



**SEJA UM AGENTE
DE SAÚDE PÚBLICA**

“IR À PRAIA EM SEGURANÇA”

MANUAL | linhas orientadoras

**Regime excecional e temporário para a
ocupação e utilização das praias, no contexto
da pandemia COVID-19**

ÉPOCA BALNEAR

2020

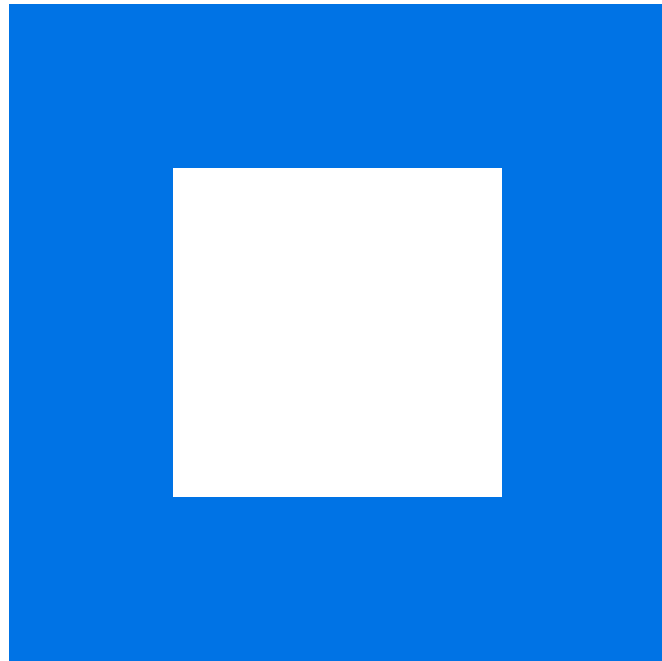


**REPÚBLICA
PORTUGUESA**



ÍNDICE

Enquadramento	4
Monitorização da qualidade da água das zonas balneares	8
É possível apanhar a COVID-19 na praia?	9
PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES	
1. Estacionamentos	11
2. Acessos à zona balnear	12
3. Circulação nas passadeiras e paredão, marginal e calçada	14
4. Utilização do areal ou da área definida para uso balnear	15
5. Equipamentos de banho	18
6. Funcionamento de apoios de praia e equipamentos	19
7. Instalações sanitárias incluídas ou não no apoio de praia	21
8. Gestão de resíduos	24
9. Venda ambulante na praia	26
10. Atividades desportivas em conjunto no mar ou no areal	26
11. Higienização de espaços de uso público	26
DEFINIR MECANISMOS DE ARTICULAÇÃO ENTRE AS DIFERENTES ENTIDADES INTERVENIENTES	28
DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS E ATITUDES PREVENTIVAS NA IDA À PRAIA	30
Metodologia para estimar a capacidade potencial de ocupação das zonas balneares em contexto COVID-19	33



Enquadramento



ENQUADRAMENTO

As **praias** constituem espaços lúdicos muito importantes em Portugal, visitadas todos os anos por milhares de pessoas, pelo que, no atual contexto da pandemia da doença **COVID-19**, importa definir os procedimentos a ter em consideração na utilização destes espaços, de forma a não colocar em risco a estratégia adotada no controlo da pandemia.

O **risco de contaminação através das secreções respiratórias** (tosse e espirros) de uma pessoa infetada continua a ser o **veículo direto de transmissão**, que também acontece nestes espaços, pelo que a utilização das praias não constitui uma exceção ao cumprimento das medidas gerais para a pandemia da doença COVID-19, definidas pela Direção-Geral de Saúde (DGS), que recomendam o **distanciamento físico**, evitando a concentração de pessoas, a **higiene frequente das mãos**, a **etiqueta respiratória**, a **limpeza e higienização dos espaços**, e a **utilização de máscara e viseira**, quando tal se revele necessário e adequado.

Com base em dados de surtos anteriores de SARS e MERS, os cientistas estimam que há um **baixo risco de transmissão do vírus que causa a doença COVID-19 através da água**. Também é estimado que o risco de transmissão através de sistemas de águas residuais tratadas seja baixo. Complementarmente, **não existem, à data, estudos sobre a presença do SARS-CoV-2 na areia**.

No entanto, considerando o **princípio da precaução**, é apropriado adotar medidas de manutenção do risco tão baixo quanto possível, o que pode ser alcançado através da **divulgação intensiva à população dos cuidados a ter nestes espaços públicos**, na **preparação destes espaços** para que induzam à **adoção de boas práticas** e na **promoção de uma articulação de todas as entidades** com competência para potenciar as **ações de prevenção e fiscalização**.



ENQUADRAMENTO

É necessário reinventar a forma como as praias são usufruídas, em **segurança**, salientando-se a necessidade de manter-se o **distanciamento físico** e as **medidas sanitárias básicas**, e ao mesmo tempo garantir aos banhistas uma **experiência suficientemente confortável** na praia. Mas a maior ou menor segurança com que estes espaços vão ser utilizados depende essencialmente da capacidade de transmitir aos cidadãos que devem **ser eles próprios a acautelar, em primeiro lugar, a sua situação de risco**.

Para tal é fundamental fomentar **campanhas de sensibilização claras e incisivas**. Complementarmente, as autoridades policiais, autarquias, e outros intervenientes, e meios que venham a ser envolvidos, devem promover **ações que promovam a adoção destes comportamentos que minimizam o risco de contágio**.

Se possível, nomeadamente nas zonas balneares com maior afluência, promover a constituição de uma **Equipa de Informação e Segurança**, que poderá ser comum a várias zonas balneares de um concelho, e que pode facilitar a **avaliação da implementação das medidas e a articulação com o concessionário e com as restantes entidades**.

