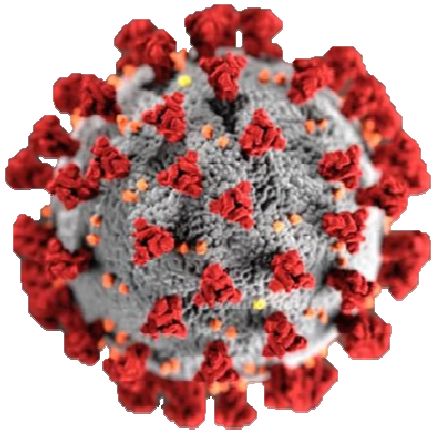
Centro Social Da Bufarda

PLANO DE CONTINGÊNCIA

SARS-CoV-2 / COVID-19

EMPRESA: CENTRO SOCIAL DA BUFARDA

RECINTO DA FEIRA



Maio 2020

ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO 4
2. NOVO CORONAVÍRUS: SARS-CoV-2 / COVID-19 7
2.1. CARACTERÍSTICAS DE TRANSMISSÃO E PREVENÇÃO DA DOENÇA 10
2.2. PRINCIPAIS ESTRATÉGIAS NA PREVENÇÃO DA COVID-19 11
2.3. EVOLUÇÃO DA PANDEMIA COVID-19 11
2.4. NÍVEIS DE ALERTA E RESPOSTA 14
3. OBJETIVOS GERAIS DO PLANO DE CONTIGÊNCIA 17
3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS 18
4. ÂMBITO DE APLICAÇÃO 21
5. DEFINIÇÕES 21
6. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTIGÊNCIA 23
6.1. PRINCÍPIOS SUBJACENTES 23
6.2. FASES DE IMPLEMENTAÇÃO E MEDIDAS DE PROTEÇÃO DA SAÚDE 25
6.2.1. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhadores 33
6.2.1.1. Estabelecer uma área de "isolamento" 33
6.2.1.2. Procedimentos num Caso Suspeito 35
6.2.1.3. Procedimentos perante um Caso Suspeito Validado 38
6.2.1.4. Procedimentos de vigilância de contactos próximos 39
6.2.2. Procedimentos Específicos/Medidas de Proteção da Saúde dos Feirantes, Colaboradores dos Feirantes, Consumidores e Trabalhadores do Centro Social da Bufarda 43
6.2.2.1. Medidas Gerais de Proteção da Saúde 43
6.2.2.2. Medidas específicas para abertura da feira 44
6.2.3. Outros Procedimentos de Conduta e Distanciamento Social 47
6.2.4. Etiqueta Respiratória 48

6.2.5. Lavagem das mãos 48
6.2.6. Uso de máscaras ou Viseiras 50
7. RESPONSABILIDADES 52
8. IDENTIFICAR OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SEUS CONTACTOS 52
9. INFORMAR E FORMAR OS TRABALHADORES 53
10. DILIGÊNCIAS A EFETUAR NA PRESENÇA DE TRABALHADOR(ES) SUSPEITO DE INFEÇÃO POR SARS-COV-2 53
11. REFERÊNCIAS 54
ANEXO 1 – PLANTA DAS INASTALAÇÕES: DEFINIÇÃO DA ÁREA DE "ISOLAMENTO" 55
ANEXO 2 – EQUIPA DE TRABALHO 58
ANEXO 3 – FLUXOGRAMA DE SITUAÇÃO DE TRABALHADOR COM SINTOMAS DE COVID-19 NA EMPRESA 61
(ORIENTAÇÃO DA DGS) 61
ANEXO 4 – FLUXOGRAMA DE MONITORIZAÇÃO DOS CONTACTOS PRÓXIMOS (TRABALHADORES ASSINTOMÁTICOS) DE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19 (TRABALHADOR) 63
(ORIENTAÇÃO DA DGS) 63
ANEXO 5 – LAVAGEM DAS MÃOS 65
ANEXO 6 – UTILIZAÇÃO DA MÁSCARA DE PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA FFP2 E MÁSCARA DE PROTEÇÃO DESCARTÁVEL 67
ANEXO 7 – CONTACTOS IMPORTANTES 69

1. ENQUADRAMENTO

Atendendo à situação pandémica por COVID-19 declarada pela Organização Mundial de saúde, a 11 de março de 2020, é crucial evitar a transmissão da infeção por SARS-CoV-2 na população trabalhadora. Esta emergência de Saúde Pública deve ser encarada como um importante fator de risco global, de natureza biológica, com forte impacto nas empresas e na comunidade, pelo que deve ser considerado na (re)avaliação de risco profissional dadas as suas consequências na saúde física e mental dos trabalhadores.

O empregador é responsável por organizar os Serviços de Saúde e Segurança no Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no "Regime Jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho" (RJPSST – Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação do empregador assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção (art.º 15º do RJPSST).

As prescrições mínimas de proteção da segurança e da saúde dos trabalhadores contra os riscos de exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho estão estabelecidas no Decreto-Lei n.º 84/97, de 16 de abril.

Num contexto de trabalho sem precedentes que exige medidas e atividades extraordinárias que assegurem a saúde e segurança dos trabalhadores, os serviços de saúde e segurança do trabalho/saúde ocupacional deverão ter um papel preponderante nas empresas quanto à definição de medidas concretas de prevenção e de proteção dos trabalhadores a COVID-19, tendo por base as recomendações da Direção-Geral da Saúde e de entidades internacionais, como a Organização Mundial de Saúde ou o Centro Europeu de Prevenção e Controlo da Doenças.

Durante a crise pandémica, os Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho/Saúde Ocupacional devem reforçar/adequar algumas das atividades enquadradas nos artigos 97.º e 98.º da Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro (alterados e republicados pelos artigos 73.º - A e 73.º-B da Lei n.º 3/2014, de 28 de janeiro) do Regime Jurídico de promoção da saúde e segurança do trabalho, com o objetivo de prevenir a transmissão da infeção por SARS-CoV-2 na empresa, designadamente:

a) Planear medidas de prevenção específicas a instituir na empresa visando evitar a transmissão da infeção por SARS-CoV-2, tendo por base uma (re)avaliação de riscos que contemple a situação de pandemia e o seu impacto nos riscos profissionais.
b) Coordenar e acompanhar a execução e efetiva implementação das medidas de prevenção preconizadas no âmbito do risco de infeção por SARS-CoV-2, sobretudo tendo em consideração que se trata de um “perigo grave”.
c) Desenvolver atividades de informação e formação no âmbito da COVID-19, prestando os necessários esclarecimentos ao empregador, trabalhadores e seus representantes nesta matéria, designadamente os relativos a procedimentos básicos de etiqueta respiratória, higienização das mãos, superfícies, máquinas e equipamentos de trabalho, procedimentos de colocação de máscara e de conduta social na empresa. A execução destas atividades deve ser preferencialmente promovida por intranet, e-mail, aplicações e plataformas eletrónicas, entre outros canais de comunicação alternativos, que assegurem, sempre que possível, o distanciamento social.
d) Desenvolver atividades de informação e formação, em matéria de Saúde e Segurança do Trabalho, assegurando, sempre que possível, o distanciamento social.
e) Desenvolver atividades de promoção da saúde, designadamente as relacionadas com a saúde mental, que inevitavelmente se acentuam no contexto desta

pandemia (ex. conciliação do trabalho-família, bem-estar em teletrabalho e em trabalho isolado, gestão de stress, medo e ansiedade).

f) Atuar em situações críticas, nomeadamente as que envolvam acidentes de trabalho, implementando as necessárias medidas preventivas.

g)

2. NOVO CORONAVÍRUS: SARS-CoV-2 / COVID-19

A **Organização Mundial de Saúde (OMS),** a 31 de dezembro de 2019, foi informada de casos de pneumonia na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei. Na sequência desta informação e de estudos de investigação à causa da doença, as autoridades chinesas identificaram a 9 de janeiro de 2020 um novo vírus da família dos coronavírus – SARS-CoV-2, denominado cientificamente COVID-19. Até então têm sido confirmados casos em diversos países.

