

# PLANO DE CONTINGÊNCIA – COVID-19

Câmara Municipal de  
Mogadouro

Novembro 2021



2021

*Na sequência da publicitação do Despacho n.º 2836- A/2020 de 02 de março de 2020, em alinhamento com a Orientação da DGS n.º 006/2020 atualizada a 29/04/2021, considerando a necessidade de todos os empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações da DGS.*

## 1. Documentos associados e legislação:

- Decreto regulamentar n.º 14/2012, de 26 de janeiro, aprova a orgânica da direção geral de saúde;
- Despacho n.º 2836-A/ 2020 de 2 de março de 2020, ordena os empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações emanadas pela DGS, no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19);
- Decreto-Lei n.º 78-A/2021 de 29 de setembro, altera as medidas excecionais e temporárias relativas à pandemia da doença COVID-19;
- Declaração de Retificação n.º 33/2021 – DR n.º 199/2021, serie I de 13-10-2021, retifica o D-L n.º 78- A/2021 de 29 de setembro que altera as medidas excecionais e temporárias relativas à pandemia da doença COVID-19;
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 135-A/2021, altera as medidas no âmbito da situação de alerta de 29 de setembro 2021;
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 142-A/2021, altera as medidas no âmbito da situação de alerta de 29 de outubro 2021;
- Direção-Geral da Saúde (DGS): Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 com atualização a 28-10-2021 – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- Direção-Geral da Saúde (DGS): Norma n.º 019/2020 de 26/10/2020 com atualização a 13/10/2021 – COVID-19: Estratégia Nacional de Testes para SARS-Cov-2;
- Direção-Geral da Saúde (DGS): Norma n.º 004/2020 de 23/03/2020 com atualização a 29/10/2021 – Abordagem do doente com suspeita ou confirmação de COVID-19;
- Direção-Geral da Saúde (DGS): Norma n.º 015/2020 de 24/07/2020 com atualização a 01/10/2021 – COVID-19: Rastreamento de contactos;
- Direção-Geral da Saúde (DGS): Orientação nº 011/2021 de 13/09/2021 com atualização 01/10/2021– COVID- 19: Utilização de máscaras;

- Lei n.º 81/2009 de 21 de agosto - Institui um sistema de vigilância em saúde pública, que identifica situações de risco, recolhe, atualiza, analisa e divulga os dados relativos a doenças transmissíveis e outros riscos em saúde pública, bem como prepara planos de contingência face a situações de emergência ou tão graves como de calamidade pública;
- OMS- WHO Mass gathering COVID-19 risk assessment tool – sport events- que permite avaliar os fatores de risco associados ao evento desportivo no atual contexto, disponível em:  
<https://www.who.int/publications/i/item/10665-3331857>



## 2. Introdução

A COVID- 19, ocasionou uma disrupção do trabalho e das atividades da sociedade em geral, desencadeando profundas e rápidas mudanças laborais, com sérias implicações na atividade, organização, condições de trabalho, e impôs exigentes desafios ao nível da saúde e segurança dos trabalhadores.

Os Serviços de SST, e responsáveis da Proteção Civil, das entidades públicas, devem assumir um papel relevante na elaboração e aplicação do Plano de Contingência para a COVID-19, relativamente aos edifícios do município, nomeadamente através da divulgação da informação aos trabalhadores/chefes de divisão/ encarregados e utentes, sobre esta nova ameaça, na definição de medidas de prevenção, na vigilância médica e na identificação de eventuais casos.

**ESTE PLANO APLICA-SE A TODOS OS FUNCIONÁRIOS**

**E UTENTES DO MUNICÍPIO DE MOGADOURO,**

**ASSIM, TODOS TÊM DE CUMPRIR COM O DEFINIDO**

**NESTE PLANO DE CONTIGÊNCIA.**

### 3. Enquadramento da questão

#### 3.1. Definição de Caso suspeito

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

A COVID-19 é transmitida de pessoa a pessoa e o agente causador é o coronavírus, designado SARS- COV-2:

##### a) Transmissão:

A pessoa contaminada, pode transmitir o vírus a outras pessoas desde cerca de um a dois dias antes do aparecimento dos sintomas. Contudo o período de maior contágio é durante a presença de sintomas, mesmo que estes sejam ligeiros.