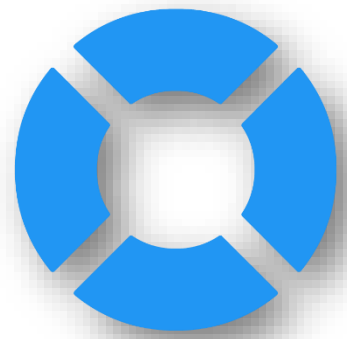
ENQUADRAMENTO



O presente documento integra os contributos de diferentes entidades nacionais, regionais, locais e associações, visando encontrar soluções que permitam, simultaneamente, **minimizar o risco de agravamento da pandemia**, e **permitir a fruição em segurança das zonas balneares**. A multiplicidade das condições existentes no terreno, implica a que aqui sejam definidas **linhas orientadoras** que serão posteriormente **adaptadas em função do contexto local**, no sentido de melhor se atingirem os objetivos preconizados, e devem garantir:

- O cumprimento das orientações da Direção Geral da Saúde (DGS);
- A sensibilização dos banhistas para o conceito de “IR À PRAIA EM SEGURANÇA”, de acordo com as regras definidas pelo Governo;
- A **divulgação de todas as regras de forma clara e simples**, através de **campanhas de sensibilização** e de **sinalética específica** a utilizar, preferencialmente **harmonizada a nível nacional**;
- A atuação de **supervisão e fiscalização construtiva** por parte das **autoridades**;
- O conceito de **praia inclusiva**, promovendo as boas práticas adequadas à situação;
- O **faseamento das restrições**, de modo a evitar a necessidade de recuar, promovendo a imagem de Portugal como país seguro.

Nunca é de mais salientar que o sucesso passa pela **partilha de responsabilidade** entre as entidades envolvidas, os concessionários e, principalmente, os **utentes**.



Monitorização da qualidade
da água das zonas balneares

Monitorização da qualidade da água das zonas balneares



Os requisitos necessários para garantir a **utilização das águas identificadas como balneares**, em **segurança**, passam não só pelos **acessos, infraestruturas e segurança das praias**, mas também pela **qualidade da água**.

A qualidade das águas balneares representa não só um fator de saúde, mas também um importante indicador de qualidade ambiental e de desenvolvimento turístico. A **monitorização da qualidade da água** no âmbito da Diretiva das Águas Balneares permite quantificar **indicadores microbianos fecais** (*Escherichia coli* e *Enterococos intestinais*), que **avaliam a contaminação e conseqüentemente o risco para a saúde pública**. Com estes indicadores pode aferir-se a aptidão das águas para a prática balnear.

Não há recomendação para se alterar os programas de monitorização da qualidade da água das águas balneares por causa do coronavírus, já que os indicadores referidos são suficientes, podendo haver um **reforço de monitorização**, nomeadamente nas águas interiores.

Os **avisos de desaconselhamento e interdição**, por alteração da qualidade da água, **vão ser amplamente divulgados e os utentes devem respeitá-los agora mais do que nunca, para proteger a sua saúde**.

Todos os anos a APA realiza mais de 6 500 análises, cujos resultados são disponibilizados em tempo real na **app InfoPraia** e no seu site (www.apambiente.pt).

É possível apanhar a COVID-19 na praia?

Pode contrair-se a COVID-19 se se estiver exposto, por **contato direto**, às secreções respiratórias (tosse e espirros) de uma pessoa infetada ou, por **contato indireto**, através de gotículas expelidas para superfícies.

Assim, na utilização das praias as vias de contacto mantêm-se, pelo que é importante continuar a promover as regras definidas pela DGS:

- Distanciamento físico;
- Limpeza frequente das mãos;
- Etiqueta respiratória;
- Limpeza e higienização dos espaços;
- Utilização de máscara ou viseira, quando tal for obrigatório.

Por isso, é muito importante preparar a época balnear, considerando três vetores principais:

- Preparar **ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES**;
- Definir **MECANISMOS DE ARTICULAÇÃO ENTRE AS DIFERENTES ENTIDADES INTERVENIENTES**;
- Divulgar de forma massiça **BOAS PRÁTICAS E ATITUDES PREVENTIVAS NA IDA À PRAIA**.





**Preparar
ACESSOS E EQUIPAMENTOS
DE APOIO DAS PRAIAS
COSTEIRAS E INTERIORES**

PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

1. Estacionamentos

- ★ Deve ser reforçada, pela entidade competente, a **sinalização** nos locais onde é **proibido o estacionamento**.
- ★ Deve ser incrementada a **ação policial** para **autuar e rebocar viaturas estacionadas de forma irregular**.
- ★ As entidades gestoras dos parques e zonas de estacionamento devem:
 - Proceder ao **ordenamento do espaço**;
 - Assegurar a **afixação de instruções de higiene e segurança** em **locais bem visíveis**;
 - **Desinfetar com frequência** os **equipamentos utilizados pelos utentes**, designadamente os **terminais utilizados para o pagamento do serviço**;
 - Disponibilizar **soluções desinfetantes cutâneas aos utentes** ou, caso não seja possível, **recomendar a desinfeção das mãos antes de os utentes se dirigirem à praia**;
 - Assegurar o **cumprimento das regras definidas pela DGS na limpeza e higienização das instalações e equipamentos**, nomeadamente em **termos de produtos de limpeza e desinfeção e indicações de limpeza e desinfeção das superfícies** (Orientação DGS 014/2020).
 - Promover um **incremento da frequência da limpeza dos equipamentos e recolha de resíduos**.
- ★ Compete às **autarquias** proceder ao **ordenamento do espaço de estacionamento**, quando os espaços formais não existam.



