

Covid-19

Canyoning Prevention

Guia de Boas Práticas



www.ica-canyoning.org

Documento:

Covid-19_Canyoning Prevention _ Guia de Boas Práticas
Versão: nº1;
Data: 2020-04-30

Informações:

lab@ica-canyoning.org

Parceiros:



Apoios:




(Agência de comunicação)



(Design Gráfico)

01	NOTA INTRODUTÓRIA _____	05
02	DEFINIÇÕES _____	06
03	O QUE É O CANYONING _____	07
04	CONSIDERAÇÕES GERAIS _____	08
05	RECEÇÃO DE CLIENTES E INSTRUÇÕES _____	09
	RECEÇÃO DO CLIENTE (PONTO DE ENCONTRO) LOCAL DO "BRIEFING" APRESENTAÇÃO GERAL DA ATIVIDADE5 ANTES DE INICIAR O PERCURSO5	
06	EQUIPAMENTOS _____	10
	ENTREGA DE EPI (INICIO DA ATIVIDADE) DESINFECÇÃO DO EPI (FINAL DA ATIVIDADE) TRANSPORTE DOS BENS PESSOAIS	
07	ABORDAGEM DA ATIVIDADE _____	11
	ESCOLHA DO CANYONING PREPARAÇÃO DA ATIVIDADE DISTANCIAMENTO SOCIAL DENTRO DO CANYON VÍDEOS EDUCATIVOS	
08	ESCOLHA DE PARCEIROS E PAGAMENTOS _____	13
	PAGAMENTOS PARCEIROS	
09	LOGÍSTICA _____	15
	RESERVAS RECEÇÃO AO CLIENTE (LOCAL DE PICK-UP) ACOMODAÇÃO NO VEÍCULO MATERIAL A INSTALAR/DISPONIBILIZAR NOS VEÍCULOS PERCURSO PARTILHA DE VEÍCULO PARA LOGÍSTICA	



10	MODELO DE ANÁLISE DE RISCO _____	19
11	"ATUAÇÃO EM CASO DE SUSPEITA" _____	21
12	MATERIAIS OU EQUIPAMENTOS IDENTIFICADOS _____	23
13	EQUIPA TÉCNICA _____	24
14	BIBLIOGRAFIA _____	25
15	ANEXO 1 - INQUÉRITO Covid-19 _____	26

01 NOTA INTRODUTÓRIA

Este documento é dirigido às empresas e guias de canyoning, com o objetivo de ajudar na transição das atividades para o período Covid-19, de forma a que as mesmas possam operar dentro de um risco aceitável.

É importante focar que estes procedimentos, regras e orientações não vão eliminar a possibilidade de contágio, mas sim **reduzir a probabilidade de o mesmo acontecer**.

Para a elaboração deste documento foi reunida uma equipa multidisciplinar ligada ao setor do Canyoning em diversas áreas, tais como: equipamentos, saúde e higiene no trabalho e logística. Um dos objetivos fundamentais desta equipa de trabalho foi a criação de um conjunto de procedimentos que sejam aplicáveis e exequíveis pelas empresas, a custos aceitáveis.

Para a elaboração deste documento foram analisadas orientações de várias entidades oficiais de saúde em Portugal e na Europa.

Os procedimentos ou orientações apresentadas neste documento são complementos aos procedimentos já existentes nas empresas, sobretudo aquelas que seguem os padrões de ação/formação da Academia Internacional de Canyoning (ICA). Por este motivo este documento reflete apenas as alterações pontuais em cada fase de uma atividade segundo o padrão ICA, para a problemática do Covid-19.

Aviso legal: Este documento não se sobrepõe a legislação, regras ou orientações emitidas pelas entidades oficiais da região de ação dos profissionais ou empresas. Todos os pontos deste documento que em determinada altura no tempo colidam com diretivas das autoridades oficiais, prevalecem as diretivas oficiais. A leitura deste documento não dispensa o acompanhamento das diretivas oficiais.