Este vírus pode transmitir-se principalmente através de duas formas (vias de transmissão):

- **CONTATO DIRETO**

Através de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou absorvidas pelas mucosas da boca, nariz ou olhos de pesos que estão próximas.



- **CONTATO INDIRETO**

Através do contato das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-COV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.



O vírus pode sobreviver em superfícies durante horas ou até dias, se estas superfícies não forem limpas e desinfetadas regularmente. O tempo que o vírus persiste nas superfícies pode variar dependendo das características das mesmas e condições envolventes, como por exemplo, o material da superfície, a temperatura ou humidade do ambiente.





### 3.2. Tempo de incubação e formas de manifestação

O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

## 4. Plano de contingência

### 4.1. Identificação e avaliação dos impactos, que a infeção de trabalhadores pode causar no município

O município de Mogadouro, deve estar preparado para a possibilidade de parte dos seus trabalhadores não ir trabalhar, devido a doença, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

Neste contexto é importante avaliar:

- a) As atividades desenvolvidas pelo município, que são imprescindíveis de dar continuidade e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/suspender.

<b>Serviços imprescindíveis</b>	
<b>Balcão Único</b>	<b>Acesso ao utente</b>
<b>Tesouraria</b>	<b>Acesso ao utente</b>

- **Serviços Mínimos Garantidos**

Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento para o município e satisfazer as necessidades básicas dos funcionários.

<b>Recursos essenciais</b>	
<b>Cantina dos Serviços Sociais</b>	Fornecedores da Cantina e utentes
<b>Armazém</b>	Fornecedores do Armazém
<b>Serviços de Limpeza</b>	Fornecedores dos serviços de limpeza

b) Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são imprescindíveis para o funcionamento do município.

- **Serviços Mínimos Garantidos**

<b>Funcionários necessários a garantir</b>	
<b>Balcão Único</b>	Acesso ao utente
<b>Tesouraria</b>	Acesso ao utente

Os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infeção por SARS-CoV-2 (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público).

<b>Maior Risco de Infeção</b>	
<b>Balcão Único</b>	Funcionários do Balcão Único Utentes contaminados Utentes com elementos contaminados na família



<b>Tesouraria</b>	Funcionários da Tesouraria Utentes contaminados Utentes com elementos contaminados na família
<b>Brigadas serviços Mínimos</b>	Funcionários dos serviços mínimos Utentes contaminados Utentes com elementos contaminados na família

O município deve prever quais os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, podem recorrer a formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, pelo recurso ao trabalho por equipas alternadas/ teletrabalho e ao recurso de infraestruturas de informação e comunicação.

Na situação de suspensão ou encerramento (total ou parcial) das atividades do município, a sua retoma deve estar sujeita a rigoroso planeamento de acordo com a orientação da DGS (orientação nº 006/2020 atualizada a 29/04/2021).

Exige uma prévia avaliação das necessidades de reorganização e adaptação dos locais de trabalho antes dos trabalhadores retornarem ao posto de trabalho. A retoma deve ser realizada de forma progressiva e os trabalhadores devem ser informados sobre as alterações existentes no município e novos procedimentos. Esta informação será prestada pelo Sr. Presidente da Câmara aos chefes de divisão.

#### 4.2. Definição de responsabilidades e comunicação;

- Coordenador geral do Plano de Contingência - Isabel Rito (Técnica Superior de Segurança no Trabalho);
- Todos os Trabalhadores devem reportar aos chefes de divisão, a existência de sintomatologia compatível com COVID-19, salvo se a sua condição não permitir;
- Sempre que for reportada uma situação de trabalhador com sintomas, o chefe de divisão deve informar o Sr. Presidente da Câmara;

Nas situações em que o trabalhador/ utente com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o trabalhador que acompanha/presta assistência ao doente deve estar definido. (de acordo com a tabela intra).

Acompanhamento de utente / trabalhador com sintomas	
Balcão único	Qualquer trabalhador, com o posto de trabalho mais próximo do local onde se apresenta a pessoa com sintomas
Tesouraria	Qualquer trabalhador, com o posto de trabalho mais próximo do local onde se apresenta a pessoa com sintomas
Edifícios pertencentes ao Município	Qualquer trabalhador, com o posto de trabalho mais próximo do local onde se apresenta a pessoa com sintomas

As pessoas identificadas visualmente com sintomas de padecer de COVID-19, devem ser orientadas para se dirigir para a sala de isolamento que está definida e sinalizada em todos os edifícios pertencentes ao município.