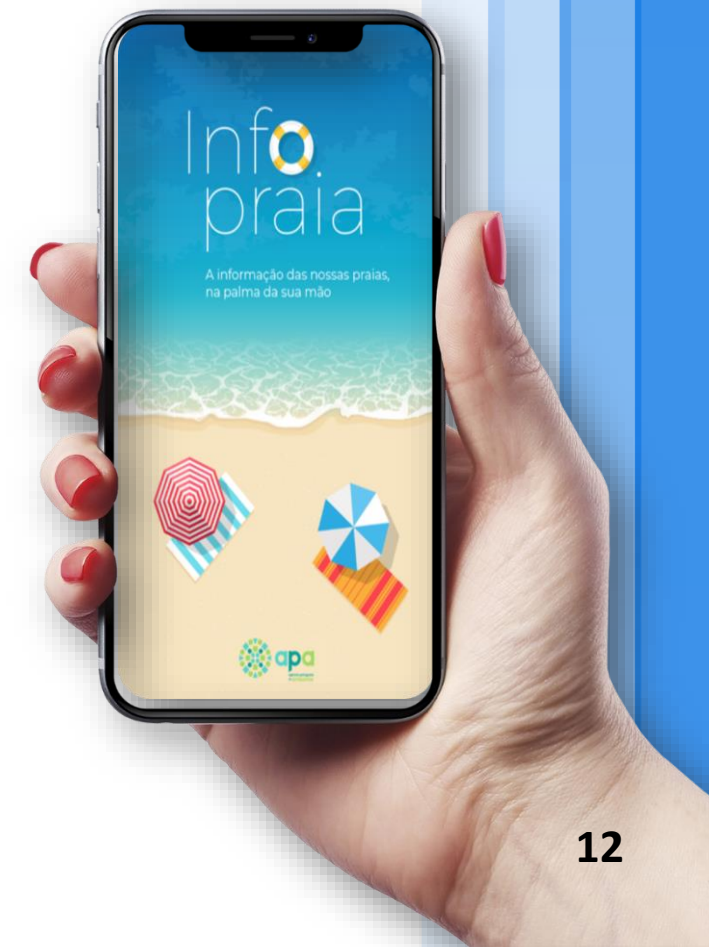
PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

2. Acessos à zona balnear

- ☆ Por Despacho da APA, vai ser determinada a **capacidade potencial de ocupação para as praias de banhos**, tendo em conta a **segurança dos utentes** e a **proteção da saúde pública**, aplicando a metodologia apresentada na **página 33** deste manual, bem como a identificação das **praias de pequena dimensão** (capacidade potencial até 500 utentes).
- ☆ De forma a **evitar a afluência excessiva às praias**, as entidades concessionárias devem **signalizar o estado de ocupação das praias de banhos** que correspondem à sua concessão, incluindo a respetiva frente de praia, utilizando **signalética de cores**, nos seguintes termos

Verde: ocupação baixa (corresponde a uma utilização até um terço)	Amarelo: ocupação elevada (corresponde a uma utilização entre um terço e dois terços)	Vermelho: ocupação plena
---	---	---------------------------------

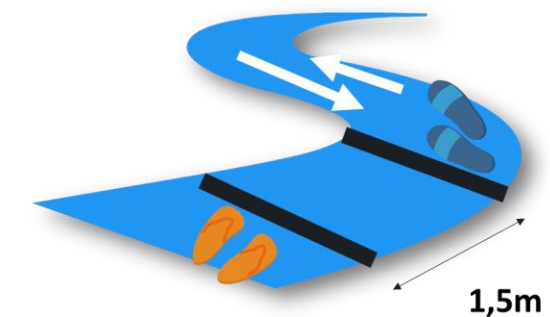
- ☆ Nas **praias de pequena dimensão**, é sinalizado o estado de ocupação de toda a praia.
- ☆ A forma de divulgação nas praias desta **informação será harmonizada a nível nacional** e **adaptada regionalmente a cada zona balnear**, em estreita articulação entre os diferentes intervenientes.
- ☆ Nas praias de banhos não concessionadas, a responsabilidade de sinalizar o estado de ocupação das praias é das **autarquias locais**.
- ☆ De forma a permitir a **tomada atempada de decisão, pelos utentes**, sobre a escolha da praia, a **APA disponibiliza informação atualizada de forma contínua, em tempo real**, através de aplicação móvel **“Info praia”**, e no seu **sítio da Internet (www.apambiente.pt)**, sobre o estado de ocupação das praias. Os métodos que permitem estimar o estado de ocupação das praias são determinados por Despacho da APA.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

2. Acessos à zona balnear (continuação)

- ★ Deve ser definido, salvo impossibilidade física, **apenas um sentido de circulação** nos acessos à praia.
- ★ Nas **praias de banhos com mais de uma entrada** deve identificar-se **uma zona de entrada e outra de saída**, assinaladas de forma bem visível e com indicação clara a partir da zona de estacionamento, quando exista.
- ★ Nas **zonas de passagem estreita** pode ser realizada uma **divisão longitudinal**, preferencialmente no piso, de forma a permitir a **circulação em sentido único e à direita**.
- ★ A **circulação nas zonas de passagem** implica o **dever de utilização de calçado** e da manutenção do **distanciamento físico de segurança de 1,5 metros** entre cada utente, **evitando-se as paragens nos acessos**.
- ★ Deverá ser promovida a afixação de **instruções de higiene e segurança pessoal**, facilmente **visíveis**.
- ★ As entidades concessionárias devem:
 - Disponibilizar **soluções desinfetantes** que permitam a desinfeção das mãos ou equipamentos **para lavar as mãos com sabão líquido** junto aos acessos ou, caso não seja possível, recomendar a desinfeção das mãos antes de os utentes se dirigirem à praia;
 - Garantir que todos os **colaboradores que têm contacto com utentes ou circulam nos espaços comuns** utilizam os **equipamentos de proteção individual** recomendados pela DGS e adequados às suas tarefas.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

