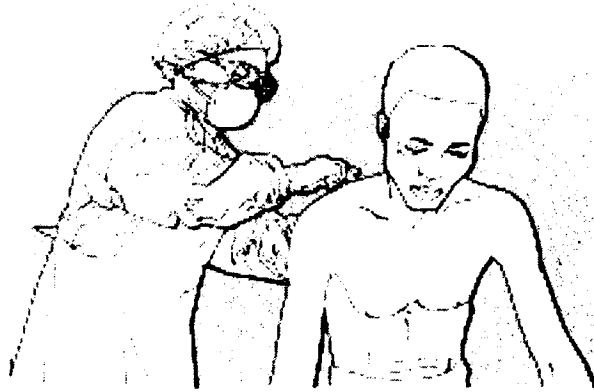


Secção 4

Usar Roupas de Protecção



Esta secção descreve como:

- Preparar um estoque de roupas de protecção para utilizar com as medidas de isolamento da FHV
- Fazer adaptações a partir de material local disponível quando um artigo não estiver disponível, ou se o estoque for reduzido
- Colocar e retirar roupas de protecção dos quartos de mudar

Secção 4 Vestir Roupas de Protecção

4.1 Vestir Roupas de Protecção

- Especificar quem deve vestir as roupas de protecção
- Todos os médicos, enfermeiros e funcionários dos serviços de saúde que providenciam tratamento médico directo à pacientes suspeitos de possuírem FVH
- Todo o pessoal auxiliar que limpa a sala de isolamento, manuseia suprimentos e equipamentos contaminados, suprimentos reutilizáveis sujos, e que recolhe e deite lixo infectado pelos pacientes com FVH
- Todo o pessoal do laboratório que lida com amostras do paciente e fluidos corporais de casos suspeitos de FVH
- Pessoal de apoio ao laboratório que limpa e desinfecta equipamentos laboratoriais utilizados nos testes da FVH.
- Equipas de enterro que removem corpos de pacientes falecidos com FVH e preparam o enterro dos mesmos.
- Membros da família que cuidam de pacientes com FVH

Quando um caso de FVH é detectado na instituição de saúde, devem se utilizar as seguintes roupas de protecção na área de isolamento:

- Uma traje inferior ou muda interior de roupa (uma camisa ou calça antiga trazida de casa)
- Um par de luvas finas
- Botas de borracha ou galochas (apenas se o chão estiver manchado)
- Uma bata ou roupa exterior (batas cirúrgicas ou descartáveis com mangas e bainha)
- Um avental de plástico colocado sobre as duas mantas de roupa
- Um segundo par de luvas finas ou grossas. Colocar um segundo par de luvas durante o tratamento do paciente promove uma medida adicional de segurança quando se estiver em contacto com suprimentos contaminados.
- Um filtro HEPA (Respirador Especial de ar de alta eficiência) ou outro bio-segura (máscara cirúrgica se não houver um filtro HEPA ou outro bio-segura)

- Touca
- Óculos transparentes ou óculos de protecção anti-fogue

Nota: Quando as roupas de protecção não estiverem disponíveis ou estiverem reduzidas devem ser feitas e utilizadas adaptações.

4.2 Reunir um Estoque de Roupas de Protecção

Obter e armazenar num estojo de armazenagem fora do quarto de mudar os seguintes artigos:

Traje inferior ou muda interior: (utilizar um traje inferior ou um estojo de roupas velhas trazidas de casa (camisa sem mangas ou calças). Evite vestir roupas compridas prevenindo o contacto delas com manchas de lixo infectado encontradas no chão.