De referir que este processo de comunicação deve ser o mais célere e expedito possível.

#### **4.3. Comunicação interna**

- **Edifícios Pertencentes ao Município**

O trabalhador entra em contacto preferencialmente telefónico com o chefe de divisão, e este indica a localização da sala de isolamento definida neste plano de contingência.

- **Identificar os profissionais de saúde e seus contactos;**

Ter disponível no edifício do município, em local acessível, os contactos úteis dos Serviços de Saúde locais.

**SNS 24**  
**808 24 24 24**

**ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA BOMBEIROS**  
**VOLUNTÁRIOS MOGADOURO**  
**279 340 020**

**CENTRO DE SAÚDE DE MOGADOURO**  
**279 340 300**

#### 4.4. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 de trabalhadores e utentes

- Estabelecer uma área ou sala de "isolamento" e sinalização;

A colocação de um trabalhador ou utente numa área de "isolamento" visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no município.

A área de "isolamento" no município, tem como finalidade evitar ou restringir o contato direto dos trabalhadores ou utentes com o trabalhador ou utente doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, critérios referidos no ponto 3) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores e utentes.

A área de "isolamento" deve ter ventilação natural, possuir revestimentos lisos e laváveis. Esta área está equipada com: telemóvel; cadeira (para descanso e conforto do trabalhador ou utente, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos; solução antisséptica de base alcoólica; toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro.

Na proximidade, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do trabalhador/ utente com sintomas/caso suspeito.

No caso do trabalhador/ utente apresentar sinais clínicos de instabilidade, o mesmo deve ficar acompanhado no isolamento por uma pessoa responsável e com Equipamento de Proteção Individual, nomeadamente luvas descartáveis e máscara de proteção.

Todos os funcionários do município devem conhecer a localização da sala de isolamento, de cada edifício a que estão afetos.

<b>Edifícios Pertencentes ao Município</b>	<b>Sala de Isolamento</b>
Edifício Paços do Concelho	Junto ao Salão Nobre / WC Anexas
Casa da Cultura	Sala de Exposições
Estádio Municipal / Ginásio	Sala de Árbitros
Parque de Campismo	Sala de Espera
Armazém	Instalações Sanitárias
Casa das Artes / Turismo	Sala das Pinturas
Espaço Mais	Sala 1.º Andar
Cantina – Serviços Sociais	Sala 1.º Andar
Biblioteca	Auditório -1
Casa das Associações	1.º Andar – Sala de Reuniões
Centro de Interpretação	Laboratório de Micologia
Residência de Estudantes	Quarto 110

Na deslocação do trabalhador/ utente com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores /utentes nas instalações

As salas de isolamento estão sinalizadas com a sinalização indicada em baixo.

**PROIBIDO USAR ESTAS  
INSTALAÇÕES**

**SALA DE  
ISOLAMENTO**

**RISCO  
BIOLÓGICO**





#### **4.5. Procedimento Perante um Trabalhador com Suspeita de Infecção por SARS-CoV-2;**

De acordo com a orientação número 004/2020 com a atualização a 29/10/2021, é considerado caso suspeito de infecção por SARS-CoV-2 as pessoas que apresentem independentemente do estado vacinal contra a COVID-19:

Quadro de infecção respiratória aguda com, pelo menos, um dos seguintes sintomas:

- i - Tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual;
- ii- Febre (temperatura igual ou superior a 38,0C°) sem outra causa atribuída
- iii- Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.

Perda completa de olfato, falta completa de paladar, distorção persistente do paladar de início súbito.

Os trabalhadores com suspeita de infecção por SARS-CoV-2, contactam o centro de Contato SNS24 (808 24 24 24), e aguardam e respeitam todas as orientações que lhe indicarem.