A **COVID-19** é o nome, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, que pode causar infeção respiratória grave, como a pneumonia. O nome COVID-19 resulta das Palavras "**Co**rona", **V**írus" e "**D**oença" com indicação do ano em que surgiu (20**19**).

Em boa verdade, SARS-CoV-2 é o nome do vírus que foi detetado na China, e que significa "síndrome respiratória aguda grave – coronavírus 2". A COVID-19 é a doença que é provocada pela infeção pelo coronavírus SARS-Cov-2.

Os **coronavírus** são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia.

Esta doença extremamente contagiosa pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infeciosas;

- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzes (inferiores a 1 mícron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus, e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

A Direção-Geral de Saúde (DGS) tem seguido o desenvolvimento do surto no contexto da identificação do novo vírus, tendo ativado o dispositivo de saúde pública do país com monitorização e vigilância epidemiológica, gestão e comunicação de risco, habituais nestas situações.

A DGS estabeleceu desde logo o Plano Nacional de Preparação e Resposta para a doença por novo coronavírus que seria a ferramenta estratégica de preparação e resposta a uma potencial epidemia pelo vírus SARS-CoV-2. Tendo como principal referencial as orientações da OMS e do Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças, sendo o documento de referência nacional no que respeita ao planeamento da resposta a COVID-19.

Em Portugal, o primeiro caso de COVID-19 detetou-se a 02 de março de 2020.

A 11 de março de 2020 a OMS declarou o surto de coronavírus uma pandemia global, justificando a declaração com «níveis alarmantes de propagação e inação», sendo de esperar que o número de casos, mortes e países afetados aumentasse.

Portugal, decretou Estado de Emergência Nacional a 20 de março de 2020 – Decreto n.º 2-A/2020, de 20 de março, ficando suspensos alguns direitos, com a exclusiva finalidade de adotar as medidas necessárias para a proteção da saúde pública, no contexto da pandemia COVID-19. Trata-se de um regime excecional, previsto na Constituição.

O reconhecimento por parte da OMS e da DGS dos riscos existentes originou a estruturação de um Plano de Contingência Nacional, incluído já no Plano Nacional de Preparação e Resposta para a doença pelo novo coronavírus, destinado a prevenir, conter e controlar os efeitos associados a esta doença. No âmbito deste plano foi recomendada a integração das empresas que integram os setores estratégicos nacionais, nomeadamente a água, a energia, as comunicações e os transportes a quem são fornecidas, por parte da DGS, informações e orientações técnicas que lhes possibilitem o planeamento e implementação de um conjunto de procedimentos destinados a proteger a saúde dos seus trabalhadores e a reduzir o impacto económico e social resultante de tal pandemia.

A Orientação da DGS n.º 006/2020, de 26/02/2020 que estabelece os procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas da Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19), descreve as principais etapas que as empresas devem considerar para estabelecer um Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas desta infeção.

2.1. CARACTERÍSTICAS DE TRANSMISSÃO E PREVENÇÃO DA DOENÇA

À luz do conhecimento atual, é mais provável que a transmissão do COVID-19 ocorra quando existe contacto próximo (menos de 2 metros) com uma pessoa infetada. Este risco é tanto maior quanto mais tempo de contacto e proximidade as pessoas tiverem.

VIA DE CONTACTO DIRETO	VIA DE CONTACTO INDIRETO
Através de gotículas que uma pessoa infetada transmite pela boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra (e não utiliza as regras de etiqueta respiratória) podendo estas entrar diretamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima	Através das mãos, que tocam nas superfícies contaminadas com as gotículas expelidas pelas pessoas infetadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente, sem termos feito a higiene das mãos.

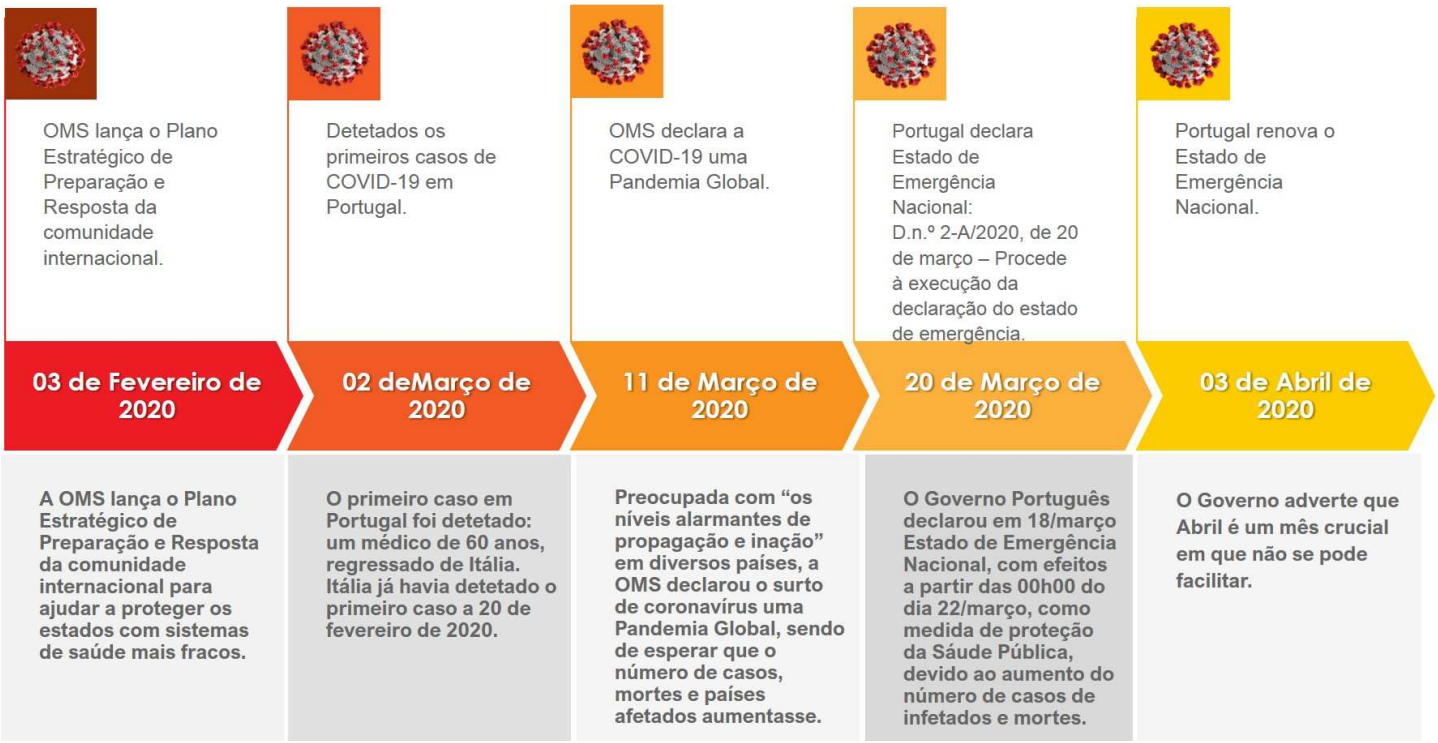
2.2. PRINCIPAIS ESTRATÉGIAS NA PREVENÇÃO DA COVID-19

Sendo o risco de transmissão por via direta mais elevado, salienta-se a importância de serem seguidas três medidas essenciais na prevenção e controlo da COVID-19:

- Cumprir a etiqueta respiratória por parte de todos os cidadão e funcionários;
- Manter a distância e espaço entre pessoas em todas as situações;
- Fazer autovigilância de sintomas e abstenção social em caso de doença ou sintomas suspeitos.

