



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID 19 JUNTA DE FREGUESIA DE CORTEGAÇA

Na sequência da publicitação do Despacho n.º 2836-A/2020, de 2 de março de 2020 e em alinhamento com a Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), considerando a necessidade de todos os empregadores públicos procederem à elaboração dos respetivos Planos de Contingência no prazo de 5 dias úteis, a JUNTA DE FREGUESIA DE CORTEGAÇA, no âmbito do apoio institucional aos demais serviços públicos, disponibiliza, a seguinte proposta de estrutura, que acompanha os requisitos enunciados na referida Orientação n.º 006/2020 da DGS.

Estrutura do Plano:

1. Enquadramento geral da questão;

- 1.1 Explicitação do que é o Coronavírus (Covid-19);
- 1.2 Principais sintomas;
- 1.3 Tempo de incubação;
- 2.4 Forma e período de transmissibilidade do coronavírus;

2. Plano de contingência;

2.1 Nível de resposta alerta

- Ações implementadas;

2.2 Nível de resposta perigo iminente:

- Identificação dos efeitos que a infeção em trabalhador(es) pode causar no serviço;
- Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 em trabalhador(es);

3. Procedimentos num caso suspeito

- Medidas a implementar para caso suspeito validado e não validado;

4. Procedimentos num caso suspeito validado

- O que deve o eleito, trabalhador ou colaborador externo da freguesia fazer e o que deve a Junta de Freguesia fazer;

5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

- Medidas a implementar para casos de alto risco de exposição e baixo risco de exposição;

6. Plano de comunicação

- Alvos da comunicação e conteúdos da informação preparados pela Junta de Freguesia;

6.1 Responsabilidades no âmbito do plano

- Outras responsabilidades da competência da Junta de Freguesia;



1. Enquadramento geral da questão

A presente orientação, descreve as principais etapas que a Junta de Freguesia deve considerar, para estabelecer um Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-22, agente causal da COVID-193, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas desta infeção.

O presente Plano foi preparado com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde e visa preparar a resposta para minimizar as condições de propagação do COVID-19 e definir a estrutura de coordenação da Junta de Freguesia.

O **Plano de Contingência** tem ainda os seguintes objetivos:

- Reduzir o risco de contaminação nos locais de trabalho;
- Assegurar o funcionamento dos órgãos e serviços da Junta e Assembleia de Freguesia;
- Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio em caso de pandemia;
- Gerir a informação, interna e externa;

O Plano de Contingência é ativado consoante determinação do Presidente da Junta de Freguesia, em cooperação com o Conselho Municipal de Proteção Civil. A desativação do mesmo, é realizada com as demais entidades competentes na matéria.

A presente informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19.

1.1 Explicitação do que é o Coronavírus (Covid-19)

O Coronavírus é uma família de vírus, conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

1.2 Principais sintomas

Com a presença do coronavírus, as pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas como febre, tosse, dor de cabeça, dor de garganta e dificuldade respiratória.

Crianças e idosos, por terem um sistema imunológico mais frágil, podem ser afetados de maneira mais severa, com bronquite e até mesmo pneumonia.



1.3 Tempo de incubação

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

1.4 Forma e período de transmissibilidade do coronavírus

A transmissão pode acontecer por meio de gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, contato pessoal próximo (como toque ou aperto de mão) e contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos.

De uma forma geral, a transmissão viral ocorre apenas enquanto persistirem os sintomas. Relativamente á duração do período de transmissibilidade é desconhecido para o coronavírus. Durante o período de incubação e casos assintomáticos não são contagiosos.

