

Local	Universidade de Aveiro	
Infraestrutura	Laboratórios	
Atividade/ Tarefa	Ensino presencial/Investigação	
Grupo Alvo	Docentes, Investigadores e Alunos	
Exposição a Riscos biológicos (Covid-19)	Causa (s)	<ul style="list-style-type: none"> Falta de proteção coletiva ou individual Incumprimento das medidas de proteção, prevenção e controlo Perigo inerente à atividade (atividades relativas a utilização de laboratórios)
	Perigo/ Fator de Risco	Exposição a agente biológico por contacto com pessoas, animais, superfícies e resíduos contaminados com SARS-COV-2
	Risco	Exposição a agente biológico (vírus SARS-COV-2)
	Consequência	Doença infecciosa
A. Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo		
<p>1. Organização do espaço de trabalho</p> <p>Para efeitos de organização dos espaços laboratoriais deverá considerar-se o seguinte:</p> <ul style="list-style-type: none"> A organização dos laboratórios deve ser efetuada, ocupando no máximo 50% da sua capacidade útil (recomenda-se 1/3), devendo ser respeitado o racional de 5 pessoas/100m². Deve proceder-se à definição de vias de entrada, saída e de circulação no espaço, por forma a minimizar o contacto e a manter a distância social. Deve garantir-se a distância física de pelo menos 1,5 m entre pessoas. Deve disponibilizar-se meios de desinfeção (p.e. álcool gel e toalhetes de papel (“tissue”)) para utilização, sempre que se justifique, durante a ocupação dos espaços. <p>2. Organização do trabalho</p> <ul style="list-style-type: none"> Deve privilegiar-se o teletrabalho, sempre que possível. Deve implementar-se a rotatividade por turnos, tendo em atenção o seguinte: <ul style="list-style-type: none"> Deve garantir-se pelo menos 2 turnos diários (um de manhã e um de tarde), por forma a que seja respeitado um tempo mínimo para higienização e ventilação entre utilizações, podendo ser propostos turnos alternativos que melhor se adaptem à natureza dos trabalhos a desenvolver, para efeitos de salvaguarda de igualdade de oportunidades; As saídas e entradas devem respeitar rigorosamente os horários previstos, de forma a evitar contactos entre os grupos e aglomerados de mais de 10 pessoas. 		

- Os utilizadores do espaço só devem deslocar-se às instalações durante o turno a que estão afetos.
- As atividades devem ser planeadas o mais detalhadamente possível, com a preparação prévia de todo o material que se pensa vir a utilizar, para evitar a circulação de pessoas, a abertura de gavetas e o recurso ao armazenamento externo ao laboratório.

3. Sinalização

Nos referidos espaços laboratoriais, deve ser realizada a seguinte sinalização de distanciamento social:

- Demarcação da entrada, da saída e do circuito interno, sempre que possível, através da colocação, no chão, de linhas sinalizadoras.
- As bancadas/espacos de bancada que não podem ser usadas devem ser assinaladas com o pictograma ☒, sempre que possível.

4. Práticas de trabalho

- As precauções no manuseamento de equipamentos/materiais devem ser redobradas, assegurando-se a sua efetiva desinfeção após uso.
- Os procedimentos universais de esterilização devem ser seguidos escrupulosamente.
- Deve garantir-se a desinfeção adequada à natureza das atividades desenvolvidas.
- Para as atividades laboratoriais em que se aplique, deve recolher-se todo o material utilizado e levá-lo para o local de esterilização mais próximo.
- Fica absolutamente interdita de realização de refeições, mesmo que ligeiras, nos laboratórios e nas salas comuns aos mesmos.
- Os requisitos de ventilação/arejamento devem ser respeitados, de acordo com o ponto 7, sobretudo quando houver a necessidade de proceder à utilização de ventilação mecânica.

5. Limpeza e higienização das instalações

- Deve ser efetuada a higienização periódica dos espaços entre utilizações, designadamente das bancadas, dos equipamentos usados, dos botões das hottes, dos comandos do AVAC, dos apagadores de quadro, entre outros.
- Essa higienização deve ser realizada pelos utilizadores dos espaços (professores, investigadores e alunos), com solução desinfetante e toalhetes de papel disponibilizados nos locais para o efeito.
- Deverá ser considerada a necessidade de avaliar as características dos produtos desinfetantes a usar nos laboratórios, para efeitos de minimização de reações indesejáveis e/ou de influências dos resultados da investigação em curso. Essa avaliação deverá ser efetuada pelo Responsável pelo Laboratório e transmitida à equipa responsável pela limpeza e higienização do laboratório.

- A limpeza e higienização diária e semanal deve ser assegurada de acordo com o procedimento *P.Covid19.UA.003 - Limpeza e higienização de espaços*;

6. Deposição seletiva de resíduos

- Os comuns “caixotes do lixo”, recipientes abertos sem mecanismos de minimização de exposição a agentes biológicos, devem ser removidos dos laboratórios.
- Os resíduos urbanos produzidos nos referidos espaços, devem ser depositados seletivamente nos mini-ecopontos, disponibilizados nas zonas comuns dos edifícios.
- As máscaras descartáveis de uso único devem ser depositadas nos contentores destinados aos resíduos indiferenciados, mini-ecopontos para “lixo comum” (com tampa basculante de cor cinzenta).
- As máscaras de uso social reutilizáveis em fim de vida, devem ser depositadas, exclusivamente, no contentor de tampa basculante, de cor cinzenta, localizado junto ao local onde foram obtidas.