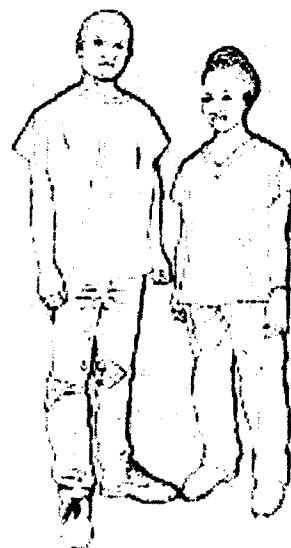


Fig. 13. *Muda interior*

Luvras Finas: Estas permitem um bom funcionamento motor quando se examina ou se cuida de pacientes. Podem ser de látex, vinil ou luvas cirúrgicas; não precisam ser esterilizadas. As luvas devem estar preferivelmente 10 a 15 cm acima do pulso, medidas do pulso até o fim do braço



Fig. 14. *Luvras Finas*

Botas: As botas ou sobre-botas devem ser vestidas sobre os sapatos normais quando houver lixo infectado no chão. São aconselháveis botas de borracha comuns. O comprimento das botas deve ser de pelo menos 30 cm e devem possuir sola.

Se não houver botas disponíveis, utilize duas coberturas de saco de plástico.



Fig. 15. Usar sacos de plástico como botas

Ceder ao pessoal que entrar na área de isolamento os seus próprios pares de botas. Os membros das equipas serão responsáveis pela armazenagem das botas numa prateleira coberta ou num saco de plástico após cada utilização

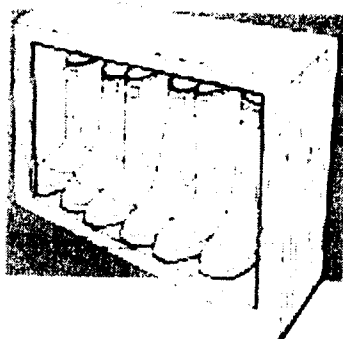


Fig. 16. Armazenagem de botas

Bata ou muda exterior: Vestir uma bata cirúrgica descartável ou uma bata de algodão sobre a primeira muda de roupas.

Batas cirúrgicas descartáveis podem ser reutilizadas pelos mesmos membros da equipa se não estiverem contaminadas, sujas ou amarrotadas

Quando o estoque de batas descartáveis for limitado, coloque uma bata cirúrgica de algodão que possa ser lavada e reutilizada

A bata deve:

Estar aberta por trás e fechada com laços no pescoço e cintura

Estar ao tamanho dos joelhos, revestida de gola a volta do pescoço e tiras elástica para fechar a bata pela cintura. Se as tiras elásticas não forem usadas, costure laços de algodão. Eles podem estar enganchados sobre o polegar para manter a manga no lugar.

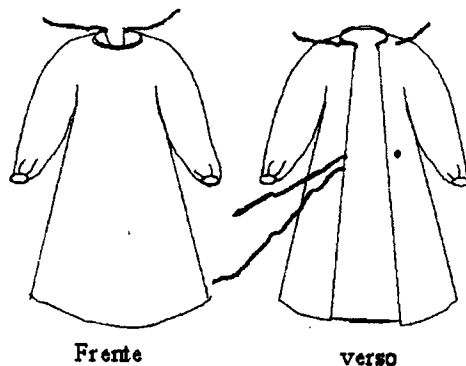


Fig. 17. Ilustração de bata com laços

Se o estoque de batas cirúrgicas for limitado, faça batas adicionais a partir de tecidos de algodão locais. As instruções para se fazerem batas de algodão estão alistadas no anexo 5. As especificações para arranjar batas e outras peças de roupa recomendada estão alistadas no anexo 6

Aventais de plástico: Vestir um avental de plástico sobre a muda exterior. Os aventais previnem o contacto de fluidos corporais infectados que podem infiltrar-se através das roupas de protecção quando o paciente sangra, tosse ou vomita.

Aventais de plástico devem ser usados por qualquer pessoa que tenha tido contacto directo com um caso suspeito de FHV ou com fluidos corporais infectados. Estes aventais são fortemente recomendados para:

- Enfermeiros
- Pessoal de laboratório
- Pessoal de limpeza
- Pessoal que efectue autopsias e prepare corpos para serem enterrados



Fig. 18. Vestir um avental de plástico

Quando um estoque comercial de aventais de plástico não estiver disponível, faça aventais a partir de lençóis de plástico, borracha ou material de plástico usado normalmente para cobrir mesas de cozinha

O avental deve:

- Ter ganchos ou laços que se fixem a volta do pescoço
- Ter laços na cintura que se toquem e laços nas costas
- Ser suficientemente comprido para cobrir a parte de cima das botas e prover protecção adicional contra salpicos que escorram sobre as botas.