3. Circulação nas passareiras, paredão e marginal

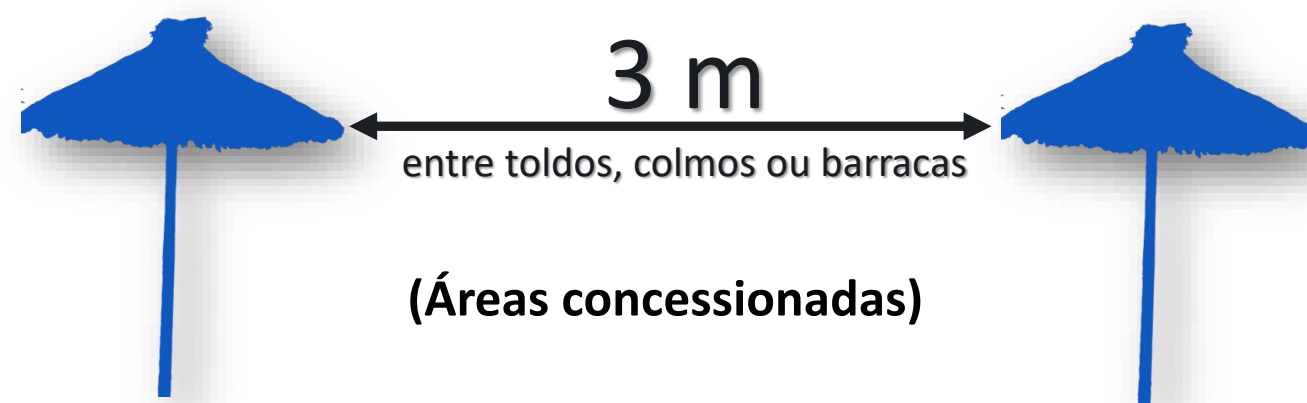
- ★ Na circulação nas passareiras, em paredão e marginal deve ser mantido o distanciamento físico de segurança de 1,5 metros entre cada utente.
- ★ Para o efeito, devem ser **definidos sentidos de circulação** e **marcas de distanciamento físico indicativas**, com as necessárias adaptações.
- ★ Nas passareiras deve destinar-se, preferencialmente, **uma para o acesso e outra para a saída**, com **marcações de espaçamento** e de **sentido do movimento** ou, quando não seja possível, em virtude de a circulação entre as unidades balneares se realizar por **uma só passareira afixar-se sinalização** que informe a **necessidade de cumprimento da distância de segurança** entre utentes.
- ★ Deve ser assegurada a **limpeza e desinfeção frequentes das superfícies**, de acordo com as orientações definidas pela DGS, e aumentada a periodicidade de manutenção das passareiras.
- ★ Em qualquer limpeza adicional a realizar, deverá ser utilizada água do mar ou água da rede.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

4. Utilização do areal ou da área definida para uso balnear

- ★ Deve ser observada a **distância física de segurança de 1,5 metros entre cada utente**, entre pessoas que não integrem o mesmo grupo, devendo ser **afixada sinalética** com informação de **sensibilização aos utentes para a adoção de boas práticas**, entre as quais o distanciamento de segurança a cumprir.
- ★ Podem ser definidos **corredores de circulação**, paralelos e perpendiculares à linha de costa ou à margem, de acordo com a área disponível e com as condições de cada praia, de modo a **desincentivar a circulação aleatória em áreas ocupadas**.
- ★ Em **qualquer praia**, os **chapéus de sol dos utentes** que se encontrem **sozinhos ou em grupo**, devem estar afastados, no mínimo, **3 metros dos chapéus de sol de outros utentes** que se encontrem **sozinhos ou em grupo**.
- ★ Nas **áreas concessionadas**, deve ser assegurado o afastamento de, pelo menos **3 metros entre toldos e entre colmos**, contados a partir do seu limite exterior e de **1,5 metros entre os limites das barracas**, contados a partir do seu limite exterior.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

4. Utilização do areal ou da área definida para uso balnear (continuação)

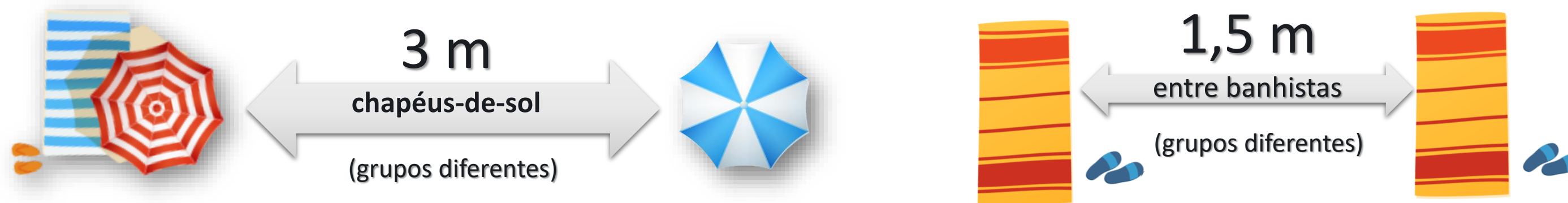
- ★ Pode ser autorizado pelas autoridades competentes o **alargamento excecional da área concessionada** definida para a colocação de toldos, colmos e barracas, atendendo à necessidade de manter o **distanciamento físico de segurança entre os utentes da praia, até ocupar, no máximo, dois terços da área útil da praia**, devendo ficar reservado pelo menos um terço para a área não concessionada e desde que não coloque em causa outros usos nem os valores naturais em presença.
- ★ O **sistema de aluguer de toldos, colmos ou barracas** faz-se por referência a **dois períodos temporais do dia**, decorrendo o da manhã até às 13h30, e iniciando-se o da tarde às 14h, exceto se o nível de utilização da área concessionada o permita, de forma a **permitir a que um maior número de pessoas possa usufruir do espaço**, sendo que o **n.º de utentes por equipamento** não deve ultrapassar os cinco utentes.
- ★ A **informação sobre comportamentos** a adotar na utilização dos toldos, colmos e barracas deve ser **clara e estar acessível**.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