2. Plano de contingência

2.1 Nível de resposta alerta

Ações que devem ser implementadas pela Junta de Freguesia:

- Redução ou suspensão do período de atendimento, consoante o caso;
- Suspensão de eventos ou iniciativas públicas, realizados quer em locais fechados, quer em locais abertos ao público;
- Suspensão de atividades de formação presencial, dando preferência a formações à distância;
- Suspensão da aplicação de métodos de seleção que impliquem a presença dos candidatos, no âmbito de procedimentos concursais;
- Suspensão do funcionamento de bares, cantinas, refeitórios e utilização de outros espaços comuns;
- Reforço da higienização dos espaços internos (após limpeza regular, deverá também ser usado desinfetante), assim como os materiais mais manuseados;
- Preparação de instalações adequadas para servirem de área de isolamento, de forma autónoma ou em coordenação com o Município;
- Aquisição de gel desinfetante de mãos, máscaras e outros materiais convenientes para a prevenção e combate á contaminação;



- Adotar medidas de etiqueta respiratória, como tapar o nariz e boca, quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o cotovelo e deitar sempre o lenço de papel no lixo);
- Divulgação de medidas preventivas, como higienização de mãos e etiqueta respiratória;

2.2 Nível de resposta perigo iminente

Identificação dos efeitos que a infeção do trabalhador pode causar no serviço:

A entidade empregadora deve contar com a possibilidade dos trabalhadores ou parte deles, não se apresentem ao trabalho por motivos de doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

Da mesma forma, é importante analisar:

- As atividades desenvolvidas pela instituição que não podem ser suspensas e aquelas que se podem reduzir ou encerrar;
- Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento, tanto para a instituição, como para satisfazer as necessidades básicas dos clientes;
- Equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais (trabalhadores com outras funções, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da instituição e, se possível, formá-los;
- Os trabalhadores que, pelas suas funções, poderão ter um maior risco de infeção (ex. trabalhadores que realizem atendimento ao público);
- Nas instituições onde as suas atividades podem recorrer a formas alternativas, como o recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo, teleconferências e o acesso remoto dos clientes, deve-se ponderar o reforço das infraestruturas tecnológicas de comunicação.

Na preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 em trabalhador(es) deve-se ter em conta:

- **Área na Junta de Freguesia para isolamento:** Sala de apoio ao polivalente; Estabelecer procedimentos específicos;
- **Procedimentos específicos a tomar:**
 - 1) Diálogo por via telefónica ou com distância de segurança;
 - 2) A pessoa infetada e quem acompanhará, deve imediatamente lavar, desinfetar as mãos colocar máscara bem posicionada;



- 3) Contactar o SNS 24 (avaliação do SNS 24 - no caso suspeito);
 - 4) Entrar pela porta da sala polivalente da Junta de Freguesia, localizada na parte de trás do edifício, verificar a não existência de pessoas no percurso e deslocar-se até à sala de isolamento – Sala de apoio ao polivalente;
 - 5) Aguardar o INEM para o paciente ser encaminhado para o hospital de referência;
 - 6) Identificar à Autoridade da saúde local os contactos próximos do paciente em questão;
 - 7) Proceder à limpeza e desinfestação da área de isolamento;
- Definir responsabilidades;
 - Identificar os profissionais de saúde e seus contactos;
 - Adquirir e disponibilizar equipamentos e produtos;
 - Informar e formar os trabalhadores;
 - Diligências a efetuar na presença de um trabalhador suspeito de infeção por Covid-19 no Serviço;

3. Procedimentos num caso suspeito

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa o Presidente da Junta de Freguesia (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de isolamento, definida no Plano de Contingência.

Nas situações necessárias (por ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) o a Junta de Freguesia assegura que seja prestada, a assistência adequada ao trabalhador até à área de isolamento. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

Quem acompanha/presta assistência ao trabalhador com sintomas, deve colocar, momentos antes, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o doente.

Contactar o SNS 24 - Após avaliação, o SNS 24 informa o trabalhador que:

- a) **Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19:** define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;
- b) **Se se tratar de caso suspeito de COVID-19:** o SNS 24 contacta a linha de apoio ao médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:



- I. Caso Suspeito **Não Validado**, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador.
- II. 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.

4. Procedimentos num caso suspeito validado

Qualquer eleito, trabalhador ou colaborador externo da Freguesia com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique alguém nos espaços, serviços, ou demais instalações e equipamentos da Freguesia, compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar, preferencialmente por via telefónica, a Junta de Freguesia, através do número **256 752 870** ou **918 760 365**.