Luvras grossas: Estas são usadas sobre um par interior de luvas finas ou de látex. Elas são usadas para limpar manchas, roupas de protecção reutilizáveis sujas, roupas de noite do paciente, manusear lixo descartável e conduzir autopsias e preparações de enterro.



Fig. 19. *Luvras grossas*

As luvas podem ser feitas de neopreno ou de borracha grossa. Devem estar bem acima do pulso, mais ou menos 30cm para cima do braço. Quando não estiverem disponíveis luvas de borracha, utilize luvas normais de cozinha como muda exterior de roupa.

Se o estoque de luvas for limitado, use um par de luvas. Desinfecte-as após cada contacto com pacientes com FVH ou com materiais e fluidos corporais infectados. Como desinfectar, limpar e reutilizar luvas durante o tratamento do paciente é descrito nas secções 5.3 e 5.4

Se não houver luvas disponíveis, utilize sacos para cobrir as mãos



Fig. 20. *Usar sacos de plástico como luvas*

Se não houver nada disponível para servir como luva ou cobertura para mão. Certifique-se que o pessoal da instituição lave as mãos com água e sabão logo:

- Depois de cada contacto com pacientes com FVH
- Antes de deixar o quarto do paciente
- Depois de qualquer contacto com fluidos corporais infectados
- Depois de qualquer contacto com material contaminado

Como criar uma estação para lavagem das mãos é descrita na secção 1.3

Máscara: A máscara protege a cara do funcionário dos serviços de saúde do contacto com sangue, gotas de fluidos corporais contaminados. Use máscaras que cubram a boca e o nariz. Use um filtro HEPA ou outras máscaras bio-seguras, uma máscara cirúrgica ou uma máscara de algodão feita localmente

Filtro-HEPA ou máscara bio-segura: Uma máscara de filtro-HEPA, filtra o ar para prevenir a inalação de pequenas partículas ou microorganismos nocivos. Providencia protecção contra transmissão pelo ar de microorganismos.

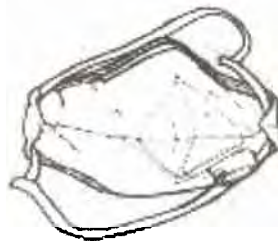


Fig. 21.

Um filtro HEPA ou máscara bio-segura é de pouco peso e fácil de usar. Pode ser reutilizada pelo mesmo funcionário da instituição, desde que continua a encaixar confortavelmente e não estiver contaminada, machucada ou salpicada com fluidos corporais.

Não tocar na máscara depois ser colocada. A máscara pode ficar contaminada logo que tocada. Para evitar a necessidade de tocar na máscara, certifique-se que ela encaixa confortavelmente, antes de entrar no quarto do paciente

Quando manusear uma máscara reutilizada segure-a pelos cordões. Ter cuidado para que a superfície exterior não toque na face do funcionário dos serviços de saúde.

Máscara cirúrgica: Se não estiverem disponíveis filtros-HEPA ou outras máscaras bio-seguras. Use máscaras cirúrgicas. As máscaras cirúrgicas não filtrarão para fora pequenas partículas, mas protegerão o funcionário da instituição de saúde contra gotas ou salpicos de fluidos corporais.

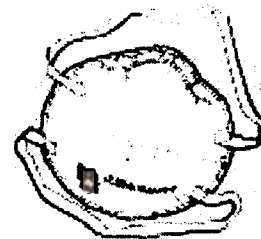


Fig. 22. Máscara cirúrgica

Uma máscara cirúrgica pode ser reutilizada pelo mesmo funcionários dos serviços de saúde desde que não esteja contaminada, suja ou torcida.