02

DEFINIÇÕES

Briefing Card

Documento interno da ICA que regula a forma como os guias devem transmitir a informação. Este documento é um procedimento operacional. Este documento também é conhecido como SAFER.

Briefing

Momento ou momentos em que os guias transmitem informações importantes para a realização de uma atividade em segurança.

Regras de ouro

Subgrupo de informações que reflete as orientações mais importantes a cumprir numa atividade de “canyoning”.

Equipamento de Proteção Individual (EPI)

Neste contexto é o conjunto de equipamentos que o cliente necessita para realizar a atividade em segurança.

IRATA

Industrial Rope Access Trade Association

Master Rule

Afastamento Consciente: significa a aplicação do distanciamento social sempre que outra situação de segurança mais urgente não se verifique.



03

O QUE É O CANYONING

O Canyoning iniciou-se como uma atividade radical que consiste em descer rios de montanha, os Canyons, ultrapassando os seus obstáculos com técnicas variadas. Essas técnicas consistem em técnicas de corda (rapel, rapel guiado, tirolesa, etc.) e técnicas livres (saldo, escorrega, etc.).

Esta atividade requer a utilização de equipamentos específicos e conhecimentos técnicos elevados, para poder explorar e usufruir de locais únicos, construindo uma história de vida ímpar.

Na história mais recente desta modalidade foi possível transformar esta atividade numa atividade de desporto e lazer em contacto com a natureza, onde operadores turísticos garantem as condições de segurança, para que grande parte da população consiga usufruir destes locais e destas emoções.

Nos dias que correm, com a evolução dos equipamentos, das técnicas, do treino dos profissionais, é possível realizar esta atividade por quase todos, com exemplos de pessoas a praticar que vão dos 4 aos 70 anos, populações especiais, descidas com cães, etc.

04 CONSIDERAÇÕES GERAIS

- Utilização de máscara: é recomendada a utilização de máscara de proteção em todos os momentos, salvo quando a utilização da mesma é contraproducente;
- Lavagem e desinfecção frequente das mãos;
- A utilização de luvas não é recomendada no âmbito deste documento, por ser considerada contraproducente nos ambientes de trabalho em que o canyoning ocorre.
- A gestão de resíduos deve seguir procedimentos adequados, especialmente à entrada do rio, pelo que será aconselhável a utilização sacos de lixo com fecho. No final do dia os resíduos devem ser descartados pela rede existente na região, nos locais próprios para o efeito.

05

RECEÇÃO DE CLIENTES E INSTRUÇÕES

Receção do cliente (ponto de encontro)

1. Cumprimento dos clientes, à distância mínima de segurança recomendada pelas autoridades de saúde da região em causa, com **mão direita sobre o coração e pequena vénia da cabeça**;
2. Todos os clientes devem desinfetar as mãos em local e segundo as regras de cada empresa, antes de iniciar o *briefing* da atividade.

Local do *briefing*

Sempre que possível o *briefing* deve ser realizado no exterior ou em espaço ventilado, privilegiando locais com boa exposição solar (seguindo as recomendações das autoridades de saúde).

Caso o *briefing* seja realizado no exterior, é necessário ter em conta a distância/direção do vento, pois a forma de propagação do vírus é diferente. Deve ser adotado um posicionamento paralelo à direção do vento, fazendo com que o vento passe lateralmente pelo grupo e não de frente.

Apresentação geral da atividade

1. Explicar o significado do ICA Covid-19 *Canyoning Prevention*;
2. Explicar procedimento geral e focar que a empresa adotou as recomendações/regras deste documento;
3. Informar os clientes dos procedimentos de desinfeção dos equipamentos que a empresa adotou (segundo as informações do capítulo **Equipamentos**);
4. Os guias devem transmitir as regras constantes no **Briefing Card edição 2020 – Covid-19**, que seguem as orientações dos capítulos **Equipamentos** e **Logística** deste documento.