4. Utilização do areal ou da área definida para uso balnear (continuação)

- ★ Nas praias com elevada afluência de utentes e em que a hidrodinâmica sedimentar tenha reduzido a área útil da praia, pode ser determinada, pelas autoridades competentes, a **redução da área concessionada**, por forma a assegurar a necessidade de manter o distanciamento físico de segurança entre os utentes da praia.
- ★ Deverá ser avaliada, em cada local, a melhor forma de **informar e promover o distanciamento** entre os **chapéus de sol dos utentes** que se encontrem **sozinhos ou em grupo**, que devem estar afastados, no mínimo, **3 metros**, garantindo que se mantém a distância de **1,5 metros entre banhistas** que não estejam no mesmo grupo.
- ★ Podem ser criadas zonas reservadas a **grupos de crianças associadas a atividades de férias** e para **pessoas com mobilidade condicionada**, caso permitam uma melhor ordenação do espaço.
- ★ Nas ações de **higienização**, deverá recorrer-se ao **uso de produtos adequados, sem hipoclorito de sódio e sem biocidas**.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

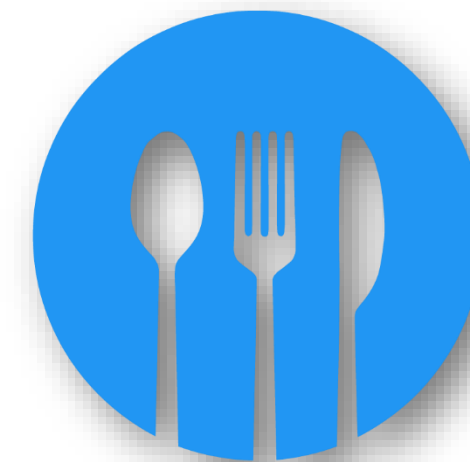
5. Equipamentos de banho (cadeiras anfíbias, gaivotas, escorregas, chuveiros, espreguiçadeiras,...)

- ★ Fica interdita a disponibilização e a utilização de quaisquer equipamentos de uso coletivo, nomeadamente **gaivotas, escorregas, chuveiros interiores de corpo ou de pés, e outras estruturas similares**, porque seriam mais superfícies onde as pessoas iriam tocar, sem necessidade, podendo contaminar-se.
- ★ Só podem ser instalados **equipamentos flutuantes de apoio ao banho** nas **águas interiores** caso as mesmas sejam essenciais para prevenir riscos associados à segurança no banho, devendo ser definido, para cada equipamento, um **número máximo de utentes** de forma a salvaguardar o **distanciamento físico de segurança recomendado**, cujo controlo compete ao nadador-salvador.
- ★ Os equipamentos balneares, nomeadamente **chuveiros exteriores de corpo ou de pés, espreguiçadeiras, colchões, cinzeiros de praia**, devem **ser limpos diariamente** de acordo com as orientações definidas pela DGS, relativas à limpeza e desinfeção de superfícies, aquando da respetiva montagem ou colocação e, no decorrer do dia, sempre que se registre a mudança de utente, salvo no que respeita aos **chuveiros exteriores** em que **deve ser reforçada a limpeza ao longo do dia**.
- ★ No acompanhamento de pessoas com mobilidade reduzida, deverá ser garantido o cumprimento dos procedimentos de **higiene e segurança**, nomeadamente **higienização das cadeiras anfíbias**, após cada utilização, **colocação de viseira** pelo utente e acompanhante. As **cadeiras anfíbias** após utilização devem ser **lavadas no mar, ou, no caso das águas interiores, com uma mangueira, antes de serem novamente utilizadas**.

PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

6. Funcionamento de apoios de praia e equipamentos (bares, restaurantes, esplanadas, zonas de merendas, postos de primeiros socorros)

- ★ Os apoios de praia e equipamentos são estabelecimentos de **restauração e bebidas** e, no essencial, devem reger-se pelas mesmas regras que os equivalentes fora do espaço da praia, de acordo com as orientações definidas e que venham a ser definidas pela DGS (**Orientação DGS 23/2020**) e com os horários de funcionamento a definir pelo Governo.
- ★ Os apoios de praia, bares, restaurantes e esplanadas nas praias de banhos devem definir um **manual de procedimentos** que assegure o **cumprimento das recomendações** definidas pela DGS por parte de **trabalhadores e utentes**.
- ★ Devem afixar informação de sensibilização dos utentes para cumprimento de procedimentos de higiene e segurança a cumprir nas áreas respetivas e em **vários idiomas** (PT, ENG e ESP).



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

- **FUNCIONAMENTO DE BARES E RESTAURANTES**



REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

40
ANOS

SNS
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 1979-2019

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

RECOMENDAÇÕES PARA HOTELARIA, RESTAURAÇÃO E SIMILARES


Medidas internas

Assegurar a disponibilidade de:

- Estruturas para a lavagem das mãos com água e sabão líquido;
- Toalhetes de papel (deve ser evitado o uso de toalhas de tecido);
- Contentores próprios para a colocação de lixo e restantes resíduos;
- Assegurar a limpeza das superfícies e objetos de utilização comum várias vezes ao dia (por exemplo, mesas, bancadas, interruptores de luz, maçanetas, puxadores do armário);
- Proceder à renovação de ar das salas e espaços fechados, idealmente 6 a 12 renovações por hora;
- Afixar cartazes ou folhetos promovendo boas práticas e as orientações da Direção-Geral da Saúde.

