar as mãos com água e sabonete líquido após ações como:
  - ✓ tocar em maçanetas
  - ✓ usar o banheiro
  - ✓ tocar em alimentos crus
  - ✓ mudar de atividade
  - ✓ descartar resíduos ou realizar quaisquer operações contaminantes
  - ✓ abrir geladeiras e porta das câmaras
- Usar uniforme completo sempre limpo e de cor clara, com calçados fechados, touca ou gorro para a proteção dos cabelos;
- As máscaras são de uso obrigatório para todos os manipuladores e copeiras.
- Utilizar luvas somente para operações específicas. Nesses casos, elas devem ser descartáveis, substituídas regularmente e em curtos intervalos de tempo, sendo obrigatória a troca sempre que houver mudança de operação e após o toque em superfícies ou materiais contaminantes;
- Reforçar a sensibilização dos funcionários em relação à etiqueta respiratória para tosse ou espirro, que é a de proteger a boca e o nariz com lenço de papel descartável ou o braço, evitando tocar o rosto. Os profissionais devem estar atentos e evitar levar as mãos à boca, assim como coçar o rosto, nariz e olhos, mantendo sempre as unhas limpas e aparadas;

#### **3.2 Higiene dos ambientes de alimentação**

- Expor em local visível, cartazes com o procedimento padronizado da correta higienização das mãos, além de aviso com orientações sobre a importância da limpeza das mãos para a prevenção de doenças.
- Higienizar utensílios com detergentes apropriados, e mantê-los protegidos.

- Eliminar o uso de itens compartilhados, dando preferência aos descartáveis.
- Todos os utensílios utilizados na etapa de distribuição dos alimentos ao consumo devem ser descartáveis, para prevenir o risco de disseminação do COVID 19.
- Manter os ambientes limpos e arejados, se possível, com janelas abertas;
- Adotar rotina frequente de desinfecção de superfícies, balcões, vitrines, pisos, maçanetas, torneiras porta papel toalha, porta sabonete líquido, corrimãos, móveis entre outros. O recomendado é fazer a limpeza com a solução de detergente e desinfecção com hipoclorito de sódio (água sanitária) diluindo uma parte de hipoclorito em dez partes de água;
- Intensificar a higienização dos sanitários, com o funcionário responsável pelo serviço utilizando luvas de borracha, avental, calça comprida e calçado fechado;
- Proibir a varredura de superfícies a seco para não suspender a poeira e favorecer a contaminação por microrganismos. Utilizar a varredura úmida com mops, rodos e panos de limpeza úmidos;
- Os produtos saneantes (desinfecção) devem ser adequados à finalidade e devidamente certificados;
- Proibir a realização de procedimentos de limpeza e preparo de alimentos por um mesmo profissional simultaneamente.

### **3.3 Cuidados na recepção e manipulação**

- Durante a recepção deve-se verificar a procedência do alimento (rótulo), prazo de validade; integridade e conservação das embalagens; temperatura de conservação do produto; no caso de produtos de origem animal os mesmos devem ter registro em um órgão da Agricultura (ter SIF; SIE-RJ; SISBI ou SELO ARTE);
- Ao receber qualquer alimento fazer a desinfecção antes do seu armazenamento. No caso de não perecíveis (tetrapacks, latas, garrafas etc) as embalagens devem ser lavadas com sabão neutro e secas antes de serem armazenadas. Em caso de embalagens mais sensíveis, como a de arroz, feijão, pães, bolachas, as mesmas devem ser higienizadas com solução de álcool 70% antes de serem armazenadas. As sacolas da entrega devem ser descartadas para prevenir o risco de contaminação ou, quando reutilizáveis, devem ser sanitizadas com álcool 70%.
- Folhosos e vegetais devem ser armazenados embalados em sacos transparentes de primeiro uso e ser higienizados no momento do consumo.
- Efetuar higienização e desinfecção dos folhosos e frutas, seguindo fluxo básico:
  - a) Selecionar e lavar cuidadosamente em água corrente;
  - b) Preparar solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio para 1 litro de água) e manter todos os alimentos em imersão por 20 minutos ou conforme orientação constante do rótulo do produto;
  - c) Enxaguar em água corrente;
  - d) Manter em refrigeração até o momento do consumo.

