

Medidas Preventivas da Gastroenterite Viral

Os vírus tipo-Norwalk e os rotavírus são as causas comuns das gastroenterites virais que ocorrem com frequência no Outono e no Inverno e são altamente infecciosas. Os vírus tipo-Norwalk podem causar facilmente infecção em ambientes colectivos, tais como lares para idosos e escolas, conduzindo a surtos; pessoas de todas as idades são susceptíveis à infecção. As vias de transmissão incluem a ingestão de comida ou água contaminadas com o vírus, contacto com o vómito ou fezes do paciente, contacto com objectos contaminados ou infecção por gotículas, sendo o período de incubação normalmente de 24-48 horas. Transmitida principalmente através do contacto com fezes, a infecção por rotavírus é mais comum em bebés e crianças pequenas de 6 meses a 2 anos de idade. Estas duas doenças infecciosas apresentam sintomas similares, incluindo náuseas, vómitos, diarreia, fezes moles, dores abdominais e febre ligeira. Em geral ligeira e auto-limitada, esta doença tem a duração de 1-5 dias, frequentemente sem complicações. Estas duas doenças apenas podem ser confirmadas por testes de laboratório.

O Outono e o Inverno constituem épocas de pico para as infecções gastrointestinais. As medidas seguintes devem ser implementadas em instalações de serviço social a fim de prevenir as infecções gastrointestinais.

Coordenação e gestão

- Prestar atenção à informação epidémica disponibilizada pelo Governo da R.A.E. de Macau e pôr em prática cada uma das medidas preventivas. Divulgar e actualizar informação, de forma atempada, sobre a prevenção da doença a pais e utilizadores das instalações;
- Prestar atenção às condições físicas dos utilizadores das instalações. Se forem reportados sintomas como febre, o indivíduo deve ser aconselhado a visitar um médico ou a ficar em casa;
- Reduzir as actividades em público.

Higiene Ambiental

- Assegurar que as janelas das salas de aula, quartos ou outros espaços fechados sejam abertos tão frequentemente quanto possível e que as imediações se encontrem limpas e secas. Manter a circulação de ar nos espaços interiores;
- Assegurar que as janelas das salas de aula, quartos e outros locais fechados sejam abertos tão frequentemente quanto possível e que as imediações se encontrem limpas e secas. Manter a circulação de ar nos espaços interiores;
- Assegurar que as instalações sanitárias estejam limpas e sem cheiro e com boa ventilação. A limpeza e desinfecção devem ser efectuadas pelo menos uma vez por dia de acordo com as condições de higiene;
- Brinquedos, mobiliário, pavimentos e áreas que estão frequentemente em contacto com as mãos devem ser limpas e desinfectadas pelo menos uma vez por dia;
- Os itens contaminados devem ser prontamente desinfectados;
- As roupas contaminadas com fezes ou vomitado devem ser colocadas pelos pais em sacos de plástico e a área contaminada prontamente desinfectada;
- Assegurar a disponibilização de sabonete líquido, tochas de papel descartáveis ou secadores de mãos nas instalações sanitárias;
- Se forem usadas toalhas reutilizáveis, assegurar que estas foram convenientemente desinfectadas antes da reutilização.

Higiene Pessoal

- Lavar as mãos convenientemente e manter ambas as mãos limpas;
- As toalhas de papel usadas devem ser convenientemente descartadas;
- Cobrir a boca e o nariz com lenços de papel quando espirrar ou tossir;
- Não partilhar a sua toalha com outras pessoas;
- Usar luvas quando lidar com itens ou áreas contaminadas.