A avaliação pelo SNS24, permite o encaminhamento dos doentes com suspeita de COVID-19 para:

- Vigilância clínica e isolamento domiciliário;
- Avaliação Clínica em áreas dedicadas a doentes com infecção respiratória aguda nos cuidados de saúde primários, na comunidade (ADR-C)
- Avaliação Clínica em áreas dedicadas a doentes com infecção respiratória aguda nos serviços de urgência dos hospitais (ADR-SU);
- Intervenção da emergência médica pré-hospitalar, através do centro de orientação de doentes urgente (CODU) do INEM.

Todos os doentes com suspeita de infecção por SARS-Cov-2, são notificados na plataforma SINAVEmed.

Todos os doentes com suspeita de infecção por SARS-CoV-2 são submetidos a teste laboratorial para SARS-CoV-2, nos termos da Norma 019/2020 da DGS com atualização a 13-10-2021.

- Os resultados dos testes laboratoriais são disponibilizados ao

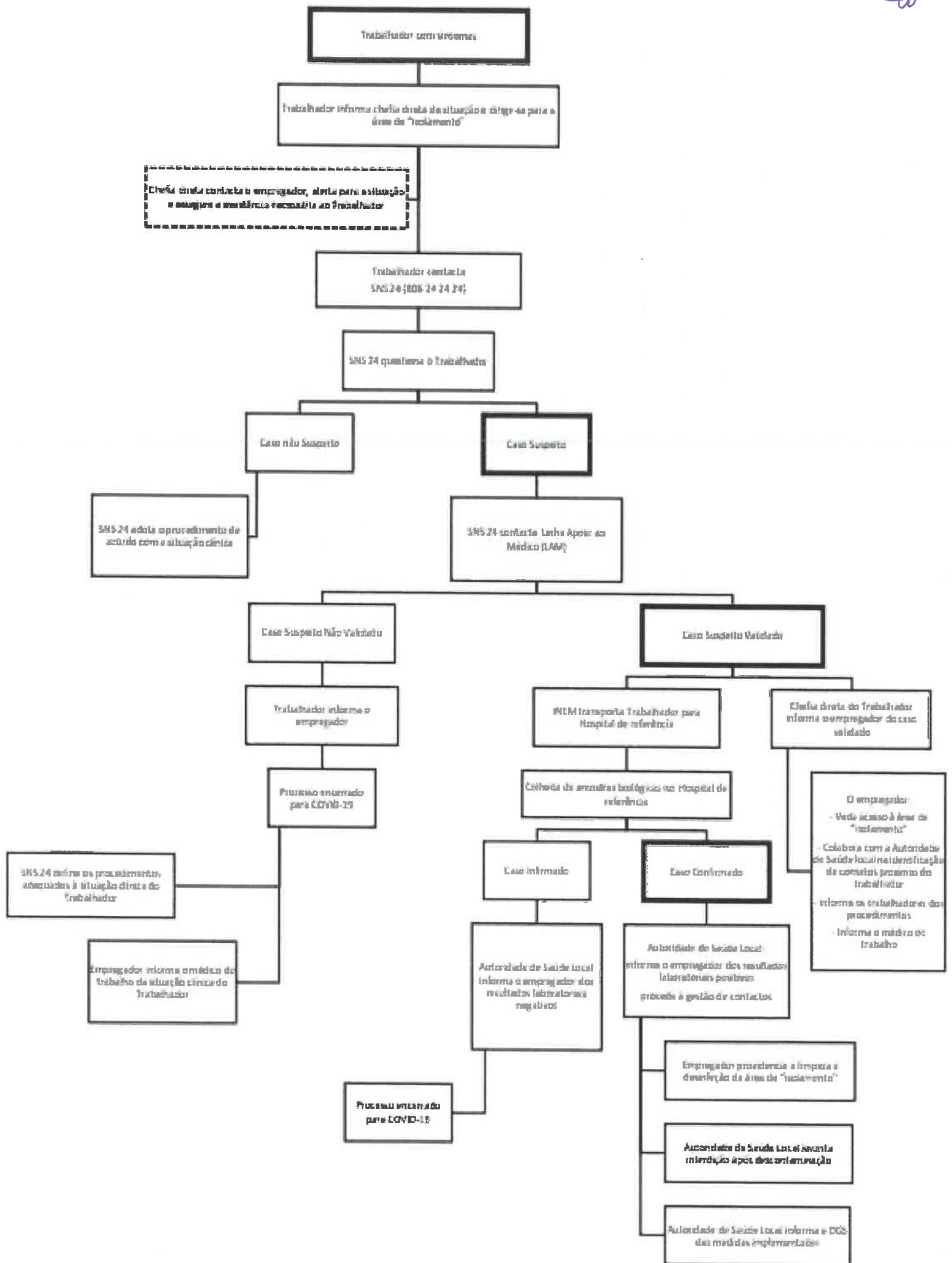


doente e registados na plataforma SINAVElab e no Registo de Saúde Eletrónico (RSE) pelo laboratório, no prazo máximo de 12 horas após a sua realização, com indicação do n.º de utente SNS, nome e data de nascimento, dados geográficos da morada onde cumpre isolamento (freguesia e código postal), e de forma a não serem ultrapassadas 24 horas desde a requisição do teste laboratorial e a obtenção do seu resultado.

- A investigação epidemiológica e implementação de medidas de controle são iniciadas a todos os doentes com infeção confirmada por SARS-CoV-2, nas primeiras 24 horas após o resultado do teste laboratorial ser registado na plataforma SINAVE, nos termos da Norma 015/2020 da DGS atualizada a 01/10/2021.



# Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa





Após a avaliação, o SNS 24, informa o trabalhador:

- Se não se tratar de caso possível de Covid-19: o SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa a chefia sobre a não suspeição de Covid-19 e é cessada a ativação da fase 1 do plano de contingência;
- Caso se trate de caso possível de Covid-19: o SNS 24 presta informações quanto ao encaminhamento que o trabalhador deve seguir. O trabalhador informa a chefia/ empregador de que foi considerado caso possível, com exceção das situações em que o estado de saúde não permita. Ao regressar ao trabalho para o domicílio não deve utilizar transportes públicos.
- Quando se confirma a suspeição de Covid-19 pelo SNS 24 é acionada a fase 2 "Caso suspeito" do Plano de Contingência para a Covid-19 descrito no Fluxograma;