2.3. EVOLUÇÃO DA PANDEMIA COVID-19

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		



ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

2.4. NÍVEIS DE ALERTA E RESPOSTA

A DGS descreve no Plano Nacional de Preparação e Resposta à doença por novo Coronavírus (COVID-19) as orientações estratégicas necessárias ao setor da Saúde face a esta ameaça em Saúde Pública. Para este efeito, desenhou níveis de alerta e resposta para Portugal, integrando evidência técnica e científica, nacional e internacional. A fase de resposta inclui três níveis e seis subníveis, de acordo com a avaliação de risco para COVID-19 e o seu impacto para Portugal:

Fase de preparação			Não existe epidemia ou epidemia concentrada fora de Portugal
Fases de resposta	1 - Contenção	1.1	Epicentro identificado fora de Portugal, com transmissão internacional
		1.2.	Casos importados na Europa
	2 - Contenção alargada	2.1.	Cadeias secundárias de transmissão na Europa
		2.2.	Casos importados em Portugal, sem cadeias secundárias
	3 - Mitigação	3.1.	Transmissão local em ambiente fechado
		3.2.	Transmissão comunitária
Fase de recuperação			Atividade da doença decresce em Portugal e no Mundo

Figura 1 – Níveis das fases de preparação, resposta e recuperação.

O **nível de alerta e resposta 1** corresponde a uma situação em que o risco de COVID-19 em Portugal e baixo, sendo por isso uma **Fase de Contenção,** com concentração de meios de resposta em contingência.

Caraterização Fase de Resposta 1:

Existência de transmissão sustentada de coronavírus capaz de causar graves problemas de saúde em humanos, em locais fora de Portugal, com propagação internacional.

O **nível de alerta e resposta 2** corresponde a uma situação em que o risco de COVID-19 em território nacional é moderado, iniciando uma **Fase de Contenção Alargada**, com reforço da resposta/contingência. O necessário é a deteção precoce de casos COVID-19 e o reforço de medidas de contenção para evitar cadeias secundárias em Portugal.

Caraterização Fase de Resposta 2:

Presença de cadeias de transmissão na Europa.
Presença de casos importados em Portugal sem cadeias secundárias.
Risco moderado de propagação local da doença em Portugal.

O **nível 3** corresponde à presença de casos de COVID-19 em território nacional, e divide-se em dois subníveis, nível 3.1 – cadeias de transmissão em ambientes fechados, e nível 3.2 – cadeias de transmissão em ambientes abertos. É a **Fase de Mitigação**.

Caraterização da Fase Resposta 3:

As cadeias de transmissão do COVID-19 já se encontram estabelecidas em Portugal tratando-se de uma situação de epidemia/pandemia ativa. Neste contexto, as medidas de contenção da doença são insuficientes e a resposta é focada na mitigação dos efeitos do COVID-19 e na diminuição da sua propagação, de forma a minimizar a morbimortalidade e/ou até ao surgimento de uma vacina ou novo tratamento eficaz.

A evolução epidemiológica da infeção determinará o ajustamento imediato das respostas. Estas, são continuamente atualizadas e ajustadas à medida que surgem conhecimentos mais precisos sobre o comportamento do vírus nas comunidades humanas, dinâmica de transmissão e diversidade de respostas e consequências clínicas em função das caraterísticas pessoais de cada pessoa infetada.

Portugal encontra-se de momento na **Fase 3 de Mitigação**.

3. OBJETIVOS GERAIS DO PLANO DE CONTIGÊNCIA

As feiras, por tradição, são espaços propensos à aglomeração de um elevado número de pessoas - quer pela forma como os espaços de venda estão posicionados entre si, quer ainda porque implicam o contacto direto entre indivíduos - pelo que, face à atual situação epidemiológica, são locais com especial vulnerabilidade.

De forma a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para retoma da atividade comercial que se desenvolve na feira retalhista cuja organização compete ao Centro Social da Bufarda e onde se desenvolvem as atividades de comércio a retalho elaborou-se o presente Plano de Contingência que constitui um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção.

O presente Plano estabelece a estratégia, os procedimentos e as medidas destinadas a assegurar as condições de segurança e saúde dos feirantes, colaboradores dos feirantes, consumidores e trabalhadores do Centro Social da Bufarda que interagem directa ou indirectamente no recinto da feira, numa ótica de prevenção e ainda garantir a operacionalidade e funcionalidade do recinto numa eventual situação de crise provocada por uma pandemia associada ao COVID-19.

Sempre que surjam novas orientações formuladas pelas DGS ou pelos serviços de medicina do trabalho da empresa, este Plano será objeto de revisão e atualização.

3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Definir o procedimento operacional sobre as ações a desencadear em caso de doença, sintomas ou contacto com um caso confirmado da doença COVID-19;
- A implementação da obrigatoriedade do uso de máscara ou viseira por parte dos feirantes/comerciantes (acrescendo a estes o uso obrigatório de luvas) e dos clientes;
- As medidas de distanciamento físico adequado entre lugares de venda;
- As medidas de higiene, nomeadamente a obrigatoriedade de cumprimento de medidas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória, bem como a disponibilização obrigatória de soluções desinfetantes cutâneas, nas entradas e saídas do recinto da feira, bem como a respetiva disponibilização pelos feirantes e comerciantes;
- As medidas de acesso e circulação relativas, nomeadamente:

  ♣ À gestão dos acessos ao recinto da feira, de modo a evitar uma concentração excessiva, quer no seu interior, quer à entrada dos mesmos;

  ♣ Às regras aplicáveis à exposição dos bens, preferencialmente e sempre que possível, mediante a exigência de disponibilização dos mesmos pelos feirantes e comerciantes;

  ♣ Aos procedimentos de desinfeção dos veículos e das mercadorias, ajustados à tipologia dos produtos e à organização da circulação;

- O plano de limpeza e de higienização dos recintos das feiras;
- O protocolo para tratamento dos resíduos, em particular no que diz respeito aos equipamentos de proteção individual;
- No que respeita aos colaboradores do Centro Social da Bufarda que interagem directa ou indirectamente no recinto da feira:

♣ Salvaguardar a proteção da saúde e segurança de todos os colaboradores do Centro Social da Bufarda, reduzindo o risco de contaminação dos locais de trabalho, mediante a contenção e minimização das condições de propagação do vírus nas instalações;

♣ Evitar/Prevenir e Reduzir ao máximo a transmissão da infeção por SARS-CoV-2 e a doença COVID-19 pelos colaboradores do Centro Social da Bufarda;

♣ Definir procedimentos e regras, assegurando a sua implementação, que salvaguardem a saúde e segurança de todos os trabalhadores, mantendo em funcionamento as atividades da empresa;

♣ Providenciar meios e material de proteção individual para todos os colaboradores;

♣ Preparar a resposta às necessidades que vão surgindo, inclusivamente em caso de suspeitas de infeção;

♣ Providenciar atividades de informação e formação no âmbito do COVID-19 e de segurança e saúde no trabalho, a todos os colaboradores, prestando todos os esclarecimentos necessários, mantendo sempre que possível o distanciamento social;

♣ Apoiar os colaboradores em tudo quanto possível, salvaguardando a sua saúde física e mental.