Antes de iniciar o percurso

A ICA utiliza um sistema de 3 regras de ouro no *briefing* da atividade. Para a problemática do Covid-19 é adicionada a **Master Rule**¹ que é o afastamento consciente (**Abordagem da Atividade**)

¹ Conforme apresentado no capítulo das definições, Afastamento Consciente: significa a aplicação do distanciamento social sempre que outra situação de segurança mais urgente não se verifique

06 EQUIPAMENTOS

Entrega de EPI (início da atividade)

Cada cliente deve desinfetar as mãos antes de recolher o seu equipamento de proteção individual, mesmo que o processo tenha sido realizado no ponto de encontro como indicado no capítulo **Receção de clientes e instruções**.

O guia dá orientações ao cliente de como obter o equipamento que vai usar para a atividade e o local apropriado para se equipar. É o cliente que manuseia o seu equipamento, com supervisão do guia, privilegiando o contactless.

Desinfecção do EPI (final da atividade)

1. Cada cliente ou guia retira o seu próprio equipamento e é o próprio que o coloca nos recipientes de lavagem ou sacos de transporte;
2. A lavagem dos equipamentos pode ser efetuada com água a 30° C e detergente de PH entre 5.5 e 8.5 durante 15 minutos, no mínimo (Singing Rock, 2020). No capítulo de **materiais ou equipamentos identificados** pode-se encontrar exemplos de detergentes;
3. Colocar o equipamento a secar em lugar arejado ou ventilado com um período de quarentena de 72 horas, implementando um sistema de rotatividade de equipamentos (Petzl, 2020);
4. A empresa deve assegurar a existência de espaços separados para equipamentos em quarentena e equipamentos a utilizar, implementando um circuito para entrada e saída de equipamentos;
5. Os procedimentos atrás indicados não são únicos, pelo que poderão ser usadas outras formas de desinfecção recomendadas pelos fabricantes.
6. **A empresa deve sempre respeitar as indicações do fabricante do equipamento em causa.**

Transporte dos bens pessoais

1. A cada grupo individualizado ou pessoa deve ser entregue um saco descartável ou equivalente para transporte dos bens pessoais.
2. Esse saco deve conter uma identificação para permitir ao cliente identificar os seus bens no final da atividade.
3. No final da atividade o cliente levanta os seus bens no local de entrega do equipamento da atividade e no final deposita o saco em local apropriado.

07

ABORDAGEM DA ATIVIDADE

Escolha do canyoning

1. Realizar atividades em percursos simples e comerciais;
2. Escolher canyoning abertos e sem passagens complicadas;
3. A escolha de percursos de caminhada aquática, poderá ajudar no distanciamento social;
4. Preparar os percursos para que os clientes possam executar as manobras de forma autónoma, sempre que possível e, com supervisão do guia;
5. Preparar um local no início do percurso para treino das técnicas, por forma a avaliar e definir o nível de autonomia dos clientes;
6. Escolher canyoning onde seja possível trabalhar sozinho, Guia e condutor de veículo (no caso de transfers) serão a mesma pessoa, evitando desta forma contactos com os outros funcionários, mesmo na base de operações.

Preparação da atividade

1. O transporte deve ser individual ou individualizado;
2. Evitar juntar clientes de origens diferentes;
3. Evitar grupos grandes, privilegiando grupos pequenos de até 6 pessoas (apostar em serviços privados por exemplo em vez de 6 clientes e 2 guias, realizar 3 clientes e 1 guia em 2 grupos, quando a avaliação de risco assim o permita);
4. Não deve existir partilha de mochilas, bidões ou outros equipamentos.

07

ABORDAGEM DA ATIVIDADE

Distanciamento social dentro do Canyon

1. Distância mínima de 2-3 metros entre pessoas;
2. Trilhos de acesso e saída devem garantir o distanciamento social;
3. Evitar locais de confinamento;
4. Na espera para as manobras colocar os clientes num local confortável e chamar o cliente à vez sem aglomeração de pessoas;
5. Investir tempo na aprendizagem dos clientes na utilização dos equipamentos (colocar e tirar o descensor, usar as longes de segurança, etc.);
6. Privilegiar técnicas simples e que permitam o cliente entrar e sair de forma autónoma;
7. Evitar passagens que obriguem o guia a ajudar o cliente ou cliente a ajudar cliente;
8. Se for necessário o guia deve dar múltiplos briefings para evitar a aglomeração.