- O caso possível, é submetido a teste laboratorial para SARS-Cov-2 nos termos da Norma n.º 004/2020 da DGS, na sua versão atual, e da circular informativa DGS/INFARMED/INSA n.º 003/CD/100.20.200;

Na existência de Caso possível ou de caso provável, o coordenador do plano de contingência:

- Interdita e restringe o acesso de outros trabalhadores à área de isolamento até ser devidamente limpa e desinfetada;
- Comunica aos trabalhadores a ativação da Fase 2 "Caso Suspeito" do Plano de Contingência para a COVID-19;
- Confirma a efetiva implementação das medidas de prevenção definidas neste plano de contingência, elaborado de acordo com as orientações da DGS.

#### **4.6. Procedimento perante um caso confirmado;**

O trabalhador com resultado **de teste laboratorial positivo para SARS-CoV-2 (caso confirmado)** fica em isolamento, sendo determinado pela Autoridade de Saúde o confinamento obrigatório, de acordo com a legislação em vigor.

O término do isolamento do caso confirmado e o seu regresso ao trabalho só se concretizam após o cumprimento dos critérios estabelecidos na Norma n.º004/2020 da DGS.

É acionada a Fase 3 "Caso Confirmado" do Plano de Contingência do município de acordo com o fluxograma, se o caso confirmado (trabalhador) tenha estado, no período de transmissibilidade, no município ou em contato com trabalhadores do município.

O Município deve:

- Reforçar a limpeza e desinfeção das instalações em geral da empresa, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas, pelo caso confirmado. Deve ser dada especial atenção á limpeza e desinfeção do posto de trabalho do caso confirmado e aos espaços comuns, tais como instalações sanitárias, vestiários utilizados por este;
- Informar sobre o caso confirmado, o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;
- Realizar uma reavaliação do risco de contágio, verificar as medidas implementadas e se necessário fazer alterações de acordo com a Autoridade de Saúde Local;
- Comunicar aos trabalhadores a ativação da Fase 3 "Caso Confirmado" do Plano de Contingência para a COVID-19;
- Garantir o município em articulação com a autoridade de saúde local, identificam os contatos do caso confirmado de Covid-19;
- Sempre que os sintomas compatíveis com Covid-19 se manifestem quando o trabalhador não esteja nas instalações do município, este deve contactar, o SNS 24 e na situação de caso confirmado, a Autoridade de Saúde territorialmente competente procede à investigação epidemiológica nos termos da Norma n.º 015/2020 da DGS.