Higiene dos alimentos e da água potável

- Utilizar fornecedores licenciados e com bons padrões de higiene;
- Armazenar os alimentos adequadamente;
- Os alimentos cozinhados devem ser guardados acima dos 0°C ou abaixo dos 5°C, e encurtada, sempre que possível, a duração entre a sua confecção e ingestão;
- A fim de evitar a contaminação cruzada, separar os alimentos crus dos alimentos cozinhados, a qual deve ser processada com utensílios de confecção diferentes;
- Os alimentos devem ser cozinhados completamente com calor suficiente, especialmente as aves e os ovos (ou alimentos que contenham ovos);
- Os utensílios e talheres de confecção devem ser convenientemente limpos;
- Não partilhar talheres ou alimentos e utilizar pauzinhos e colheres de servir quando tomar refeições com outras pessoas;
- Numa organização, os restos de comida devem ser descartados e não devem voltar a ser servidos;
- Evitar a instalação de dispositivos de filtração em instalações de água potável a não ser que seja assegurado que os dispositivos se encontram em boas condições;
- O pessoal deve procurar imediatamente ajuda médica se verificar a existência de doenças infecciosas respiratórias, gastrointestinais ou de pele e abster-se temporariamente de participar em trabalhos que requeiram contacto com comida.

Tratamento de pacientes infectados / bebés / crianças em idade escolar / pessoal

- Se os bebés/ crianças em idade escolar apresentarem sintomas de febre ou desconforto gastrointestinal, os seus pais devem ser imediatamente avisados e os bebés/ crianças em idade escolar devem permanecer em casa;
- O pessoal deve procurar um médico se estiver doente. Deve tirar licença do trabalho se assim for considerado necessário pelo médico;
- Os bebés/ crianças em idade escolar ou o pessoal que tenha contraído alguma doença infecciosa deve ser suspenso da escola ou do trabalho de acordo com a lei;
- Se um caso de infecção singular for encontrado numa instalação de habitação social, os residentes que demonstrem sintomas ou que ainda estejam em período de contágio devem ser separados dos residentes saudáveis, e colocados num quarto isolado sob gestão centralizada e sob o cuidado de **prestadores de cuidados designados**. Aqueles que tenham estado em contacto com os residentes que mostrem sintomas ou os prestadores de cuidados que tenham estado em contacto com residentes contagiosos não devem cuidar de outros residentes saudáveis e devem evitar qualquer contacto com estes.

Tratamento de vómitos, fezes, expectoração, sangue ou lixo similar

- a. Evitar o contacto directo com o lixo por qualquer pessoa (pessoal ou utilizadores). Os membros do pessoal devem usar luvas e evitar o contacto directo das mãos ou corpo com o lixo e lavar bem as mãos com sabão após a limpeza;
- b. Devem ser usados materiais absorventes na limpeza inicial, devendo o lixo ser descartado num caixote do lixo com tampa;

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">c. Deve ser então usada lixívia (1:10) para desinfectar as superfícies contaminadas e áreas adjacentes;d. Deixar a lixívia na superfície durante 30 minutos;e. Lavar com água e secar com um pano. |
|--|

Instalações de serviço social / alertas de doença infecciosa na escola

Em caso de suspeita de surto de doenças respiratórias ou do sistema digestivo ou outras doenças numa instalação ou escola, devem ser preenchidos o *Impresso de Notificação de Desconforto Colectivo Causado por Uma Doença Contagiosa em Instalações de Serviço Social* ou o *Impresso de Notificação de Desconforto Colectivo Causado por Uma Doença Contagiosa em Escolas* e os seguintes departamentos governamentais e pessoal devem ser imediatamente notificados para que possam implementar as medidas adequadas.