Na situação de caso confirmado:

O eleito, trabalhador ou colaborador externo da Freguesia deve:

Dirigir-se para a área de isolamento com máscara cirúrgica (assim como também deve colocar, quem acompanha o paciente) e contactar imediatamente o SNS 24 (**808 24 24 24**). A máscara deve estar bem posicionada no rosto, permitindo a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Permanecer na área de isolamento até à chegada 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 interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);

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



A Junta de Freguesia deve:

Tomar as medidas adequadas previstas no Plano e determinar a limpeza e desinfeção da área de isolamento e principalmente no local de trabalho do doente, bem como a determinação do armazenamento dos resíduos do doente, que devem ser segregados num saco plástico espesso e de seguida, enviados para o operador licenciado para gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

Colaborar na identificação dos contactos próximos do doente e informar 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.

5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se um contacto próximo, um trabalhador que não apresente 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 pode ser de:

a) **“Alto risco de exposição”**, definido como:

- Trabalhador ou eleito do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do aso;
- Trabalhador ou eleito, que esteve face-a-face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Trabalhador ou eleito, que partilhou com o caso confirmado objetos/utensílios, toalhas ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

b) **“Baixo risco de exposição”** (casual), definido como:

- Trabalhador ou eleito, que teve contacto esporádico com o caso confirmado (por ex. ter estado em circulação quando houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Trabalhador ou eleito, que prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção.

Em caso de início de sintomatologia, para efeitos de gestão dos contactos, a Autoridade de Saúde Local, em cooperação com a Junta de Freguesia e o médico do trabalho, devem:



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

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

Nos casos de “alto 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.

Nos casos de “baixo risco de exposição”:

- Auto monitorização diária (feita pelo próprio trabalhador) dos sintomas da COVID-19, incluindo febre (medir temperatura duas vezes por dia e registar sempre o valor e a hora), tosse ou dificuldade em respirar;
- Acompanhamento da situação pelo médico.

6. Plano de comunicação

A Junta de Freguesia preparará um plano de comunicação com a identificação dos alvos da comunicação e conteúdo da informação:

- a) Os que exercem funções na Junta de Freguesia:
 - Informação sobre a situação;
 - Procedimentos especiais a observarem para limitar contágio e propagação;
- b) Prestadores de serviços externos;
- c) Fornecedores de equipamentos;
- d) Comunicação social;
- e) Entidades externas;



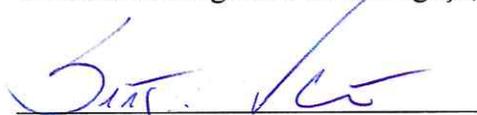
6.1 Responsabilidades no âmbito do plano

Para além das responsabilidades já referidas, compete:

- Aos eleitos da Freguesia, informar sobre as tarefas e ações essenciais e aquelas que podem ser asseguradas por trabalho à distância, bem como acompanhar a reposição da normalidade;
- Aos trabalhadores e demais colaboradores que prestem atividade nos serviços da Junta de Freguesia e nas demais instalações e equipamentos da Freguesia, informar a Junta de Freguesia, sobre deslocações/viagens que venham a realizar, ou tenham efetivado, no país ou no estrangeiro, bem como eventuais contactos com pessoas portadoras de COVID-19, devendo fazê-lo através do telefone **256 752 870** ou **918 760 365**.

Cortegaça, 6 de março de 2020

A Junta de Freguesia de Cortegaça,

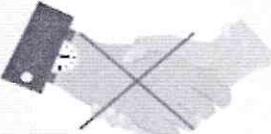

Sérgio Vicente Prata Oliveira
(Presidente)



ANEXO 1

NOVO | NEW | 新型冠状病毒 CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议

		
Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o antebraço	Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool	Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória
When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm	Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution	Avoid close contact with people suffering from respiratory infections
咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或者手臂掩住嘴巴和鼻子	经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手	避免与有呼吸道感染的患者密切接触

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL
若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24 
808 24 24 24