Vídeos educativos

Como adição ao procedimento anterior, a utilização de tecnologias de informação e comunicação podem ser instrumentos importantes para o trabalho dos guias e empresas. Dependendo da estrutura da empresa e/ou infraestruturas disponíveis, os vídeos educativos poderão ser usados como complemento às instruções fornecidas. De seguida identificamos alguns exemplos:

- Como colocar e retirar todo o equipamento desde o fato, meias, botas, arnês e capacete.
- Colocar e tirar o oitão (normal e Canyoning);
- Utilização das longes
- Técnica de rapel
- Aproximação em segurança de uma ancoragem
- Corrimões
- Rapel guiado

08 ESCOLHA DE PARCEIROS E PAGAMENTOS

Pagamentos					
Prioridade	Método	Recursos	Vantagens	Desvantagens	Observações
1	Pré Pagamento	HomeBanking, Paypal, Revolut, MBWay, etc	Eliminação do Contato direto no ato de pagamento	Alguns clientes preferem pagar depois do serviço Alguns clientes podem não ter acesso a estes serviços ou não terem as aplicações necessárias instaladas	Empresas deverão sensibilizar para a preferência a este método de pagamento, facilitando o acesso às aplicações através de recomendações feitas nos seus sites ou através dos emails de reserva
2	Pós Pagamento via Plataformas	HomeBanking, Paypal, Revolut, MBWay, etc	Redução do Contacto direto no ato de pagamento	Alguns clientes podem não ter acesso a estes serviços ou não terem as aplicações necessárias instaladas	Caso o método anterior não seja aplicável, as empresas deverão sensibilizar para a preferência a este método de pagamento, facilitando o acesso às aplicações através de recomendações feitas nos seus sites ou através dos emails de reserva
3	Pós Pagamento via Cartão de Débito ou Crédito	Terminal de Pagamento, desinfetante, lenços de papel	Mais seguro e fácil de higienizar do que o pagamento em dinheiro	Nem todas as empresas têm terminais de pagamento com cartão devido aos custos associados	No ato de pagamento: - Cliente insere o cartão no terminal - Após efetuar pagamento, cliente higieniza as mãos com solução desinfetante - Após pagamento Guia/Colaborador higieniza todo o terminal de pagamento com um lenço embebido em desinfetante, desinfetando depois as suas mãos
4	Pós Pagamento via Numerário	Envelope ou Pequeno cofre/caixa para colocar o dinheiro; Desinfetante	---	Maior interação e contato com superfícies comuns	- O Guia/Colaborador deverá abrir o envelope / caixa / cofre no qual será colocado o dinheiro pelo cliente; - O cliente não deverá tocar diretamente no envelope / caixa / cofre. - O dinheiro recebido não deverá ser manuseado durante 24h, devendo ficar este tempo dentro do local onde for colocado. - Após processo de pagamento tanto o cliente como o Guia / Colaborador deverão higienizar as mãos.

08 ESCOLHA DE PARCEIROS E PAGAMENTOS

Parceiros

A escolha de parceiros na cadeia de valor é fundamental para que a percepção de segurança dos clientes seja total. Assim, sugere-se que os parceiros das empresas sigam referenciais de operação com boas práticas relativamente ao Covid-19.

Atendendo a que na sua generalidade os principais parceiros de trabalho diretos são da área da restauração, consideramos como referência os procedimentos propostos pela Organização Mundial de Saúde, no seu documento *COVID-19 and food safety: guidance for food business*.

