

 <p>澳門特別行政區政府          Governo da Região Administrativa Especial de          Macau          衛生局          Serviços de Saúde</p>	<p>疾病預防控制中心          技術指引          CDC (Macao SS)          Orientações técnicas</p>	<p>N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020          Versão: 3.0          Data de elaboração: 2020.02.07          Data de alteração : 2020.03.26          Pág.: 1/6</p>
<p><b>預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引</b>  <b>Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus –</b>  <b>Orientações para a correcta medição da temperatura corporal</b></p>		

## **(I) Métodos mais comuns de medição da temperatura corporal**

### **1.1 Medição auricular**

#### **1.1.1 Âmbito de aplicação**

- É o método utilizado para medir a temperatura central, e com maior precisão;
- É não-invasivo, e de aplicação geral;
- Não é adequado para pessoas com obstrução de cerume, otite ou aparelhos auditivos.

#### **1.1.2 Etapas de medição**

- Antes de usar o termómetro, deve ler as instruções cuidadosamente e medir de acordo com o procedimento de uso.
- Fixe a cabeça da pessoa, e puxe a orelha para trás de modo a que o canal auditivo fique em linha recta;
- Insira cuidadosamente o sensor, com a capa de protecção, no canal auditivo, conforme ilustrado na foto abaixo;
- Geralmente, temperatura igual ou superior a 38°C (100,4°F) é considerado febre, faça um julgamento adequado da leitura de acordo com as recomendações dadas no manual de instruções.

#### **1.1.3 Observações**

- Alguns dos termómetros auriculares oferecem a opção de faixa etária, caso em que a faixa etária da pessoa deve ser correctamente seleccionada;
- A sonda deve estar na direcção correcta, caso contrário, poderá haver desvios na leitura;
- Se tenha acabado de acordar para medir a temperatura, a temperatura do ouvido sobre o qual estava a dormir é mais alta, deve por isso medir a temperatura do outro ouvido;
- A capa de protecção do termómetro auricular não deve ser reutilizada para



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de  
Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Orientações técnicas

N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020  
Versão: 3.0  
Data de elaboração: 2020.02.07  
Data de alteração : 2020.03.26  
Pág.: 2/6

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Orientações para a correcta medição da temperatura corporal

evitar contaminação cruzada;

- O procedimento de limpeza deve ser seguido conforme recomendado nas instruções. Não imergir o termómetro digital em desinfectante ou esterilizar com altas temperaturas, para evitar danificar as peças electrónicas e afectar seu normal funcionamento.

(ilustração)



## 1.2 Medição frontal

### 1.2.1 Âmbito de aplicação

- É o método utilizado para medir a temperatura de superfície corporal, é geralmente usado apenas na triagem devido a erros significativos;
- É não-invasivo, de aplicação geral;

### 1.2.2 Etapas de medição

- Antes de usar o termómetro, deve ler cuidadosamente as instruções e medir de acordo com o procedimento de uso;
- Certifique-se que a testa está sem suor, cabelo, que não tem chapéu, etc.
- Aponte para a testa, meça a distância conforme indicado no manual de instruções e pressione o botão de medição, como ilustrado na foto abaixo, sendo a temperatura exibida de imediato;



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de  
Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Orientações técnicas

N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020  
Versão: 3.0  
Data de elaboração: 2020.02.07  
Data de alteração : 2020.03.26  
Pág.: 3/6

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Orientações para a correcta medição da temperatura corporal

- Geralmente, a temperatura igual ou superior a 37,5°C (99,5°F) é considerada febre, faça um julgamento adequado da leitura de acordo com as recomendações do manual de instruções.

#### 1.2.3 Observações

- Alguns termómetros frontais oferecem os modos "corporal" e "superfície corporal", momento em que devem ser ajustados para o modo "corporal";
- A medição não deve ser feita à saída de ar de ventiladores ou do ares condicionados, ou em locais à chuva ou com forte luz solar;
- Caso o resultado indicar febre, ou se houver dúvidas sobre o resultado, utilize outro método de medição da temperatura.

(Ilustração)



### 1.3 Medição axilar

#### 1.3.1 Âmbito de aplicação

- É um método para medir a temperatura da superfície corporal. Devido à sua baixa precisão, é recomendado apenas quando é difícil medir a temperatura central.
- É aplicável a pessoas que conseguem manter o braço sempre firme e encostado ao tronco.