Máscara de algodão: Se não houverem disponíveis máscaras cirúrgicas, use máscaras de algodão feitas de quatro ou cinco mudas de roupa de algodão costuradas juntas.

- Use uma cor diferente para cada lado da máscara. Isto ajudará os funcionários dos serviços de saúde a rapidamente identificarem que lado deve ser colocado para dentro
- A máscara deverá ter laços compridos o suficiente que cheguem até a parte traseira da cabeça



Fig. 23. Máscara de algodão

As máscaras de algodão não oferecerão protecção contra a inalação de partículas, mas oferecerão protecção contra salpicos ou qualquer contacto com gotas de fluidos corporais infectados. Uma máscara cirúrgica pode ser reutilizada pelo funcionários dos serviços de saúde desde que não esteja contaminada, suja ou torcida.

Touca: Uma touca ou capa protege o cabelo e a cabeça contra salpicos dos vômitos, sangue e outros fluidos corporais do paciente.

Use toucas descartáveis de algodão. Se não houver toucas descartáveis de algodão, faça toucas de algodão a partir de tecidos de algodão locais. Coloque laços para que a touca não caia quando o funcionário dos serviços de saúde se debruçar sobre o paciente.



Fig. 24. Cobertura da cabeça

Se não estiverem disponíveis toucas de algodão:

- Use um cachecol, bandana ou um pedaço grande de roupa.
- Dobre o cachecol, bandana ou roupa e fixe a volta da cabeça

Óculos: usar óculos transparentes ou óculos anti-fogue para proteger os olhos contra salpicos ou gotas de fluidos corporais infectados.



Fig. 25. *Usar óculos claros ou óculos de aviador*

Adquirir óculos transparente numa loja local de venda de óculos ou no mercado. Coloque laços nas orelhas. Amarre os óculos por volta da cabeça de modo que não caia quando o funcionário dos serviços de saúde se debruçar sobre o paciente. Se houver disponível, utilize óculos comerciais anti-fogue ao invés dos óculos transparentes.

4.3 Pôr as Roupas de Protecção

Certifique-se que o quarto de mudar (área de mudar para limpeza e outras secções), possuam um estoque de roupas de protecção. A secção 3.4 descreve como preparar um quarto de mudar

1. Retire as jóias, carteiras e outros objectos de valor antes de entrar no quarto de mudar. Guarde-os seguramente fora do quarto de mudar
2. Retire as roupas normais e pendure-as num gancho. **Vista o traje inferior** ou um lote de roupas velhas
3. **Entre no quarto de mudar**



Fig. 26. *Muda inferior: a primeira muda de roupa*

4. **Pôr as botas de borracha**

Ponha cada bota e pregue a perna da calça dentro da bota. Se forem utilizadas sobre-botas prenda o topo das botas à perna com fita plástica. Isto prevenirá que salpicos escorram para dentro das botas



Fig. 27. *Por as botas*

5. Pôr o primeiro par de luvas

- Procure nas suas mãos, cortes ou pele entrecortada, se a pele estiver cortada ou entrecortada, abstenha-se do contacto directo com o paciente
- Calce uma luva de cada vez. Se o traje inferior ou jogo de roupas velhas tiver mangas compridas, coloque os fios de cada luva para dentro do punho.
- Quando for calçado apenas um par de luvas, coloque os fios da luva sobre a bata ou punho
- Se não houverem luvas disponíveis, utilize sacos de plástico. Ponha uma muda agora. Ate e feche a primeira luva com fitas ou tiras de plástico.