Para além do atrás referido, consideramos pertinente que a empresa promova ainda os seguintes procedimentos:

1. Avisar o parceiro da possibilidade de, em determinado dia a determinada hora, haver um grupo com um determinado número de pessoas. Atendendo às medidas de contingência do parceiro (como por exemplo a lotação máxima definida pelas medidas do governo), o mesmo deverá informar se terá ou não lugar para todo o grupo respeitando as devidas medidas de prevenção de contágio;
2. No caso de haver possibilidade por parte do parceiro, reservar assim que possível, de modo a que, no momento do serviço, sejam cumpridas as medidas de prevenção de contágio do respetivo local;
3. Antes de entrar, todas as pessoas deverão higienizar as mãos com solução desinfetante;

09

LOGÍSTICA

Reservas

1. No momento da reserva deverá ser efetuado um questionário de despistagem COVID-19 (anexo 1) ao cliente, ou informar o mesmo de que terá de responder a esse questionário facultando o mesmo via correio eletrónico, onde constará que as falsas declarações em caso de sintomatologia não comunicada poderão incorrer em responsabilidade civil/criminal;
2. Os clientes devem ser informados que na entrada do veículo que fará o transporte o Guia irá monitorizar a sua temperatura com recurso a um medidor laser;
3. Informar que o guia não irá entrar nas instalações onde o cliente se encontra acomodado pelo que deve estar atento ao seu telemóvel, através do qual o Guia partilhará a sua localização em tempo real. (Aplicação WhatsApp ou outra);
4. Sempre que possível o cliente deverá aguardar no exterior do local de pick-up;
5. As empresas podem equacionar cobrar uma taxa de reserva, uma vez que é expectável que o número de desistências, sem comunicação prévia, venha a subir;
6. Todos os processos que envolvam o tratamento de dados pessoais devem seguir as orientações das autoridades de controlo da região de influência (exemplo: regulamento geral de proteção de dados).

09

LOGÍSTICA

Receção ao cliente (Local de *Pick-Up*)

1. O Guia deve apresentar-se no local do pick-up já devidamente protegido com máscara facial. As luvas devem ser desinfetadas após manusearem puxadores das portas ou outras peças que possam ter tido uma utilização comum, contudo, o Guia deverá tentar ser sempre ele a manusear a abertura e o fecho das portas;
2. O Guia não deverá entrar nas instalações onde se encontra o cliente, devendo aguardar junto do veículo;
3. Aquando da receção o Guia cumprimenta os clientes e apresenta-se à distância mínima de segurança recomendada pelas autoridades de saúde da região em causa, com a mão direita sobre o coração e uma pequena vénia da cabeça, conforme descrito no capítulo “Receção de clientes e instruções”;
4. O guia deve distribuir imediatamente máscaras de proteção e luvas aos clientes, caso os mesmos não as possuam e informa que deverão conservar a máscara até à entrada do rio. Local em que esta será descartada sendo-lhe fornecida uma nova no final da atividade que terão de usar até ser efetuado o drop-off.
5. O Guia deve abordar sucintamente as recomendações relativas à necessidade de distanciamento social e uso do EPI, conforme descrito no capítulo “Receção de clientes e instruções”;
6. Após a transmissão das informações e procedimentos, o Guia age em conformidade e realiza a medição da temperatura corporal com medidor laser acomodando os clientes nos termos do ponto seguinte “Acomodação no veículo”;
7. O Guia explica em termos sucintos a distância e o tempo que vão precisar para chegar ao local da atividade ou à base da empresa.

09

LOGÍSTICA

Acomodação no veículo (Recomenda-se a utilização de veículos de 9 lugares)

1. Caso os clientes sejam todos do mesmo agregado familiar ou se encontrem a viajar em grupo é possível transportar até 7 clientes mantendo o lugar por ocupar entre o Guia e o cliente que circula no banco da frente;
2. Caso sejam de agregados diferentes, entre os diferentes agregados terá de existir sempre um lugar por ocupar, até a um limite em apenas será possível transportar 5 clientes no total (para viaturas de 9 lugares), mantendo sempre o lugar do meio de cada fila de bancos por ocupar.
3. No caso em que o número de clientes seja de 4 ou menos é sempre preferível que os mesmos sejam acomodados nos bancos traseiros do veículo.
4. No regresso da atividade os clientes devem ocupar exatamente os mesmo lugares.