Recomendações gerais

- Promover a lavagem das mãos à entrada e à saída da Estabelecimento, antes e depois das refeições, depois de atividades de grupo (como reuniões) e de idas à casa de banho;
- Promover medidas de etiqueta respiratória - ao espirrar ou tossir devem tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;
- Evitar partilhar comida, ou objetos pessoais (copos, telemóveis...);
- Alterar a frequência e a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes, evitando o contacto próximo (apertos de mãos, os beijos, posto de trabalho partilhados);
- Os profissionais que manifestam sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade em respirar) não devem comparecer na Instituição;
- Caso sejam identificados sintomas nas pessoas institucionalizadas como febre, tosse ou dificuldade respiratória, ligar para SNS24 - 808 24 24 24 e seguir as recomendações.



COVID-19

ORIENTAÇÃO

Maria da Graça Gregório de Freitas
Digitally signed by Maria da Graça Gregório de Freitas
DN: c=PT, o=Direção-Geral da Saúde, cn=Maria da Graça Gregório de Freitas
Date: 2020.05.08 10:02:55 +0100

NÚMERO: 023/2020

DATA: 08/05/2020

ASSUNTO: COVID-19
Procedimentos em estabelecimentos de restauração e bebidas

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; SARS-CoV-2; Coronavírus; Estabelecimentos de Restauração e Bebidas

PARA: Estabelecimentos de Restauração e Bebidas

CONTACTOS: medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt

PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

6. Funcionamento de apoios de praia e equipamentos (continuação)

- ★ Caso a caso pode ser avaliada, com as autoridades competentes, a **ampliação** e a **reorganização** das áreas destinadas a esplanadas durante a presente época balnear, desde que seja exequível e não coloque em causa os recursos naturais e outros usos.
- ★ Promover a **afixação de sinalética** com **informação de sensibilização** para os **procedimentos de higiene e segurança** a cumprir nestas áreas incluindo o **distanciamento de segurança nas zonas de espera**.
- ★ Deverá ser garantida a **regular higienização** das áreas comuns, de **superfícies, piso e outras áreas, objetos e equipamentos**, com a **periodicidade mínima de quatro limpezas diárias**, mantendo o **respetivo registo**, devendo ser seguidas as regras definidas pela DGS, nomeadamente em matéria de limpeza e desinfeção das superfícies (**Orientação DGS 014/2020**).
- ★ Nos **parques de merendas**, deverá ser efetuada a **higienização e limpeza frequente das mesas e cadeiras existentes** e ser aumentado o número de dispositivos de recolha de resíduos, aumentando a frequência da sua limpeza, e assegurada a **distância de 2 metros entre cada equipamento**. Deverá ainda ser colocada **sinalética com informação de sensibilização** para os **procedimentos de higiene e segurança** a cumprir nestas áreas.

PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

6. Funcionamento de apoios de praia e equipamentos (continuação)

- ★ Os **postos de primeiros socorros** devem estar dotados com **termómetros e equipamento de proteção individual**, e compreender uma **área destinada ao isolamento de casos suspeitos da doença COVID-19**.
- ★ Deve ser desenvolvido um **plano de contingência** para lidar com as **situações consideradas suspeitas da doença COVID-19**, de acordo com as regras definidas pela DGS, incluindo a identificação do local para onde se deve dirigir qualquer caso suspeito, isto é nos casos em que sejam identificados banhistas ou prestadores de serviço que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia / dificuldade respiratória, são considerados suspeitos de COVID-19.
- ★ Deve ser definido e identificado o local para onde se deverá dirigir qualquer colaborador ou banhista que se enquadre na **definição de caso suspeito** e onde seja possível contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) e seguir as indicações que forem dadas pelos responsáveis de saúde. O **responsável pela gestão do posto de primeiros socorros** deve encaminhar os casos suspeitos para o espaço de isolamento e prestar todo o apoio que se revele necessário, interditando a aproximação de qualquer outra pessoa até à chegada da equipa de emergência médica.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

7. Instalações sanitárias incluídas ou não no apoio de praia

- ★ Devem ser definidos **protocolos de higienização** para as **instalações sanitárias**, incluídas ou não no apoio de praia; caso contrário, devem estar fechadas e neste caso, os utentes devem ser informados.
- ★ Nas **instalações sanitárias é obrigatória a utilização de calçado**, devendo adotar-se **comportamentos de proteção pessoal**, tais como a higienização das mãos, a utilização de máscara ou viseira no interior da instalação, a distância de segurança e as medidas de etiqueta respiratória.
- ★ No exterior das instalações sanitárias deve ser disponibilizada a **informação sobre o número máximo de utentes** e a **prescrição do distanciamento físico**, de acordo com as orientações definidas pela DGS. Os utentes devem aguardar a sua vez no exterior, mantendo as distâncias de segurança.
- ★ **Deve ser aumentada a frequência de higienização**, recorrendo a produtos para higienização presentes no mercado; na desinfeção devem usar-se produtos do tipo TP2 autorizados e ou notificados à DGS no âmbito do Sistema REACH, com registo das ações de limpeza efetuadas.
- ★ Deve ser garantido o **uso de EPI adequado de acordo com orientações da DGS**, nomeadamente a **Informação DGS 009/2020** e de acordo com as recomendação dos Serviços de Saúde Ocupacional da empresa que presta o serviço de limpeza.
- ★ Deve ser garantida a **disponibilização de sabão líquido para lavagem das mãos**.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