- Não manipular alimentos crus e preparados simultaneamente, a fim de evitar a contaminação cruzada.
- Manter abastecidas as saboneteiras e papeleiras em todos os pontos de lavagem de mãos, que também devem estar equipados com lixeira dotada de tampa acionada por pedal;
- Atentar para o descarte adequado dos EPIs utilizados, conforme Resolução SMS 4242/2020;

#### **4 - Medidas Sanitárias para Prevenção – Serviços de Saúde**

- Atualizar a situação vacinal para influenza e **doença pneumocócica** conforme indicação médica, para residentes e funcionários;
- Divulgar e reforçar a etiqueta respiratória para funcionários, colaboradores, visitantes e residentes - se tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com cotovelo flexionado ou lenço de papel, bem como evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não higienizadas;
- Disponibilizar lavatórios para higienização de mãos com uso de sabonete líquido, papel toalha e lixeira com tampa acionada por pedal em áreas administrativas, sala de procedimentos de enfermagem, consultórios; corredores de acesso aos dormitórios, refeitórios, áreas de convivência, pátios e lavanderias;
- Reforçar medidas de higiene das mãos com o uso do Álcool em gel à 70° em local de circulação que não disponibilizem lavatório para as mãos dos profissionais e residentes, tais como: entrada da instituição, hall dos elevadores de todos os andares, corredores e acessos específicos.
- Disponibilização de Equipamentos de Proteção Individual - EPIs (óculos; luvas; jaleco, máscara cirúrgica para procedimentos que não gerem aerossóis) para os profissionais que efetuam atendimentos de saúde. As máscaras N95 (PFF2) são destinadas a procedimentos que gerem aerossóis.
- Elaborar e implantar rotina de desinfecção dos ambientes, com utilização de saneantes adequados e certificados, mantendo os registros das realizações (local, data e horário) em formulário próprio;
- Afastar o funcionário ou colaborador imediatamente de suas funções na Instituição caso haja suspeita ou diagnóstico confirmado de infecção pelo novo coronavírus (COVID-19) pelo prazo determinado por recomendação médica;
- Estabelecer fluxos de atendimento e isolamento para o residentes que apresentem sinais/sintomas gripais **com o uso de máscara** e monitoramento constante;
- Encaminhar imediatamente ao atendimento médico, o residente que apresentar sinais/sintomas gripais e manter a família informada;
- Manter o residente em quarto privativo; caso não seja possível, em quartos com no máximo quatro leitos com uma distância mínima de 1,50 metro entre as camas;



- Restringir a permanência do residente que apresente sintomas respiratórios nos ambientes de atividades coletivas (refeitórios, salas de jogos, etc.) até elucidação diagnóstica;
- Manter sempre que possível, os ambientes ventilados naturalmente (portas e/janelas abertas com tela de proteção);
- Promover a higienização de equipamentos de assistência ao residente como termômetro, esfigmomanômetro e estetoscópio com uso de álcool 70% ou outro desinfetante indicado para este fim;
- Restringir o ingresso de visitantes nas instituições. Caso a visita seja estritamente necessária, o visitante deverá obrigatoriamente realizar higienização das mãos e receber equipamentos de proteção individual, principalmente máscara, que deverá ser utilizada durante todo o período da visita;
- Realizar sempre a higienização de quaisquer objetos do ambiente externo da Instituição antes de serem entregues aos residentes;
- Estabelecer rotina de troca de lençóis de camas, roupa de banho e pessoais diariamente e sempre que necessário;
- Realizar limpeza e desinfecção diária nos colchões, colchonetes e almofadas que devem estar revestidos de material lavável e impermeável;
- Estabelecer fluxo interno na lavanderia que contemplem identificação, transporte, entrada da roupa suja, lavagem, secagem e guarda do enxoval limpo na rouparia;
- As operações de limpeza e desinfecção de superfícies devem ser realizadas com saneantes devidamente registrados na ANVISA, observando as instruções do fabricante;
- Reforçar os procedimentos de higiene e desinfecção de utensílios (copo, xícara, talheres), equipamentos (cadeira higiênica e andadores) e ambientes de convivência (material lúdico);
- Comunicar às autoridades sanitárias a ocorrência de suspeita de caso(s) de infecção humana pelo novo Coronavírus (COVID-19).
- Identificar a rede de atenção georreferenciada, em caso de necessidade de internação para o residente.

## 5) Referências

Resolução RDC nº283/05 – Aprova o Regulamento Técnico que define normas de funcionamento para as Instituições de Longa Permanência para idosos;

Lei nº10.741, de 1º de outubro de 2003 – Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências;

LEI COMPLEMENTAR 197 DE 27 DE DEZEMBRO DE 2018

Dispõe sobre o Código de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária do Município do Rio de Janeiro.

DECRETO RIO 45585 DE 27 DE DEZEMBRO DE 2018

Dispõe sobre o regulamento administrativo do Código de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária do Município do Rio de Janeiro... e dá outras providências.

[www.saude.gov.br/coronavirus](http://www.saude.gov.br/coronavirus) – protocolos e boletins informativos do Ministério da Saúde.

[portal.anvisa.gov.br](http://portal.anvisa.gov.br) – protocolos, boletins informativos e notas técnicas da Agência Nacional de Vigilância Sanitária