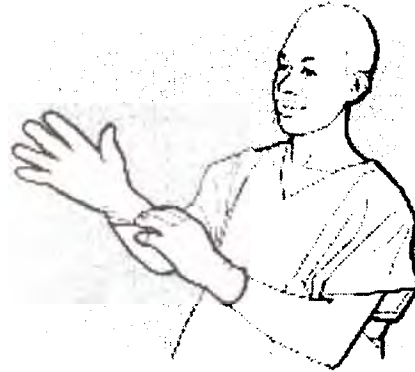


Fig. 28. *Por o primeiro par de luvas*

6. Pôr a bata exterior

- Colocar a bata por dentro. Isto é especialmente importante se a bata estiver a ser reutilizada
- Colocar os braços por entre os buracos das mangas
- Amarre a bata por trás, ou peça um funcionário dos serviços de saúde para o fazer

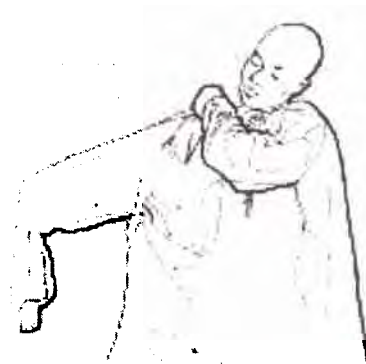


Fig. 29. *Por a bata exterior*

7. **Pôr o avental de plástico ou de borracha**



Fig. 30. Por o avental de plástico

8. **Pôr o segundo par de luvas**

- Coloque o fio do segundo par de luvas sobre a bata ou punho
- Se utilizar sacos de plástico, coloque a segunda muda de saco de plástico sobre a primeira. Feche as extremidades do saco com fita de plástico ou tiras elásticas.
- O pessoal da instituição de saúde que, limpa, lava, desinfecta, deita lixo e manuseia corpos deverá utilizar luvas grossas como segundo par de luvas.



Fig. 31. Forma apropriada de por o segundo par de luvas

9. **Pôr a máscara.** Amarre-a nas costas do pescoço, e próximo do topo da cabeça



Fig. 32. Por a máscara

10. **Pôr a touca**



Fig. 33. Por a cobertura da cabeça

11. **Pôr óculos de protecção.** Ate os óculos de protecção ou óculos de avião por trás da cabeça com fio ou cordões para prevenir que os óculos caiam quando estiver a trabalhar com o paciente na zona de isolamento.



Fig. 34. Por os óculos

Lembre-se! Certifique-se que as máscaras, cobertura da cabeça e óculos encaixem confortavelmente. Assim que as mãos com luvas tocarem no paciente, não toque na máscara, touca ou óculos.

A partir do momento que as roupas de protecção forem colocados não volte a entrar na instituição geral de saúde. Numa emergência peça o guarda ou um assistente de saúde ir e obter qualquer artigo necessário de outras partes da instituição de saúde.

4.4 Retirar as Roupas de Protecção

Os passos para retirar as roupas de protecção incluem desinfecção com soluções alcalinas e lavar as mãos com água e sabão. Como preparar suprimentos para desinfecção é descrito na secção 3.3. Como preparar soluções alcalinas é descrito na secção 5.1

Luvas e botas exteriores são as que têm maior probabilidade de ter contacto com fluidos corporais infectados durante o tratamento do paciente.

Antes de deixar o quarto do paciente:

1. **Desinfectar par de luvas exteriores.**

- Lavar as mãos com luvas com água e sabão
- Mergulhar por um minuto as mãos com luvas numa solução alcalina 1:100

2. **Desinfectar o avental.** Pulverize ou limpe-o com um 1:100 de solução alcalina

3. **Desinfectar as botas.**

Nota: as solas das botas de borrachas são difíceis de limpar por possuírem texturas. Desinfecte-as cuidadosamente e certifique-se que alcança todas as superfícies da sola com texturas.