8. Gestão de resíduos

- ★ Devem ser disponibilizados, em toda a extensão de praia concessionada, **contentores para deposição de resíduos** (ou em alternativa suportes para sacos), quer **da fração indiferenciada**, quer das **frações recolhidas seletivamente**, com tampa e se possível de abertura acionada por pedal. Deve ser adotado, quando possível, o código de cores utilizado a nível nacional.
- ★ Na **zona envolvente aos contentores** deverá ser colocada uma **rede de proteção** para, em situações de maior intensidade de vento, **evitar a dispersão dos resíduos**, em especial as máscaras, viseiras e luvas, que poderão ser projetadas.
- ★ Na **extensão de praia não concessionada** devem ser disponibilizados, no mínimo, **contentores da fração indiferenciada**, e se justificável por densidade de ocupação, **contentores das frações recolhidas seletivamente**.
- ★ Junto aos contentores de deposição de resíduos, deve ser disponibilizada **informação sobre as frações a depositar** em cada um dos contentores, tendo especial atenção à menção que as **máscaras, viseiras, luvas e outros equipamentos de proteção individual** devem ser colocados nos **resíduos indiferenciados**. Sempre que possível a informação prestada deve ser “visual” e de fácil leitura.
- ★ Os **contentores devem ser forrados com sacos resistentes**, preferencialmente utilizando o código de cores adotado a nível nacional.
- ★ Deve ser prevista uma **frequência de recolha de resíduos acrescida**, acautelando que o enchimento dos sacos não exceda os 2/3 da sua capacidade, para evitar não só a dispersão dos resíduos, mas também o contacto dos utilizadores com os resíduos. Se necessário devem ser colocados mais contentores para depósito dos resíduos, em particular da fração indiferenciada.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

8. Gestão de resíduos (continuação)

- ★ Aquando da **recolha de resíduos**, os **sacos** devem ser imediatamente **fechados com nó, braçadeira ou atilho**, evitando o contacto dos trabalhadores com os resíduos. Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar.
- ★ Deve ser previsto um **plano de higienização diário dos contentores ou suportes para sacos**, incidindo sobretudo nos pontos de contacto como as pegas. A higienização deve cumprir os procedimentos de limpeza e desinfeção definidos pela Direção-Geral da Saúde para superfícies (**Orientação DGS 014/2020**).
- ★ As **áreas envolventes aos contentores também devem ser desinfectadas** e no caso de existirem resíduos no areal estes devem ser recolhidos com equipamento apropriado.
- ★ Devem ser **disponibilizados cinzeiros para recolha de beatas**, os quais devem ser **higienizados diariamente**.
- ★ Os **estabelecimentos de restauração e bebidas** devem dispor de **contentores para deposição de resíduos, com tampa e abertura de acionamento não manual**, devendo cumprir procedimentos de recolha dos resíduos e higienização dos equipamentos semelhantes aos descritos supra para os contentores de praia.
- ★ Deve ser efetuada uma **vistoria diária ao areal** para verificar a **existência de resíduos dispersos** e proceder à sua recolha.
- ★ Os **trabalhadores responsáveis pela recolha de resíduos na praia** e pela sua higienização devem usar **equipamento de proteção individual** durante a abertura e manuseamento dos contentores.



PREPARAR ACESSOS E EQUIPAMENTOS DE APOIO DAS PRAIAS COSTEIRAS E INTERIORES

9. Venda ambulante na praia

- ★ É permitida a venda ambulante nas praias, desde que respeitadas as **regras e orientações de higiene e segurança** definidas pela DGS.
- ★ É **obrigatório** o uso de **máscara ou viseira** pelo **vendedor** no contacto com os utentes.
- ★ A **circulação de vendedores ambulantes** na praia deve fazer-se, preferencialmente, nos **corredores de circulação de utentes** da praia, devendo os **vendedores respeitar as regras de distanciamento físico de segurança**, efetuar a disponibilização dos alimentos através de pinça e respeitar as orientações definidas pela DGS relativas à **limpeza e desinfeção de superfícies**.

10. Atividades não individuais no mar ou na área definida para uso balnear

- ★ Não são permitidas as **atividades** de natureza **desportiva**, bem como **massagens e atividades similares** na área definida para o uso balnear das praias que envolvam duas ou mais pessoas, não devendo ser montados ou colocados equipamentos, ou definidos espaços que promovam a sua realização, atendendo a que podem promover o contacto físico.
- ★ São permitidas as **aulas promovidas por escolas ou instrutores de surf e de desportos similares**, desde que respeitado o número máximo de **5 participantes por instrutor**, devendo garantir-se o **distanciamento físico de segurança recomendado de 1,5 metros** entre cada participante, tanto em terra como no mar.
- ★ Nas **atividades náuticas: nas individuais** devem ser cumpridas as regras e orientações de **distanciamento físico de segurança**, de **etiqueta respiratória**, de **higiene das mãos e de limpeza e desinfeção de superfícies**, definidas pela DGS. Na limpeza dos equipamentos não devem ser usados produtos com hipoclorito de sódio nem biocidas.

11. Higienização de espaços de uso público

Na higienização de espaços de uso público, nomeadamente passadeiras, paredão e equipamentos na área definida para uso balnear, é **proibida a utilização de produtos com hipoclorito de sódio e biocidas**.