Este documento não prevê ações de tratamento médico. Nestas circunstâncias deverão seguir-se as orientações da Direção-Geral da Saúde.

As situações não previstas no presente Plano deverão ser avaliadas caso a caso.

•

4. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

Este plano aplica-se a todos os feirantes, colaboradores dos feirantes, consumidores e trabalhadores do Centro Social da Bufarda que interagem direta ou indiretamente no recinto da feira. No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão cometidas, independentemente dos Planos de Contingência que cada feirante tenha definido.

5. DEFINIÇÕES

Para efeitos do presente procedimento aplicam-se os seguintes termos e definições:

TERMO	DEFINIÇÃO
CASO SUSPEITO	Critérios clínicos: Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro **+** história de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas; **OU** Doente com infeção respiratória aguda + contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas; **OU** Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.
CASO PROVÁVEL	Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para coronavírus **+** sem outra etiologia que explique o quadro.

CASO CONFIRMADO	Caso com confirmação laboratorial de SARS-CoV-2, independentemente dos sinais e sintomas.
CONTACTO	A pessoa que, por ter estado em associação com algo/alguém infetado, ou com um ambiente contaminado por um agente infecioso, tem a probabilidade de adquirir esta infeção.
ÁREA DE ISOLAMENTO	Área que 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), permitindo um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.
COVID-19	Doença causada pelo novo coronavírus – SARS-CoV-2.
PLANO DE CONTINGÊNCIA	Conjunto de procedimentos que, perante uma ameaça de pandemia, visam assegurar a funcionalidade e a operacionalidade da Empresa.
PLANO DE COMUNICAÇÃO	Conjunto de procedimentos que se destinam a assegurar a comunicação (interna e externa) tendo em vista a salvaguardados objetivos e princípios subjacentes à elaboração do Plano.
SERVIÇOS DE EMERGÊNCIA	Designação genérica adotada no presente Plano para as entidades externas que podem ser chamadas a intervir numa emergência, nomeadamente todos os agentes de proteção civil (corporações de bombeiros, o Instituto Nacional de Emergência Médica, etc.) e Forças de Segurança.

6. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTIGÊNCIA

6.1. PRINCÍPIOS SUBJACENTES

A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19 pelo Centro Social da Bufarda no recinto da feira será ponderada tendo em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas autoridades de saúde e do Governo e a atuação por parte de todos os intervenientes. De forma a garantir a reabertura e continuidade do funcionamento do recinto, é imprescindível concertar ações e promover a partilha de informação entre os intervenientes.
Este plano visa proteger a saúde dos feirantes, colaboradores dos feirantes, consumidores e trabalhadores do Centro Social da Bufarda (que interajam directa ou indirectamente no recinto da feira) através da limitação do risco de infeção, no recinto da feira.

Para este efeito estão previstas medidas preventivas no âmbito da saúde, condições para o exercício de atividades e obrigatoriedade de uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI's);

Estabelece-se que o presente plano ficará sob a coordenação e monitorização de uma equipa de trabalho composta pelos elementos identificados no Anexo II, que será responsável por:

- Implementar e promover o Plano de Contingência, divulgando as medidas preventivas e de autoproteção;

- Monitorizar a situação, elaborando e divulgando relatórios de situação (sempre que necessário e solicitado pelas entidades competentes);
- Realizar alterações ao Plano de Contingência (sempre que necessário).

A equipa, nomeará um Gestor do Plano, responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência no recinto da feira, centralizar a informação, elaborar relatórios e reportar os dados à Equipa de Coordenação, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

A articulação com a DGS será garantida pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, que assegurará a divulgação de informação considerada pertinente ao Gestor do Plano.

O Plano é ativado pelo Centro Social da Bufarda com o apoio técnico da respectiva equipa de coordenação e entidades competentes, atendendo a uma das seguintes situações:

a) Orientações emanadas pela DGS;

b) Na iminência da proliferação generalizada de casos de COVID-19 na cidade;

c) Surgimento de um caso de contaminação ou suspeita de contaminação COVID-19 no recinto da feira.

A desativação do Plano de Contingência é também da responsabilidade do Centro Social da Bufarda em articulação com a equipa de coordenação e entidades competentes.

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos: fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação. As ações descritas em cada umas das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

O Plano de Contingência do Centro Social da Bufarda é aprovado pela Direção do mesmo.

6.2. FASES DE IMPLEMENTAÇÃO E MEDIDAS DE PROTEÇÃO DA SAÚDE

I. FASE DE PREVENÇÃO

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

a) Divulgação do Plano;

b) Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;

c) Reforço de medidas de limpeza no recinto da feira;

d) Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento da feira;

e) Identificação das tarefas essenciais dos trabalhadores do Centro Social da Bufarda (que interagem directa ou indirectamente no recinto da feira);

f) Identificação de medidas alternativas para assegurar a reabertura e continuidade das tarefas essenciais;

g) Aquisição de equipamentos, kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19;

h) Nomear os trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;

i) Preparar um espaço de isolamento no ou em redor do recinto da feira, onde tal seja possível, com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas da fonte potencial de infeção;

♣ A área de "isolamento" terá ventilação e possuirá revestimentos lisos e laváveis. Cada pessoa terá de se acompanhar com telemóvel próprio para contacto com a linha SNS24;

♣ O espaço terá uma cadeira (para descanso e conforto da pessoa, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte);

♣ Possuirá também um Kit "COVID 19" com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico), solução antisséptica de base alcoólica, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis, termómetro e óculos de proteção;

♣ Uma vez que esta área, se situa na instalação sanitária de clientes, a mesma encontra-se devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com sintomas/caso suspeito;

♣ O trabalhador designado para o acompanhamento ao espaço de isolamento estabelecerá na altura o circuito a privilegiar, quando uma pessoa com sintomas, se dirigir para a área de "isolamento". Na deslocação desta pessoa, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

j) Nomear o(s) trabalhador(es) designado(s) para acompanhamento ao espaço de isolamento, de eventual suspeito de infeção;

k) Disponibilizar solução de base alcoólicas de desinfeção na entrada e saída do recinto da feira;

l) Monitorizar e acompanhar a situação.

II. FASE DE RESPOSTA

Esta fase é desencadeada pela referenciação de possíveis casos de contágio em qualquer interveniente, e compreende as seguintes ações:

a) Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;

b) Reforço da limpeza do recinto da feira;

c) Garantia de existência de produtos de higiene no recinto da feira, de modo a reforçar uma boa higienização das mãos;

d) Garantia da reposição dos kits de proteção individual;

e) Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas de infeção por COVID-19 no recinto e durante a realização da feira:

♣ Implementação de medidas com vista à contenção da disseminação da doença, providenciando meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), entrega do kit individual e encaminhamento para o espaço de isolamento indicado no Anexo I;

♣ Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.

f) Emitir relatórios com informação direcionada às autoridades de saúde, dirigentes, demais trabalhadores e comunicação social (se solicitado e necessário);

g) Recolher a identificação dos trabalhadores que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

III. FASE DE RECUPERAÇÃO

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos, pela recuperação clínica dos últimos infetados e pelo regresso gradual normalidade, culminando com a desativação do Plano.

É caraterizada pelas seguintes ações:

a) Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza do recinto;
b) Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subsequentes de infeção;
c) Informação aos munícipes sobre a reativação e normalização do funcionamento da feira.