- **Centro de Prevenção e Controlo de Doenças dos Serviços de Saúde**
Horas de expediente: Tel: 28533525
Fax: 28533524
Fora das horas de expediente: 28313731 (contactar o inspetor de saúde de serviço)
- **Instituto de Acção Social**
Horas de expediente: Tel: 8399 7802 / 8399 7728 (grupo de enfermagem e higiene)
Fax: 28355161
Fora das horas de expediente: Tel: 66861588
- **Serviços de Educação e Juventude**
Horas de expediente: Tel: 2871 3613
Fax: 2831 7307

Apêndice

Directrizes de Limpeza e Desinfecção do Ambiente

Preparação

1. Equipamento pessoal de protecção: é favor usar máscara facial, luvas e avental descartáveis para limpar e desinfectar.
2. Diluição da lixívia:
 - Ao diluir lixívia, é favor usar máscara facial, luvas e avental descartáveis, devendo esta operação ser realizada cuidadosamente num local com boa ventilação. Evite o contacto directo com os olhos e a pele ao utilizar lixívia. Em caso de contacto accidental, lavar a área com muita água. A lixívia não deve ser usada em combinação com outros agentes de limpeza;
 - Utilizar água da torneira para diluir a lixívia disponível comercialmente;
 - Se a lixívia contiver 5% de cloro activo, a taxa de diluição pode variar de 1:10 a 1:100, ou seja, uma parte de lixívia e 9 a 99 partes de água;
 - Acrescentar água a 100ml (cerca de meio copo) de lixívia até obter o volume total de 1

- litro (garrafa de soda de 1 litro) para obter uma solução diluída (1:10) de lixívia;
- Acrescentar água a 100ml (cerca de meio copo) de lixívia até obter o volume total de 10 litros (balde doméstico) para obter uma solução diluída (1:100) de lixívia;
- Ao usar lixívia com menos cloro activo a 5%, é favor seguir as instruções de diluição do produto;
- A diluição da lixívia deve ser efectuada diariamente. Vinte e quatro horas após a preparação, a lixívia diluída não deve ser usada pois terá perdido o odor a cloro e a capacidade de desinfectar.

Método de limpeza

Passos:

1. Varrer o lixo ou pó;
2. Aplicar lixívia diluída;
3. Deixar repousar durante 5 a 10 minutos;
4. Lavar com água limpa;
5. Limpar o excesso de água com um esfregão ou pano seco.

Frequência: em geral uma vez por dia; duas vezes por dia nas áreas que são frequentemente tocadas pelas pessoas; ajustável de acordo com a situação específica; as contaminações visíveis devem ser limpas imediatamente.

Superfícies

- Espaços utilizados pelas pessoas, incluindo divisões interiores, paredes dos corredores, escadas e elevadores (a partir do nível do chão e até 1.5 metros de altura) e chão;
- Superfícies de mobiliário;
- Especial atenção: puxadores de portas e janelas, corrimões e botões (de fechaduras com combinações, intercomunicadores, elevadores, aparelhos electrónicos, telefones e computadores) etc.

Instalações sanitárias

- Os sanitários e balneários devem ser limpos e desinfetados pelo menos uma vez por dia;
- Pavimentos, paredes, banheiras, lavatórios, bidés, sanitas, maçanetas e torneiras devem ser limpos com um esfregão, escova ou pano de limpeza com lixívia diluída em água (1:100); deixar actuar a lixívia durante 5 a 10 minutos (para que a desinfecção surta efeito) e enxaguar com água limpa ou secar;
- Sanitas: fechar a tampa da sanita e puxar o autoclismo; esfregar a sanita com uma escova de casa de banho (piaçaba) e uma solução de lixívia (1:10); voltar a fechar a tampa e a descarregar o autoclismo. Utilizar um pano e uma solução de lixívia (1:100) para limpar o assento da sanita e secar. Espalhar uma colher de lixívia pura na sanita, bidé, lavatório e banheira; deixar repousar e lavar com água limpa;
- Deve adicionar-se uma solução de lixívia (1:100) ao cano (caso exista) para garantir que o tubo em forma de U não fique seco.
- Caixotes do lixo e quartos do lixo: Devem ser lavados diariamente com uma solução de lixívia diluída (1:100).