Utilize um pulverizador contendo 1:100 de solução alcalina para pulverizar as botas

OU

Mantenha a bota sobre uma panela ou bacia e peça a outro funcionário dos serviços de saúde para despejar 1:100 de solução alcalina sobre as botas

OU

Desloque para uma panela rasa contendo 1:100 de solução alcalina e limpe as botas com uma roupa molhada

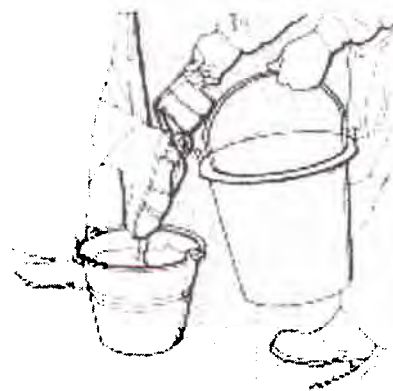


Fig. 35. *Desinfectar as botas*

4. Retirar o par de luvas exteriores

Se forem colocados dois pares de luvas:

- Puxe a borda da luva sobre as costas das mãos com luvas de modo que ela se volte para dentro a medida que é puxada para trás
- Se as luvas forem reutilizadas, coloque as luvas num balde contendo água de sabão

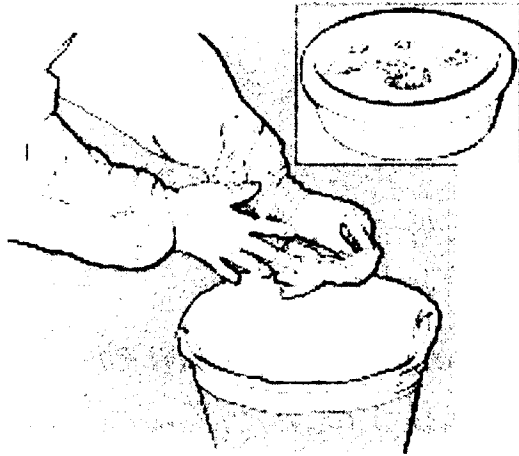


Fig. 36.

Desinfetar luvas usadas em água e sabão para reutilizar ou depositá-las num balde de lixo

- Se as luvas não forem reutilizadas, deite-as num balde para deposição de lixo contaminado
- Retire a outra luva da mesma maneira

Se apenas um par de luvas for colocado

- Não retire as luvas agora
- Enxágue as mãos com luvas durante um minuto em 1:100 de solução alcalina antes de se deixar o quarto do paciente.

Depois de desinfetar as botas e remover as luvas externas, vá para o quarto de mudar.

5. Retirar o avental e a bata exterior

- Ponha o avental numa máquina de lavar ou pendure-o para ser reutilizado (se for reutilizado)



Fig. 37. Retirar o avental

- Retire a bata exterior. Pendure-a num gancho para ser reutilizada. Certifique-se que é pendurada no avesso. Se a bata precisar de lavagem, coloque-a numa máquina de lavar.



Fig. 38. Retirar a bata

6. Desinfectar as mãos com luvas

- Depois do contacto com o avental ou bata exterior
- Enxagúe as luvas calçadas em 1:100 de solução alcalina . Depois lave-as com água e sabão
- Limpe as luvas calçadas com uma toalha descartável.
- Se não houver lixívia, lave as mãos com água e sabão



Fig. 39. Lavar as luvas calçadas

7. Retirar os óculos, touca e máscara

- Se o protector ocular estiver muito manchado, lave os óculos em água de sabão e limpe-os. Guarde-os numa gaveta ou prateleira com o estoque limpo de óculos.

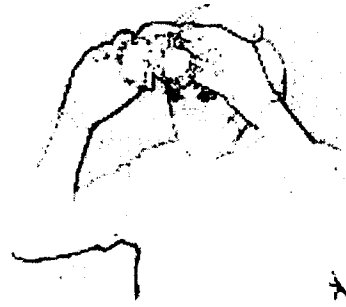


Fig. 40. Retirar os óculos

- Retire a touca e se não estiver manchada, guarde-a com os óculos limpos. Se estiver manchada, coloque numa máquina de lavar ou deite-a num balde para deposição de lixo contaminado.