Com a desativação do Plano, deve-se:

a) Desativar os espaços de isolamento;

b) Recolher os kits de proteção individual não utilizados;

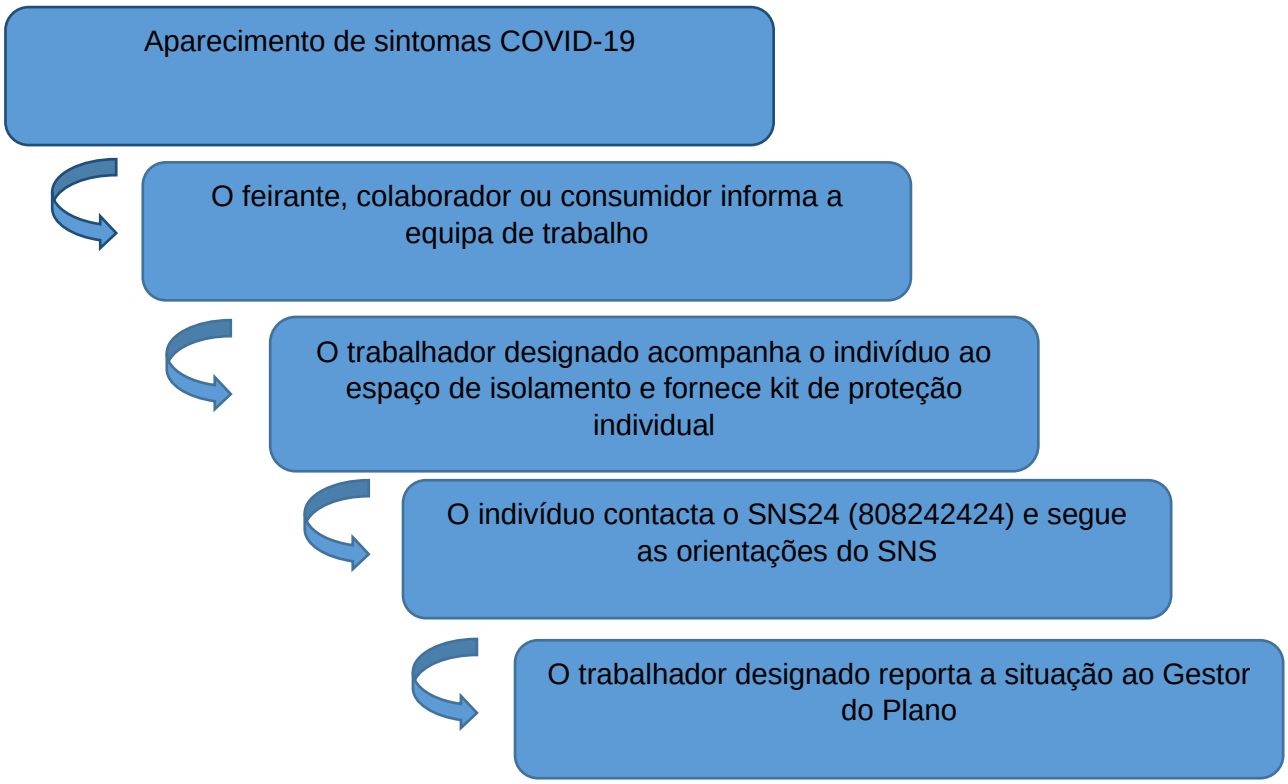
c) Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;

d) Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

PROCEDIMENTO

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento da feira.

Casos Suspeitos de Covid-19



Conforme a Orientação da DGS n.º 006/2020, de 26/02/2020, referente à Infeção por SARS-Cov-2 (COVID-9) – Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas, *"o plano de contingência deve responder a três questões basilares:*

- ***Quais os efeitos que a infeção de trabalhadores por SARS-CoV-2 pode causar na empresa?***
- ***O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-Cov-2 de trabalhadores?***
- ***O que fazer numa situação em que existe um trabalhador suspeito de infeção por SARS-CoV-2 na empresa?"***

6.2.1. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhadores

6.2.1.1. Estabelecer uma área de "isolamento"

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

A área de "isolamento" 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) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.

1) A área de "isolamento" disponibilizada nas instalações do Centro Social da Bufarda consiste nas: Instalações Sanitárias dos colaboradores;
2) A área de "isolamento" disponibilizada no recinto da feira do Centro Social da Bufarda consiste nas: Instalações Sanitárias Exteriores (junto ao muro final do pavilhão).

As mesmas possuem: revestimentos lisos e laváveis, têm ventilação mecânica/forçada e instalação sanitária.

Figura 2 – Organograma da Estrutura Empresarial

No local estará ainda disponível, para a utilização e exclusiva do Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito:

- kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de base alcoólica (disponível no interior e à entrada desta área);
- toalhetes de papel;
- máscara de proteção
- luvas descartáveis
- termómetro.

Na deslocação do trabalhador com sintomas para a área de “isolamento”, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores.

6.2.1.2. Procedimentos num Caso Suspeito

- **Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica** - que esteve em contacto com uma pessoa infetada – **ou, que identifique um trabalhador na empresa com critérios compatíveis** com a definição de caso suspeito, **informa a chefia direta,** (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de "isolamento", definida no **ANEXO I**.

- Deve contactar, de imediato, o empregador através de contacto telefónico.

- Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) o empregador (ou o Encarregado) assegura que seja prestada a assistência adequada ao Trabalhador até a área de "isolamento". Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 2 metros do doente).

- O(s) trabalhador(es) que acompanha(m) / presta(m) assistência ao Trabalhador com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara de proteção e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o Trabalhador doente.

- O trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de "isolamento" contacta o SNS 24 – 808 24 24 24.

- Este trabalhador deve usar máscara de proteção, se a sua condição clínica o permitir – ou seja, se não tiver dificuldades respiratórias. A máscara deve ser colocada pelo próprio trabalhador. Deve ser verificado se a máscara de encontra bem ajustada (ou seja, ajustamento da máscara à face, de modo a permitir tapar completamente o nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba

comprida, poderá ser feita uma adaptação a esta medida – máscara de proteção complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.

- O profissional de saúde do SNS 24 questiona o trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador.

  - **Se não se tratar de um caso suspeito de COVID-19**: define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;

  - **Se se tratar de caso suspeito de COVID-19**: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição. Desta avaliação o resultado poderá ser:

    - **Caso suspeito não validado**, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o empregador da não validação, e este último deverá informar o medico do trabalho responsável.

    - **Caso Suspeito validado**, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A chefia direta do Trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.

- Na situação de **CASO SUSPEITO VALIDADO**:

  - O trabalhador doente deverá permanecer na área de "isolamento" (com máscara de proteção, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte

para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;

- O acesso dos outros trabalhadores à área de "isolamento" fica interditado (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);
- O empregador colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- O empregador informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;
- O empregador informa os restantes trabalhadores da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

- O caso suspeito validado deve permanecer na área de "isolamento" até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contato deste trabalhador com outro(s) trabalhador(es). Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso Suspeito validado nas instalações da empresa.

6.2.1.3. Procedimentos perante um Caso Suspeito Validado

- A DGS informa a Autoridade Nacional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

- A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados laboratoriais e:

  - **Se o Caso Não for Confirmado**, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;

  - **Se o Caso for Confirmado,** a área de "isolamento" deve ficar interditada até À validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

- **Na situação de Caso Confirmado:**

  - **O empregador deve:**

    - Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de "isolamento";

    - Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);

- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 mícron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

6.2.1.4. Procedimentos de vigilância de contactos próximos

Considera-se **"contacto próximo" um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19.** O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- **"Alto Risco de Exposição"**, é definido como:
  - Trabalhador do mesmo posto de trabalho - gabinete, sala, secção, zona até 2 metros – do caso Confirmado;
  - Trabalhador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
  - Trabalhador que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas, ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

- **“Baixo Risco de Exposição” (casual),** é definido como:
  - Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).
  - Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, **deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início dos sintomas.** A Autoridade de Saúde local, em conjunto com o empregador e o médico do trabalho, deve:

- **Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo casuais);**
- **Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).**

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. **Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.**

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

Vigilância de contactos próximos	
"Alto risco de exposição"	**"Baixo risco de exposição"**
- Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição; - Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; - Restringir o contacto social ao indispensável; - Evitar viajar; - Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; - Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.