Material a instalar/disponibilizar nos veículos

1. 2 Dispensadores de gel/spray (recomenda-se que os mesmos fiquem junto ao tablier e no Pilar B do veículo atrás do banco da frente, do lado direito);
2. Caixa de máscaras descartáveis;
3. Sacos de lixo com fecho;
4. Telemóvel da empresa com dados móveis que permita partilhar a localização.

09

LOGÍSTICA

Percurso

1. Durante o percurso, sempre que possível deve promover-se a renovação do ar através da abertura das janelas. Não sendo possível deve ser acionado o sistema de Ar-Condicionado com entrada de ar do exterior e nunca em circuito fechado.

Partilha de veículo para Logística

1. Sempre que possível deve evitar-se que o veículo usado na logística de um grupo seja usado por grupos diferentes no mesmo dia, de forma a evitar-se a contaminação cruzada. Em caso de necessidade imperiosa, o veículo deve ser devidamente desinfetado no seu interior, podendo esta desinfeção ocorrer na presença dos clientes a transportar transmitindo-lhes desta forma segurança e profissionalismo;

2. No final do dia, o veículo deve ser alvo de uma higienização mais profunda especialmente no seu interior.

10 MODELO DE ANÁLISE DE RISCO

A análise de risco é um pressuposto do dia a dia dos profissionais e empresas que operam na modalidade Canyoning de forma comercial, contudo o Covid-19 introduz novas variáveis que obrigam a uma análise muito cuidada na visão da probabilidade de um cliente ou guia ser infectado, no decorrer de uma atividade.

Com este problema em vista, este documento propõe um modelo de análise risco que é baseado na matriz da IRATA, com as devidas adaptações para a problemática do Covid-19.

O objetivo desta tabela é fornecer um instrumento simples e fácil de implementar para ajudar os profissionais e as empresas a identificar os riscos e a fazer uma análise das suas medidas para baixo o risco de contrair Covid-19 no âmbito de uma atividade, sabendo que nenhuma atividade está isenta de risco.

Momentos	Risco (antes das medidas)		Risco (após as medidas)		
	Riscos	Quem prejudica	Medidas	Riscos	Quem prejudica
Transfer (transporte de clientes)	5	Guias e Clientes	Reduzir o nº de passageiros; Ninguém viaja junto ao condutor; Usar luvas e mascarar durante o transporte; desinfeção do veículo após cada serviço.	2	Guias e clientes
Chegada e briefing	4	Guias e clientes	Desinfetar mãos; Distância social; Grupos reduzidos.	1	Guias e Clientes
Entrega de EPI	3	Guias e clientes	Cada cliente pega o seu; grupos reduzidos.	1	Clientes
Progressão na atividade	2	Guias e clientes	Manter distância social; grupos muito reduzidos ou grupos fechados de amigos.	1	Guias e clientes
Manobras com cordas / ajudas	4	Guias e Clientes	Tentar que o cliente tenha o máximo de autonomia; Não falar diretamente com o cliente cara a cara; Enquanto fala, proteger a boca com o cotovelo; lavar as mãos logo de seguida ainda que sem sabão.	2	Guias e clientes
Retirar EPI	4	Guias e Clientes	Cada cliente tira o seu epi e coloca em recipiente com água e detergente durante 15 min	1	Guias e clientes
Arrumar EPI	4	Guias	Colocar máscara; desinfectar as mãos logo de seguida.	1	Guias
Resultados	23			9	

10 MODELO DE ANÁLISE DE RISCO

Considerações:

- Os dados apresentados na tabela anterior são um exercício genérico dos principais momentos de uma atividade, cada empresa deve a adaptação à sua realidade;
- O risco é o resultado da consideração da probabilidade vs impacto;
- A variação do risco é de 1 a 5;
- O risco aceitável após aplicação de medidas é inferior a 10, mas deve ter sempre uma análise momento a momento;
- O risco moderado é entre 11 e 14;
- O risco alto é acima de 15.