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de  
Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Orientações técnicas

N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020  
Versão: 3.0  
Data de elaboração: 2020.02.07  
Data de alteração : 2020.03.26  
Pág.: 4/6

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Orientações para a correcta medição da temperatura corporal

#### 1.3.2 Etapas de medição

- Antes de usar o termómetro, deve agitá-lo para reduzir a leitura abaixo de 35°C (95 °F);
- Coloque o termómetro na axila, mantendo o braço na horizontal do peito e sempre firme;
- A leitura da temperatura na axila demora cerca de 3 a 5 minutos. Em geral, quando a temperatura axilar  $\geq 37,3^{\circ}\text{C}$  (99,1°F) é considerado febre;
- No caso de utilização de um termómetro digital, siga o respectivo manual de instruções para medição e faça um julgamento adequado após obter a leitura.

#### 1.3.3 Observações

- Uma vez que a fuga de mercúrio pode colocar em risco o meio ambiente e a saúde humana, deve ser evitado, tanto quanto possível, a utilização de termómetros de mercúrio.
- A sonda do termómetro deve ser limpa com água e detergente e depois embebida em álcool a 70%, durante pelo menos 10 minutos. Depois de seca, a sonda deve ser guardada em local seco para uso posterior.
- O procedimento de limpeza do termómetro digital deve ser de acordo com as recomendações do manual de instruções. Não deve emergir o termómetro digital em desinfetante ou esterilizar com altas temperaturas para evitar danificar as peças electrónicas e afectar o seu normal funcionamento.

## 1.4 Medição oral

#### 1.4.1 Âmbito de aplicação

- É um método para medir a temperatura central.
- É indicado para pessoas acordadas, que colaboram e capazes de manter a boca fechada.



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de  
Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Orientações técnicas

N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020  
Versão: 3.0  
Data de elaboração: 2020.02.07  
Data de alteração : 2020.03.26  
Pág.: 5/6

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Orientações para a correcta medição da temperatura corporal

#### 1.4.2 Etapas de medição

- Antes de usar o termómetro, deve agitá-lo para reduzir a leitura a menos de 35°C (95 °F);
- Coloque a capa de protecção no termómetro;
- Coloque a ponta do termómetro debaixo da língua, e mantenha a boca fechada para evitar morder a sonda ou falar;
- Aguarde 3 a 5 minutos para obter a leitura. De um modo geral, é considerado febre quando a temperatura oral é  $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$  (99,5°F).
- Na utilização de um termómetro digital, deve seguir o respectivo manual de instruções para medições e fazer um julgamento adequado após obter a leitura.

#### 1.4.3 Observações

- Evitar consumir alimentos frios ou quentes antes de medir a temperatura corporal;
- Uma vez que a fuga de mercúrio pode colocar em risco o meio ambiente e a saúde humana, deve ser evitado, tanto quanto possível, a utilização de termómetros de mercúrio;
- Em caso de ruptura acidental da sonda de mercúrio na boca, a pessoa deve ser enviada de imediato para o hospital para tratamento;
- A sonda do termómetro deve ser limpa com água e detergente e depois embebida em álcool a 70% durante pelo menos 10 minutos. Depois de seca, a sonda deve ser guardada em local seco para uso posterior.
- O procedimento de limpeza do termómetro digital deve ser de acordo com as recomendações do manual de instruções. Não deve imergir o termómetro digital em desinfetante ou esterilizar com altas temperaturas para evitar danificar as peças electrónicas e afectar o seu normal funcionamento.



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de  
Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心  
技術指引  
CDC (Macao SS)  
Orientações técnicas

N.º: 054.CDC.NDIV.GL.2020  
Versão: 3.0  
Data de elaboração: 2020.02.07  
Data de alteração : 2020.03.26  
Pág.: 6/6

## 預防新型冠狀病毒肺炎 - 正確測量體溫指引

### Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Orientações para a correcta medição da temperatura corporal

#### (II) Observações para a monitorização pessoal da temperatura

- 2.1 A temperatura deve ser medida diariamente sempre à mesma hora e com o mesmo método para evitar desvios de leitura devido a diferentes ambientes ou métodos de medição.
- 2.2 Como a temperatura corporal varia com a idade, dia e noite e actividade física, é recomendado a medição da temperatura duas vezes por dia.
- 2.3 Nos 30 minutos antes da medição da temperatura, exercício físico ou outros factores que afectam a temperatura corporal devem ser evitados.

Serviços de Saúde da Região Administrativa Especial de Macau  
Centro de Prevenção e Controlo de Doenças