De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar os **"Procedimentos num Caso Suspeito"**, estabelecidos no ponto 6.2.2.2;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

6.2.2. Procedimentos Específicos/Medidas de Proteção da Saúde dos Feirantes, Colaboradores dos Feirantes, Consumidores e Trabalhadores do Centro Social da Bufarda

6.2.2.1. Medidas Gerais de Proteção da Saúde

A Direção-Geral da Saúde resume as medidas de prevenção em seis pontos:

1. **Cumprir as regras de etiqueta respiratória:**
   - Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
   - Tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel;
   - Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.
2. **Lavar as mãos frequentemente:**
   - Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
   - Se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;
   - Sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas.
3. **Evitar o contacto próximo com pessoas – Distanciamento Social:**
   - Alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e outras pessoas (ex. clientes) – evitar os cumprimentos, beijos e apertos de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados.
4. **Evitar tocar na cara com as mãos**

5. **Não partilhar objetos pessoais ou comida**

6. **Usar máscara de proteção em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas e/ou em caso de necessidade de aproximação a outras pessoas**

6.2.2.2. Medidas específicas para abertura da feira

De acordo com as orientações da DGS, na abertura da feira serão adotadas as seguintes regras:

♣ A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regra de ocupação máxima indicativa de 1 pessoas por cada 20 m2 de área. Assim, tendo o recinto da feira uma área total de 5713 m2, de acordo com a regra de ocupação máxima, fica definido como número máximo de capacidade do recinto 285 pessoas;

♣ O recinto da feira encontrar-se-á vedado. Apesar de o mesmo se encontrar murado (muro com 1,30 m de altura), será adicionado sobre este uma vedação em ferro bem como nas respetivas entradas e saídas do recinto. Os locais de entrada e de saída do recinto serão controladas por membros da Direção da Instituição e por elementos das Forças de Segurança;

♣ O horário de abertura da feira ao público será desfasado do horário de montagem e desmontagem das bancas dos feirantes.

Estabelece-se como horário de montagem das bancas dos feirantes o período compreendido das 6h00 às 8h30 da manhã e desmontagem a partir das 17h00.

O horário de abertura ao público fica estipulado das 9h00 às 17h00.

NOTA: O público só poderá entrar no recinto após a conclusão da montagem das bancas e o início da desmontagem das mesmas só poderá ocorrer após a saída do público.

♣ Deverá ser mantida uma distância mínima de dois metros entre as pessoas;

♣ É obrigatório, dentro do recinto da feira, o uso de máscara e luvas de proteção pelos feirantes e seus colaboradores (devendo, sempre que possível, ser complementado com o uso de viseira), trabalhadores do Centro Social da Bufarda e consumidores;

♣ Serão definidos de circuitos específicos de entrada e saída, conforme Anexo I, onde será disponibilizada solução desinfetante cutânea;

♣ Os consumidores devem permanecer no recinto da feira apenas o tempo estritamente necessário à aquisição dos bens;

♣ Os feirantes devem:

- Assegurar a disponibilização de soluções líquidas de base alcoólica, para si, para os seus colaboradores e para os clientes, junto a locais visíveis e devidamente identificados;

- Efetuar o atendimento de forma organizada, limitado a um consumidor de cada vez, respeitando as regras de higiene e segurança;

- Proceder à limpeza e desinfeção, após cada utilização ou interação, dos equipamentos, objetos, superfícies, produtos e utensílios de contacto direto com os clientes;

- Providenciar, uma barreira física de forma a assegurar um distanciamento mínimo de 1,5 m entre o consumidor e a banca de exposição dos artigos e de 2 m entre os ocupantes/consumidores;

- Proceder à desinfeção e higienização dos veículos de transporte dos diferentes produtos atendendo à especificidade e tipologia dos mesmos.

♣ Os artigos, principalmente os produtos alimentares, só podem ser manuseados pelos feirantes e seus colaboradores, que deverão usar luvas apropriadas;

♣ Áreas destinadas à restauração e bebidas:

Não existe uma área destinada a restauração e bebidas no recinto da feira, existindo apenas uma unidade móvel de farturas. O local de venda da mesma encontra-se mencionado na planta (em Anexo), situando-se junto à entrada e sendo os serviços prestados em modo de take-away, cumprindo os requisitos de segurança do recinto e de todos os outros feirantes.

Na área destinada a esta actividade, devem ser tomadas as seguintes medidas adicionais:

- Assegurar o distanciamento físico recomendado (2 m) entre as pessoas que se encontram eventualmente em espera;
- Disponibilizar dispensador de solução à base de álcool;
- Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies, de acordo com as orientações da DGS, nomeadamente a n.º 014/2020 “Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares”,

♣ Os resíduos produzidos serão recolhidos e tratados pelos Serviços Municipais competentes.

♣ Observar todas as regras da DGS e das Entidades Oficiais aplicáveis.

6.2.3. Outros Procedimentos de Conduta e Distanciamento Social

- Os trabalhos suscetíveis de interferência, proximidade e/ou contacto de trabalhadores com terceiros e/ou o público em geral, devem ser planeados de forma a garantir o distanciamento social mínimo de 2 metros.
- Os postos de trabalho devem promover o afastamento de 2 metros entre trabalhadores.
- Todas as instalações sociais devem poder ser usadas, de forma a garantir o distanciamento social de 1 metro (idealmente 2 metros), efetuando-se uma gestão por turnos.
- A frequência e/ou forma de contacto entre as pessoas deve ser alterada evitando-se as reuniões presenciais, os postos de trabalho fisicamente partilhados e proibindo-se o contacto do aperto de mão.
- As reuniões devem ser efetuadas por videoconferência ou ao ar livre (sempre que possível e com as pessoas estritamente necessárias), garantindo-se o afastamento mínimo de 2 metros entre participantes no mesmo espaço físico.
- As ações de formação devem ser efetuadas sempre que possível ao ar livre, garantindo-se um afastamento mínimo de 2 metros entre formandos.
- As ações de formação relacionadas com as medidas de prevenção do contágio devem ser complementadas com folhetos informativos, distribuídos pela empresa.
- A limpeza e desinfeção das instalações sanitárias do público será realizada de 2 em 2 horas, com realização de registo (os colaboradores afectos a estas tarefas

devem utilizar equipamento de proteção individual adequado e o material de limpeza e higienização utilizado é restrito apenas a esta área).

6.2.4. Etiqueta Respiratória

Os procedimentos de etiqueta respiratória são fundamentais para evitar a projeção de gotículas pela boca e assim minimizar o efeito direto e indireto de contágio, devendo-se:

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- Tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel;
- Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.

6.2.5. Lavagem das mãos

Deve existir e ser de fácil acesso, água e sabão para lavar as mãos.

Todos os locais de lavagem das mãos devem ser acompanhados de toalhas em rolo de papel e caixote do lixo e reavaliar-se o seu número e localizações no presente contexto.

A higienização das mãos deve ser efetuada:

- Com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
- Ou com um desinfetante para as mãos que contenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas.

A água e o sabão devem ser usadas preferencialmente, se as mãos estiverem visivelmente sujas.