Nota final: é muito importante que cada profissional ou empresa analise a sua atividade e identifique os vários momentos, pois dependendo da estrutura da atividade os momentos podem mudar, dependendo das condições de trabalho: transporte, base de apoio, necessidade de logística de equipamentos, percursos, etc.

11 ATUAÇÃO EM CASO DE SUSPEITA Covid-19

De acordo com a (Direção Geral de Saúde, 2020), deve ser estabelecida uma área de “isolamento” e o(s) circuito(s) até à mesma.

A colocação de um suspeito numa área de “isolamento” visa impedir que outros indivíduos possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na empresa e na comunidade.

A área de “isolamento” (sala, gabinete, secção, zona) numa empresa tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, de acordo com a tabela abaixo indicada:

Definição de Caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas empresas.

Critérios clínicos		Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas Ou Contato com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas Ou Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Adaptado de Direção Geral da Saúde (2020).

11 ATUAÇÃO EM CASO DE SUSPEITA Covid-19

Desta forma é assegurado um correto distanciamento social deste, relativamente aos restantes guias e clientes. Grandes empresas ou empresas com vários estabelecimentos podem definir mais do que uma área de “isolamento”.

A área de “isolamento” deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do suspeito com Sintomas/Caso Suspeito.

A empresa deverá estabelecer o(s) circuito(s) a privilegiar quando um suspeito com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do suspeito com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores nas instalações.

12 MATERIAIS OU EQUIPAMENTOS IDENTIFICADOS

Produtos de limpeza

- Sanytol - <http://sanytol.pt/pt/product/desinfetante-de-roupa>
- Zoono - <https://zoono.com>
- O3 Waves - <http://www.ewaves.pt/>

13

EQUIPA TÉCNICA

- **Bruno Martins** (Academia Internacional de Canyoning)
- **Bruno Silveira** (Tobogã Azores)
- **Filipe Ferreira** (Madeira Adventure Kingdom)
- **João Granja** (Academia Internacional de Canyoning)
- **Joel Pereira** (Escola Superior de Desporto e Lazer de Melgaço – IPVC; APECATE)
- **Manuel Costa** (Tobogã)
- **Mark Costa** (Perito de Segurança no Trabalho)
- **Nuno Guerreiro** (Academia Internacional de Canyoning)
- **Pedro Santos** (Academia Internacional de Canyoning)
- **Pedro Sousa** (Academia Internacional de Canyoning)
- **Rui Borges** (Azores Adventure Islands)

14 BIBLIOGRAFIA

Direção Geral de Saúde. (2020). Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas. Lisboa: Direção Geral de Saúde.

Petzl. (17 de Abril de 2020). RECOMMENDATIONS FOR DISINFECTING YOUR EQUIPMENT. Obtido de <https://www.petzl.com/INT/en/Professional/News/2020-4-17/Recommendations-for-disinfecting-your-equipment>

Singing Rock. (Abril de 2020). COVID-19 and equipment disinfection. Obtido de <https://www.singingrock.com/covid-19-disinfection>

World Health Organization & Food and Agriculture Organization of United Nations. (2020). COVID-19 and food safety: guidance for food business. WHO.

«Intertanko. (2020). Outbreak Management Plan: Covid-19. Intertanko.»

15 ANEXO 1 - INQUÉRITO Covid-19

Nome	Idade
1	Alguns dos sintomas seguintes:
Febre	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Tosse	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Dificuldade em respirar	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Dor de garganta	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Corrimento nasal	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Dores nas articulações	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Dor no peito	Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Outros:	
2	Lista de locais que esteve nos últimos 14 dias:

3	Esteve em contacto com alguém que teve covid-19 nos últimos 14 dias ? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
4	Declaro sobre compromisso de hora que pelo meu conhecimento as declarações prestadas são verdadeiras.
Assinatura	Data:

Adaptado de Intertanko (2020)