Fig. 41. Retirar a cobertura da cabeça

- Retira a máscara e pendure-a num gancho ou guarde-a para ser reutilizada.
- O filtro-HEPA ou outra máscara bio-segura pode ser reutilizada pelo mesmo funcionário dos serviços de saúde desde que não esteja manchada.
- Se o filtro-HEPA ou outra máscara bio-segura estiver manchada, deite-a num balde para a deposição de lixo contaminado
- Uma máscara local feita de algodão pode ser reutilizada, se naturalmente não estiver suja ou rasgada.



Fig. 42. Retirar a máscara

Se estiver manchada, coloque-a numa máquina de lavar.

8. Retirar as botas

Coloque uma toalha que não foi embebida em 1:100 de solução alcalina no chão para que o pessoal da instituição de saúde possa permanecer quando estiver a retirar as botas

Use um removedor de botas para tirar as botas de borracha. Evite tocar nas botas com as mãos nuas ou com luvas.

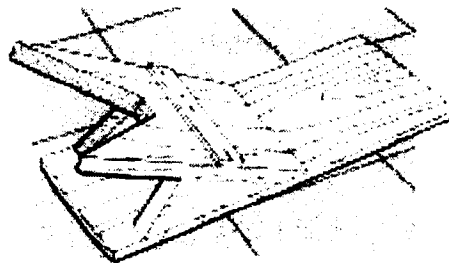


Fig. 43. Um removedor

Guarde as botas seguramente até a próxima utilização. Por exemplo, guarde-as num saco de plástico ou numa prateleira coberta.

9. Retirar o par interior de luvas

Se as luvas forem descartadas:

- Retire a primeira luva com a outra mão com luva. Puxe a borda da luva sobre as costas das mãos com luvas de modo que ela se volte para dentro a medida que é puxada para trás.

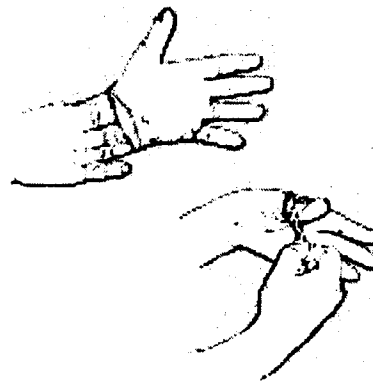


Fig. 44. Retirar as luvas interiores

- Coloque a parte interna da luva tirada na palma da mão com luva.
- Estender o interior da luva para uma área limpa. Puxe a luva para trás da mão de modo que apenas o interior da luva é exposta e cubra a luva que é mantida na palma. Deite as luvas num balde para deposição de lixo contaminado.
- Lave as mãos sem luva com água e sabão.

Se as luvas forem reutilizadas:

- Estenda o interior da primeira luva para uma área limpa. Puxe a luva para trás da mão de modo que ela se volte para dentro a medida que é puxada para trás. Coloque a luva num balde com água e sabão.
- Retire a segunda luva da mesma maneira
- Coloque a segunda luva em água de sabão
- Lave imediatamente as mãos sem luvas com água e sabão.

10. **Retirar a traje inferior de roupas** e vestir as roupas normais.

- Se a muda interior não estiver manchada, guarde a roupa para reutilizar.
- Se manchada, coloque a roupa numa máquina de lavar
- Se houverem disponíveis chuveiros privados. Banhe-se antes de vestir as roupas normais
- Se a pele tiver contacto com material manchado, siga as regras para exposições acidentais na secção 5.13
- Ponha as roupas normais

11. **Lavar as mãos com sabão e água limpa** antes de deixar o quarto de mudar.

Nota:

Quando o estoque das luvas estiver no fim, utilize apenas um par de luvas.
Modificar a instruções para retirar as roupas de protecção como se segue:

1. Enxague as mãos com luvas em 1:100 de solução de alcalina depois de deixar o quarto de isolamento do paciente.
2. Retirar o avental e a bata exterior como é descrita na secção 4.4
3. Retirar as luvas
4. Lavar as mãos sem luvas com água e sabão
5. Retirar a bata interior ou traje inferior. Máscara, touca
6. e óculos
7. Lavar as mãos de novo.