A técnica de lavagem das mãos deve ser efetuada de acordo com o definido no folheto Informativo sobre lavagem correta das mãos da Orientação da DGS n. º10, de 16/03/2020.34

6.2.6. Uso de máscaras ou Viseiras

A informação da Direção-Geral de Saúde n. º009/2020, de 13/04/2020, referente à COVID-19: Uso de Máscaras na Comunidade, informa que, a eficácia da utilização generalizada de máscaras pela comunidade na prevenção da infeção não está provada. Porém, aplicando-se o Princípio da Precaução em Saúde Pública, é de considerar o uso de máscaras por todas as pessoas que permaneçam em espaços interiores fechados, com múltiplas pessoas, como medida de proteção adicional ao distanciamento social, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória.

Recomenda-se que, sempre que o afastamento de 1 metro (idealmente 2 metros) entre trabalhadores tiver imperiosamente de ser violado, deverá recorrer-se a máscaras de proteção. Nesta impossibilidade, devem usar-se viseiras ou outro tipo de barreira física, que impeça a transmissão de gotículas projetadas pela boca ou nariz.

O cumprimento da etiqueta respiratória deve ser sempre rigorosamente respeitado:

Antes de colocar a máscara, deve lavar bem as mãos.

Verifique se a máscara está perfeitamente ajustada ao seu rosto e evite tocar-lhe enquanto está a usá-la.

Mude de máscara após a utilização, ou quando estiver suja ou húmida, mas, antes de o fazer, lave bem as mãos.

O uso de máscara de proteção só é adequado se for aplicada corretamente e conjuntamente com a higiene das mãos, a etiqueta respiratória, a limpeza das superfícies e o distanciamento social.

Recomendações de Entrada em Casa, após dia de trabalho

- Ao voltar a casa, tente não tocar em nada.
- Tire os sapatos
- Tire a roupa exterior e coloque-a numa bolsa, previamente preparada, para lavar.
- Deixe a carteira, as chaves, etc. numa caixa à entrada;
- Tome banho, caso não consiga lavar todas as zonas exposta (mãos, cara, etc.);
- Limpe o telemóvel e óculos com água e sabão ou álcool;
- Limpe com lixívia as superfícies dos objetos que trazia, antes de guardá-los;
- Lave bem as mãos.

7. RESPONSABILIDADES

- Todos os trabalhadores devem reportar à sua chefia direta, uma situação de suspeita de trabalhador com sintomas e/ ou contacto com pessoa infetada, compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Sempre que for reportada uma situação de trabalhador com sintomas, o Encarregado informa, de imediato, o empregador.
- O empregador informa o Médico do Trabalho, o trabalhador a SNS24.
- Nas situações e, que o Trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento até à área de "isolamento" (ex. dificuldade de locomoção), os trabalhadores que acompanham/prestam assistência ao doente devem estar definidos e informados dos procedimentos.

8. IDENTIFICAR OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SEUS CONTACTOS

- Devem estar disponíveis em local visível, bem como na área de "isolamento" os contactos do serviço de saúde do trabalho e, se possível, do médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde dos trabalhadores.

9. INFORMAR E FORMAR OS TRABALHADORES

- Divulgar o Plano de Contingência a todos os trabalhadores;
- Esclarecer os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro lado, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir;
- In(formar) os trabalhadores quanto aos procedimentos específicos a adotar, nas várias situações descritas ao longo do ponto 6, deste documento.

10. DILIGÊNCIAS A EFETUAR NA PRESENÇA DE TRABALHADOR(ES) SUSPEITO DE INFEÇÃO POR SARS-COV-2

- Acionar o Plano de Contingência da empresa para COVID-19;
- Confirmar a efetiva implementação dos procedimentos específicos estabelecidos no ponto 6;
- Procurar manter atualizada a informação sobre COVID-19, de acordo com o disponibilizado pela Direção-Geral da Saúde, Autoridade de Saúde Local e meios de comunicação oficiais.

11. REFERÊNCIAS

Informação da Direção-Geral de Saúde n. º009/2020, de 13/04/2020 referente à COVID-19: Uso de Máscaras na Comunidade.

Orientação da Direção-Geral de Saúde n.º 019/2020, de 03/04/2020 referente à COVID-19: Fase de Mitigação: Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não-Profissionais de Saúde.

Informação Técnica da Direção-Geral de Saúde n. º14/2020, de 19/03/2020 referente à Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19): Principais alterações nos procedimentos e atividades dos Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho/Saúde Ocupacional.

Orientação da Direção-Geral de Saúde n. º011/2020, de 17/03/2020, referente à Infeção por SARS-Cov-2 (COVID-19) – Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público.

Orientação da Direção-Geral de Saúde n.º 006/2020, de 26/02/2020, referente à Infeção por SARS-Cov-2 (COVID-9) – Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.

Orientação da Direção-Geral de Saúde n.º 02/2020, de 25/01/2020 atualizada em 09/03/2020, referente à Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) – Nova definição de caso.

https://www.covid-19.pt/

https://covid19.min-saude.pt/

https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

ANEXO 1 – PLANTA DAS INASTALAÇÔES: DEFINIÇÃO DA ÁREA DE "ISOLAMENTO"

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

N
Entrada
CENTRO DE DIA

ANEXO 2 – EQUIPA DE TRABALHO

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

A equipa de trabalho fica definida contendo os seguintes colaboradores:

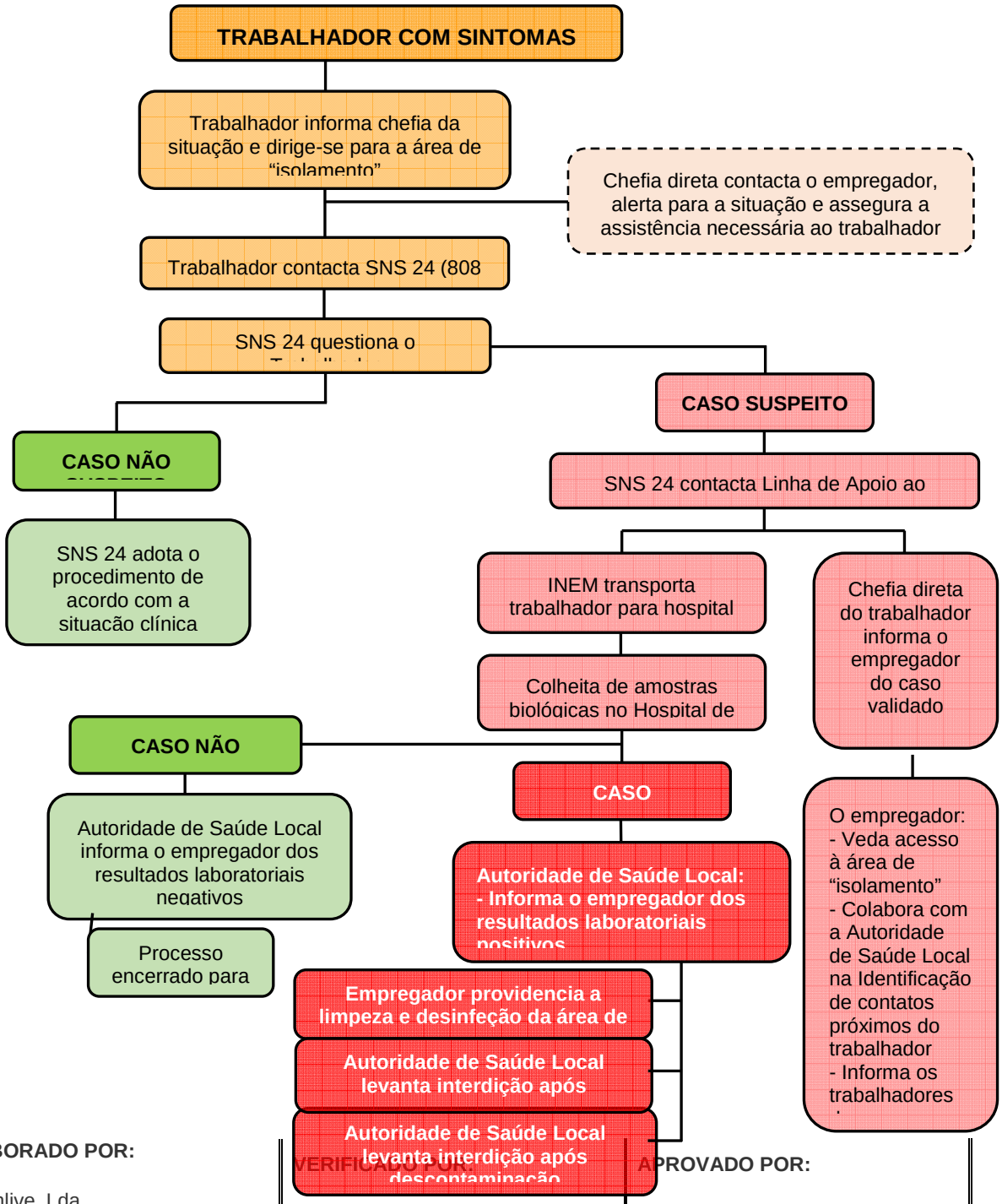
- Coordenação / Gestor de Plano: Marlene Jorge
- Trabalhador Designado: Hélder Rosa
- Colaborador: Filipe Gomes

