



# Plano De Contingência

Junho 2020



## 1. Enquadramento da situação

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações, das quais se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, a serem atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

Este documento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por **plano de contingência**, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta da empresa, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos trabalhadores e clientes, assegurando a continuidade da sua atividade.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS, pelo que este documento exige um carácter dinâmico e uma atualização permanente. Deverá ser consultado o sítio <https://www.dgs.pt/coronavirus/documentos/orientacoes.aspx>.

## **2. Explicitação do que é o Corona Vírus – COVID-19**

Os coronavírus são um grupo de vírus conhecidos desde meados de 1960. A maioria das pessoas infeta-se com os coronavírus comuns ao longo da vida. Eles são uma causa comum de infeções respiratórias brandas e moderadas de curta duração.

Entre os coronavírus encontra-se também o novo vírus designado de COVID-19 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), cuja infeção provoca sintomas semelhantes a uma gripe comum ou, em casos mais graves, a uma pneumonia. A COVID-19 é uma doença infecciosa emergente, identificada pela primeira vez na cidade Chinesa de Wuhan, cujos casos iniciais datam de dezembro de 2019.

O Comité de Emergência da OMS decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, no âmbito do Regulamento Sanitário Internacional. De acordo com o Centro Europeu de Prevenção de Controlo das Doenças (ECDC), o impacto potencial do Corona Vírus COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação continuada e global do vírus.

A transmissão ocorre pessoa a pessoa, por contacto direto ou indireto através de gotículas. Após contacto com o vírus, a maioria das pessoas desenvolvem doença ligeira, sendo a probabilidade de complicações graves mais comum em pessoas de grupos etários mais velhos e na presença de outras doenças crónicas.

### **2.1 Principais sintomas**

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- Febre;
- Tosse;
- Falta de ar (dificuldade respiratória);
- Cansaço.

## 2.2 Transmissão, tempo de incubação e formas de manifestação

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem;

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 e ainda através do 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).

O **período de incubação** (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

As **formas de manifestação** deverão ser analisadas, tendo em conta critérios clínicos e epidemiológicos (Tabela 1) disponibilizados à data no ECDC (Centro Europeu de Prevenção de Doenças Transmissíveis).

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa <sup>4</sup> nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Tabela 1 – Critérios clínicos e epidemiológicos

### 3. Procedimentos preventivos

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar lenços de papel para se assoar e/ou limpar e Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

#### 3.1. Medidas de higiene do ambiente empresarial

- Arejamento dos espaços,
- Higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos, objetos e superfícies mais manuseados: corrimões, maçanetas de portas, balcões, bolas de bowling; pegas dos equipamentos de diversão; écrans touch...
- Colocação/reforço de suportes com solução anticética de base alcoólica em locais estratégicos: entrada da loja, refeitório, instalações sanitárias, registo biométrico, área de isolamento, entrada de salas (Arcade, Hologate) ....

#### 3.2. Medidas de vigilância

- Reforço na atenção a sintomas nos trabalhadores: febre (38°C), tosse, dificuldade respiratória;
- Medição da temperatura na chegada à loja;

## 4. Operacionalização do Plano de Contingência

### 4.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar no serviço ou entidade.

#### Trabalhadores Medidas 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” (sala, gabinete, secção, zona) numa empresa tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador doente (com sinais, sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.

### 4.2. Área de isolamento definida:

- Balneários Feminino e/ou Masculino – piso 2

É na área, definida, como “área de Isolamento” que se deve manter o colaborador que tenha sintomas de COVID-19 e suspeitas de estar contaminado.

Na área de isolamento, e sempre que for necessário usar a mesma para o efeito de sintomas / suspeita de COVID-19, o doente terá ao seu dispor:

- Ventilação Natural;
- Telefone;
- Cadeira;
- Kit com água e alimentos não perecíveis (Bolachas / snacks)
- Contentor de resíduos com saco sem abertura manual;
- Solução Anti séptica de base alcoólica;
- Toalhetes de papel;
- Máscaras cirúrgicas;
- Luvas descartáveis;
- Termómetro;

### 4.3. Cadeia de Comando e Controlo

A cadeia de comando e controlo define a liderança e coordenação em situação de infeção do Coronavírus - COVID-19. Ela tem autoridade para tomar decisões e atuar em conformidade a todos os níveis de intervenção. A Coordenação global do plano é presidida pelos Diretores da empresa devidamente apoiada por uma Equipa operativa em articulação com as Autoridades de Saúde Locais.

#### 4.3.1. Equipa operativa

Nome	Função na empresa	Função no plano de contingência
Sérgio Cruz	Gerente	Coordenador
Ernesto Farinha	Gerente	Coordenador
Flávia Nunes	Responsável de Loja	Coordenador
Helder Martins	Chefe de Manutenção	Coordenador
Mariana Sepulveda	SAFT	Coordenador
Valdir Arcas	Coordenador Operacional	Responsável pela equipa operativa
Pedro Pina	Coordenador Operacional	Responsável pela equipa operativa
Carla Taleigo	Coordenador Operacional	Responsável pela equipa operativa

### 4.4 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19

#### 4.4.1 Quando se deve proceder ao isolamento de um colaborador?

Quando o colaborador apresenta um ou mais sintomas (Tosse, febre, dificuldade respiratória) e tenha estado num lugar (pais, região) contaminado e/ou em contacto com alguém que esteja com o vírus ou também tenha estado num lugar contaminado, à menos de 15 dias.

#### 4.4.2 Processo de alerta de trabalhador com sintomas e/ou ligação epidemiológica (Compatível com a definição de caso suspeito de COVID-19)

A Chefia direta deve ser, o mais celebre possível, avisada da situação ou pelo trabalhador com sintomas ou por outro trabalhador que identifique um colega com sintomas na empresa. Este procedimento é obrigatório e deve estar no bom senso de cada um, de forma a prevenir a propagação do vírus.

Após isto e caso o trabalhador com suspeitas se encontre no local de trabalho, deve ser encaminhado, o mais rapidamente possível, para a área de Isolamento.

A Chefia presente em loja, deve registar os contactos suspeitos (não só do doente, como de todos com quem este manteve contato dentro da empresa nos 15 dias anteriores);

#### 4.4.3 Em caso confirmado de COVID-19

A empresa terá de terminar os seus serviços de imediato;

### 5. Aquisição de equipamentos e produtos

A empresa procederá à aquisição/reforço dos equipamentos e produtos considerados necessários para a higiene pessoal, limpeza e desinfeção de superfícies, material e equipamentos, em particular de acordo com a orientação número 006/2020 da DGS de 26/02/2020.

### 6. Números disponíveis para avisos urgentes:

- Departamento de Medicina no Trabalho: 212946650
- Gestor de operações: 967528904 (Ana Rita Santos)
- SNS SAUDE 24: 808 24 24 24



## **7. Informar e formar o staff**

- Reunir com toda a Equipa Operativa.
- Enviar o Plano de Contingência bem como o manual de regras e conduta a todos os elementos da empresa via email.
- Facultar informações e esclarecimento a todos os funcionários.

## **8. Anexos**

- Manual de regras e conduta laboral;