Definir
MECANISMOS DE
ARTICULAÇÃO ENTRE AS
DIFERENTES ENTIDADES
INTERVENIENTES

MECANISMOS DE ARTICULAÇÃO ENTRE AS DIFERENTES ENTIDADES INTERVENIENTES

- ★ Constituição de **equipas operacionais locais**: municípios, APA, Capitania do Porto no sentido de implementar as regras de ocupação do areal, bem como da ocupação das margens do rio ou albufeira, no caso das águas interiores, em articulação com os concessionários.
- ★ Constituição de **equipas de monitorização e fiscalização**: municípios, DGAM, SEPNA, PSP e APA, devendo ser definido um **plano de atuação**.
- ★ Elaboração de uma **lista para orientação dos diversos agentes que operam nas praias**, para que possam rapidamente verificar o cumprimento das regras definidas.
- ★ Calcular a **capacidade potencial de ocupação em contexto COVID-19 (APA)**.
- ★ Avaliar o **reforço de nadadores salvadores**, tanto para as águas costeiras como das águas interiores.
- ★ Incrementar a **articulação entre a APA/ARH e as ARS** no sentido de avaliar as condições da qualidade da água e aplicação dos desaconselhamentos e interdições do banho.

- ★ **Promover o equilíbrio económico e financeiro das concessões de praia**, atendendo aos custos acrescidos para cumprimento das regras definidas no contexto COVID-19, que poderá passar, excecionalmente, pela **extensão das áreas concessionadas**, e desde que não ponha em causa outros usos nem os recursos naturais em presença.
- ★ **Celebração de protocolos entre a APA e as autarquias locais** para o apoio à adoção de medidas decorrentes das obrigações previstas nesta situação de exceção, **por parte das entidades concessionárias e ou das autarquias locais**, designadamente de ordem financeira.



Divulgar de forma massiva
**BOAS PRÁTICAS E ATITUDES
PREVENTIVAS NA IDA À PRAIA**

DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS E ATITUDES PREVENTIVAS NA IDA À PRAIA

Promover campanhas de divulgação e informação, amplamente difundidas, relativas à ocupação e à utilização segura das praias

- ★ Estão a ser preparadas campanhas de divulgação, nacional, regional e local, alertando os banhistas para o risco de contraírem/ disseminarem o vírus na praia se não forem cumpridas medidas de distanciamento físico e outras regras de comportamento.
- ★ Serão divulgadas previamente as **medidas restritivas** que sejam adotadas para preparar as pessoas para as situações que vão encontrar **no acesso e estadia nas praias**.
- ★ É fundamental promover a **tomada de consciência dos banhistas** no sentido de cada utilizador ser um “**agente de saúde pública**” na utilização das praias no período balnear, nos moldes em que têm vindo a ser desenvolvidas as campanhas institucionais nos meios de comunicação social.
- ★ Será incluído nesta campanha o incentivo ao uso da aplicação **InfoPraia** para divulgar as **regras de comportamento** e o **estado relativo à ocupação da praia**, para além dos aspetos da avaliação da qualidade da água.
- ★ Promover a **instalação de painéis e infografias**, em vários locais: acessos e praias, com **alertas e regras de conduta**, e inclusão de uma norma abrangente no **Editais de Praia**, para enquadrar a aplicação de coimas relativas ao não cumprimento das mesmas.
- ★ Promover a **afixação de sinalética** com **informação de sensibilização** para os **procedimentos de higiene e segurança e distanciamento** em todos os locais de acesso público e areal.



DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS E ATITUDES PREVENTIVAS NA IDA À PRAIA

- Promover campanhas de divulgação e informação, amplamente difundidas
- ★ Os painéis informativos à entrada das zonas balneares devem ter:
 - **Localização dos serviços e dos equipamentos disponíveis**, nomeadamente local do nadador salvador, do posto de socorro, local de isolamento para aferir potenciais doentes Covid-19, área de banhos, sentidos de circulação nas passadeiras, paredão, acessos à praia (zona de entrada e de saída), estacionamento, locais de ecopontos, zona de merendas, devendo adaptar-se a cada situação;
 - **Horário de funcionamento** dos serviços e equipamentos e **início e fim de época** balnear;
 - **Regras de conduta** (social e ambiental);
 - **Regras de afastamento social** (o que fazer e como fazer) determinadas pelo Governo e pela DGS, na praia, na água, no apoio de praia, no bar, nas instalações sanitárias;
 - **Contatos em caso de emergência**;
 - **Link para páginas oficiais**: DGS, APA, DGAM, Câmara Municipal, SEPNA, PSP, Covid19EstamosOn (<http://www.covid19estamoson.gov.pt/>).





Metodologia para estimar a capacidade potencial de ocupação das zonas balneares em contexto COVID-19



Metodologia para estimar a capacidade potencial de ocupação das zonas balneares em contexto COVID-19

A capacidade potencial de ocupação das praias de banhos, tendo em conta a **segurança dos utentes** e a **proteção da saúde pública**, considera a **área útil** da zona destinada ao uso balnear, as marés, se aplicável, e uma **área de segurança mínima** por utente.

A **área útil do areal** é calculada a partir da **extensão da frente de praia** e de uma **faixa de profundidade da área utilizável**, contada a partir do limite do espraiamento das vagas, no caso das praias costeiras, ou da oscilação do nível da água, no caso das águas de transição e interiores.

Nas praias em que a **maré condiciona significativamente a utilização do areal**, será considerado um diferencial de área relativo à variação da maré.

Deste modo, considera-se:

- o **distanciamento físico recomendado de 1,5 metros**, por razões sanitárias;
- o espaço ocupado por **um adulto de 2 m²** (toalha, guarda-sol, e outros objetos);
- a **ocupação individual** e por **grupos do areal**;
- **as características físicas de cada praia**;

São consideradas **praias de pequena dimensão** as que tenham uma capacidade de ocupação, determinada no contexto COVID-19, até 500 pessoas.



**SEJA UM AGENTE
DE SAÚDE PÚBLICA**