ELABORADO POR:	**VERIFICADO POR:**	**APROVADO POR:**
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

ANEXO 3 – FLUXOGRAMA DE SITUAÇÃO DE TRABALHADOR COM SINTOMAS DE COVID-19 NA EMPRESA

(ORIENTAÇÃO DA DGS)

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

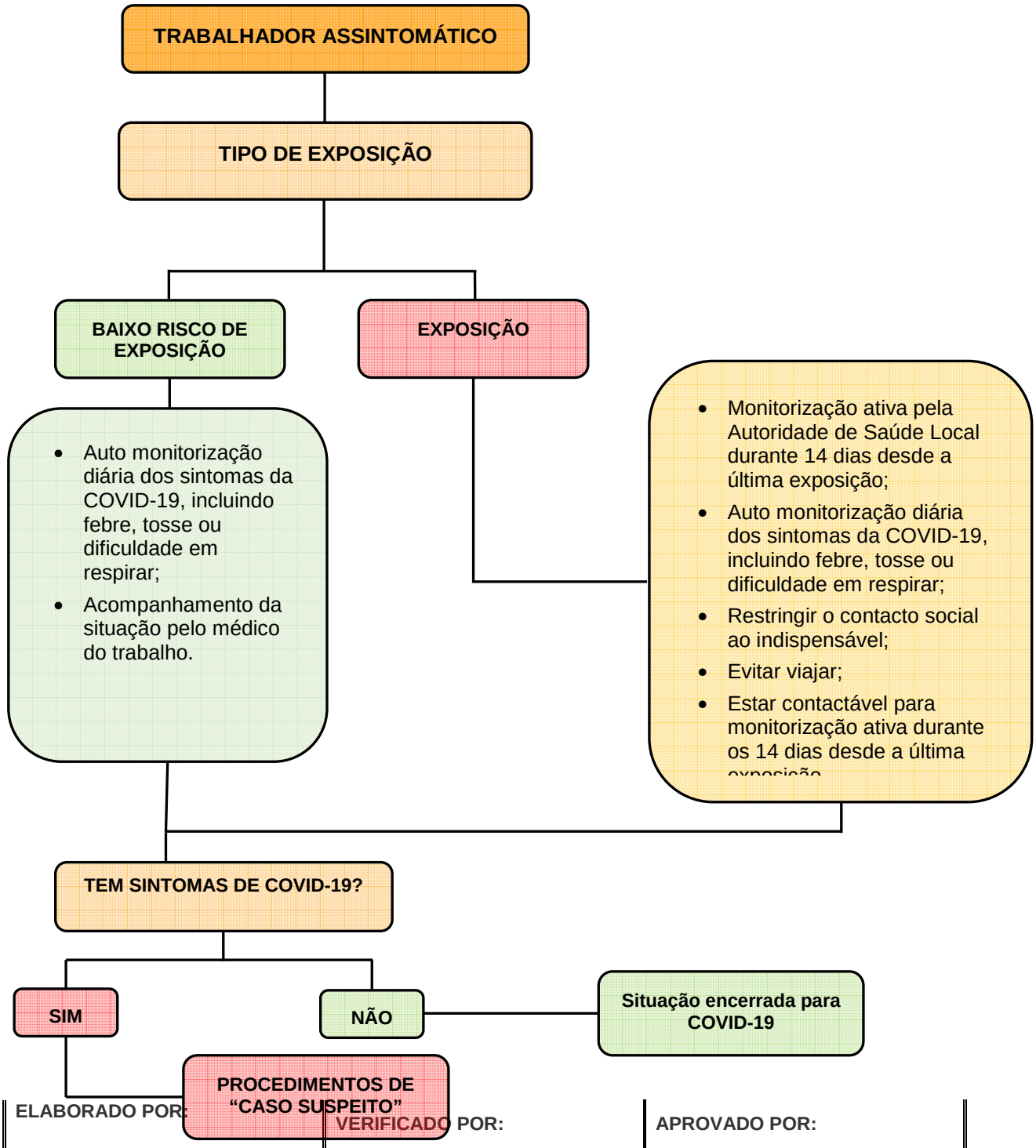


ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

ANEXO 4 – FLUXOGRAMA DE MONITORIZAÇÃO DOS CONTACTOS PRÓXIMOS (TRABALHADORES ASSINTOMÁTICOS) DE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19 (TRABALHADOR)

(ORIENTAÇÃO DA DGS)

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		



ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

ANEXO 5 – LAVAGEM DAS MÃOS

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

0
Molhe as mãos com água
1
Cubra as mãos com a espuma do sabão
2
Esfregue bem as palmas
3
Esfregue o dorso com a palma das mãos.
4
Lave as palmas com os dedos entrelaçados
5
Esfregue a base dos dedos nas palmas das mãos
6
Limpe o polegar esquerdo com a palma da mão direita e vice-versa
7
Esfregue novamente as palmas das mãos com a ponta dos dedos
8
Enxague todo o sabão
9
Enxugue as mãos com uma toalha descartável
10
Use esta mesma toalha para desligar a torneira
11
Pronto, suas mãos estão completamente limpas!

ANEXO 6 – UTILIZAÇÃO DA MÁSCARA DE PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA FFP2 E MÁSCARA DE PROTEÇÃO DESCARTÁVEL

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		

COMO COLOCAR
CONFIRA O PASSO A PASSO DO USO CORRETO DE MÁSCARAS:
As mãos devem estar sempre limpas antes de manuseá-las
Coloque as alças atrás das orelhas ou as amarre atrás da cabeça
A máscara deve cobrir completamente a região do nariz, boca e queixo
Durante o uso, não toque na parte da frente da máscara para não contaminá-la
Se a máscara ficar molhada ou úmida, substitua-a por uma nova
Para retirá-la, toque apenas nos elásticos ou nas tiras
Descarte-a em um cesto de lixo fechado
Fonte: OMS (Organização Mundial de Saúde)
Folha Arte

ANEXO 7 – CONTACTOS IMPORTANTES

ELABORADO POR:	VERIFICADO POR:	APROVADO POR:
Actionlive, Lda Técnico Superior SST e Saúde Ambiental		