Equipamento especial

- As arrastadeiras, bacias e cadeiras sanitárias devem ser limpas apenas quando se está a usar equipamento completo de protecção, especialmente máscaras e luvas, e com uma quantidade suficiente de lenços de papel. Quando manuseadas, as arrastadeiras devem ser sempre cobertas com uma tampa (caso exista) ou lenços de papel. APÓS LAVAR UM PACIENTE, DEITAR IMEDIATAMENTE OS EXCREMENTOS NUMA SANITA, LIMPAR O PACIENTE COM LENÇOS DE PAPEL E DEITÁ-LOS DENTRO DA SANITA, FECHAR A TAMPA DA MESMA E DESCARREGAR O AUTOCLISMO. Em seguida, mergulhar a arrastadeira numa solução de lixívia diluída (1:100). Se o penico não puder ser completamente imerso em lixívia, limpar os bordos do mesmo com lenços de papel embebidos em lixívia diluída; limpar o penico apenas 30 minutos após o mesmo ter sido mergulhado. AS ARRASTADEIRAS DEVEM SER LIMPAS DA MESMA FORMA QUE OS PENICOS;
- As arrastadeiras (também conhecidas como "escarradeiras") e os penicos devem ser limpos apenas quando se está a usar equipamento completo de protecção, especialmente máscaras e luvas, e com uma quantidade suficiente de lenços de papel. Após a limpeza de uma criança em idade escolar, deitar de imediato os excrementos numa sanita, fechar a tampa da mesma e descarregar o autoclismo. Deitar alguma lixívia diluída (1:10) no penico, esfregá-lo bem e deitar a solução fora. Depois deitar lixívia diluída (1:100) no penico, encharcá-lo durante 30 minutos e deitar a solução fora. Limpar os bordos do penico com lixívia diluída (1:100), lavá-lo e deixá-lo secar;
- Para limpar superfícies que não devem estar em contacto com lixívia (por exemplo, superfícies metálicas) esta deve ser substituída por álcool de vol. 70%.

Artigos

- Desinfecção de utensílios de cozinha, talheres e outros utensílios: os talheres e utensílios devem ser fervidos durante pelo menos 15 a 30 minutos. Aqueles que não puderem ser aquecidos ou fervidos devem ser embebidos em lixívia diluída (1:100) durante 15 a 30 minutos e lavados com água limpa. Deixar secar ao ar antes de utilizar;
- Apoios de braços de cadeiras de rodas e andarilhos: Podem ser limpos com lixívia diluída (1:100). Deixar a lixívia actuar durante 5 a 10 minutos (para a desinfecção surtir efeito); lavar ou secar. No caso de artigos partilhados, é favor limpá-los e desinfectá-los antes de cada utilização individual;
- Brinquedos e ferramentas: Devem ser limpos com lixívia diluída (1:100). Deixar a lixívia actuar durante 5 a 10 minutos (para a desinfecção surtir efeito); lavar ou secar;
- Artigos reutilizáveis, tais como estetoscópios e termómetros, devem ser limpos com uma solução de álcool de vol. 70% imediatamente após o uso;
- Para limpar artigos que não possam estar em contacto com lixívia, deve usar-se uma solução de álcool a vol. setenta por cento (70%) em lugar da solução de lixívia.

Vestuário e lençóis de cama

- Lençóis de cama, sacos-cama, vestuário e toalhas: devem ser processados separadamente sem se misturarem com os dos indivíduos saudáveis.

- Nota:

1. Usar avental, máscara e luvas quando os lavar;
2. Ao remover e processar estes artigos não agitar com demasiada força;
3. Mergulhar os artigos em lixívia diluída (1:100) durante 15 a 30 minutos;
4. Após retirá-los da lixívia, enxaguar em água com sabão;
5. Após enxaguá-los, lavá-los e deixá-los secar de acordo com os procedimentos usuais de lavagem.

Centro de Controlo e Prevenção de Doenças dos Serviços de Saúde

19.10.2012