7. Ventilação e arejamento de espaços

- Deve proceder-se à renovação de ar dos espaços laboratoriais, de forma a garantir pelo menos 6 a 12 renovações por hora, privilegiando a ventilação natural com abertura de portas e janelas que permitam a recirculação natural, ainda que em detrimento de algum desconforto térmico.
- Quando não for possível a ventilação natural dos espaços, deve garantir-se o cumprimento dos requisitos previstos no procedimento *P. COVID.19.UA.06_v001_Qualidade do ar interior*, no que diz respeito à ventilação mecânica.
- As hottes devem ser mantidas permanentemente ligadas de acordo com as indicações regulares de utilização;
- As atividades de geração de gotículas em locais não controlados devem ser minimizadas, não devendo os locais ter uma humidade relativa, acima de 80% e uma temperatura acima dos 30 ° C);
- Para efeitos de ventilação, arejamento e aquecimento dos laboratórios deve proceder-se especificamente de acordo com o procedimento - *P.COVID.19.06 - Qualidade do ar interior*.

8. Controlo de acessos

- Deve garantir-se que nos espaços de laboratório apenas entrem pessoas que cumpram os horários programados e que respeitem as Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo, designadamente o uso de EPI's.
- Deve proceder-se ao registo de presenças.
- A entrada de pessoas nos espaços deve ser limitada, de modo a respeitar as regras estabelecidas nos pontos 1 e 2.

9. Elevadores

- O uso de elevadores para acesso aos espaços laboratoriais, só é permitido para transporte de cargas e pessoas com mobilidade reduzida, de acordo com as práticas previstas no procedimento *P.Covid19.UA.019 – Utilização de elevadores*.

10. Consciencialização/Formação/Sensibilização

- Deverá promover-se a consciencialização para os seguintes aspetos:
 - Perigos/Riscos de não cumprimento das Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo;
 - Boas práticas de convivência e utilização dos espaços;
 - Boas práticas na higienização do espaço ocupado.
- Essa consciencialização poderá ser concretizada por afixação de cartazes, distribuição de panfletos, envio de emails, publicações no site da UA.

11. Vigilância médica

- Poderão vir a ser verificados sintomas associados à COVID 19, como tosse, febre, dores musculares, cansaço e dificuldade em respirar, de acordo com procedimento *P.Covid19.UA.015 - Vigilância médica*.

12. Equipamentos de Proteção Individual (EPI'S)

- É obrigatória a utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), prevista no ponto B e de acordo com as instruções do procedimento *P.Covid19.UA.008 - Utilização e distribuição de EPI's*.

13. Medidas gerais

Deverá incentivar-se a implementação regular das seguintes boas práticas:

- Higienização frequente e regular das mãos, à entrada e saída dos edifícios e durante o dia, sempre que se justifique;
- Etiqueta respiratória.

B. Equipamentos de Proteção Individual



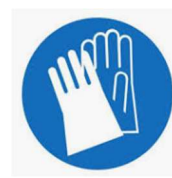
Máscaras Sociais ou
Cirúrgicas
(obrigatórias)



Viseiras
(opcional e sempre
que se justifique)



Proteção Ocular
(sempre que se
justifique)



Luvas
de latex
(sempre que se
justifique)



Proteção do corpo
(sempre que se
justifique)⁽¹⁾

C. Comunicação e Divulgação de informação

Divulgação de informação relativa aos Perigos/Riscos e Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo de acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde (DGS), nomeadamente:

- Plano de Prevenção e Atuação face ao COVID-19 atualizado;
- Procedimento de atuação em caso de suspeita de caso positivo de COVID-19;
- Plano de Prevenção e Atuação face ao COVID-19 atualizado;
- Procedimento - Atuação em caso de suspeita de caso positivo de COVID-19;
- Procedimento - Lavagem de mãos com água e sabão (DGS);
- Procedimento - Lavagem de mãos com uma solução de álcool gel (DGS);
- Procedimento - Higienização de máscaras sociais
- Procedimento - Etiqueta respiratória (DGS);
- Procedimento - Limpeza e higienização de espaços;
- Procedimento - Utilização e distribuição de EPI's;
- Procedimento - Recolha e encaminhamento de resíduos;
- Procedimento - Qualidade do ar interior;
- Procedimento – Utilização de elevadores;
- Planta COVID (com a marcação das vias de acesso e circulação no edifício, locais de recolha e deposição de máscaras, pontos de dispensa de desinfetante e toalhetes de papel, pontos de deposição de resíduos e locais de isolamento)

D. Contactos

Contacto preferencial no edifício (Pivot 1): (a definir por cada UO/Serviço/outro)

Contacto secundário no edifício (Pivot 2): (a definir por cada UO/Serviço/outro)

Contactos de Emergência:

Número Europeu de Emergência - INEM – 112

Linha SNS24 – 808 24 24 24

Grupo de Acompanhamento do COVID-19: ´

☎ +351 969 362 523 (das 9h00-18h00) |✉ covid19@ua.pt

Bombeiros Voluntários: ((a definir por cada UI/UO/UInt/Serviço consoante a sua localização)

- (1) A Bata deve ser preferencialmente com abertura atrás, impermeável/resistente a fluidos, de manga comprida, com punhos fechados e que vá até abaixo do joelho