O fim de isolamento é determinado apenas no momento em que se comprova o cumprimento cumulativo dos seguintes critérios:

- Critérios de melhoria clínica:
  - Sem febre (sem utilização de antipiréticos durante 3 dias consecutivos, e;
  - Melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos;
  - Tempo mínimo preconizado para isolamento:
  - Contato desde o dia de início dos sintomas, nas pessoas sintomáticas;
  - Contato desde a data de realização do teste laboratorial que

confirmou o diagnóstico nas pessoas assintomáticas durante o curso da doença, bem como nos doentes com incapacidade de datação do dia de início dos sintomas.

- Tempo mínimo preconizado para isolamento é de:
  - 10 dias nas pessoas assintomáticas;
  - 10 dias nas pessoas que desenvolvem doença ligeira ou moderada;
  - 20 dias nas pessoas que desenvolvem doença grave;
  - 20 dias nas pessoas com imunodepressão, independentemente da gravidade da evolução clínica.

Todas as pessoas que recuperaram de COVID-19 e que cumpriram os critérios de fim de isolamento, determinados na norma n.º 004/2020 atualizada a 29/10/2021, devem manter o cumprimento das medidas de prevenção e controlo de infeção, de acordo com as normas da DGS.

#### **4.7. Procedimento para deteção ativa e precoce de casos de infeção por Sars-CoV 2 nas empresas;**

##### **a) Identificação de potenciais contactos**

Segundo a Norma n.º 15/2020 da DGS, considera-se "Contacto" o trabalhador que esteve exposto, no local de trabalho, a um caso confirmado de infeção por Sars-CoV 2/ COVID-19 dentro do período de transmissibilidade ou a material biológico infetado;

Não se considera contacto:

- O trabalhador que tenha tido um diagnóstico, confirmado laboratorialmente, de infeção pelo COVID-19, nos últimos 90 dias;
- O trabalhador que se encontre em teletrabalho ou tenha estado ausente ao trabalho (ex: férias) no período de transmissibilidade em caus, desde que este não tenha contactado presencialmente com outros trabalhadores e/ou não tenha utilizado as instalações da empresa;

A autoridade de Saúde é responsável pelo rastreio de contactos (internos ao município e externos ao município), no âmbito do processo de investigação epidemiológica, e procede à classificação do risco de exposição de todos os contactos;

A Autoridade de Saúde determina a vigilância e as medidas necessárias de acordo com a classificação do risco de exposição, de acordo com a Norma n.º 15/2020 da DGS;

- Ao contato classificado de "alto risco" é determinado o isolamento profilático, ficando o trabalhador em confinamento obrigatório. É emitida uma "Declaração de Isolamento Profilático - DIP", cumprindo com a legislação em vigor, que a seguir o trabalhador deve remeter ao município. O trabalhador só pode iniciar o trabalho no dia seguinte à data de fim do Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho (CIT);
- Ao contato de classificado de "baixo risco" está sujeito a vigilância passiva durante 14 dias desde a data da última exposição, podendo manter a sua atividade laboral.

Sempre que, um trabalhador é classificado como um contacto de baixo risco e apresente sintomas sugestivos de COVID-19, deve seguir o procedimento de caso possível, definido neste plano de contingência;

Todos os contactos de um caso confirmado realizam testes moleculares laboratoriais para SARS- CoV-2, definido na Norma n.º 015/2020 da DGS, na sua versão atual;

Todos os trabalhadores identificados como contactos (alto e/ou baixo risco) devem realizar teste laboratorial para SARS-CoV-2, nos termos da Norma n.º 015/2020 e n.º 019/2020 da DGS, nas suas versões atuais;

É cessada a ativação da Fase 3 do Plano de Contingência para COVID-19 quando termina o período de vigilância de contactos determinados pela Autoridade de Saúde e nenhum trabalhador apresenta sintomas compatíveis com o COVID-19.

#### **4.8. Procedimentos implementados nos edifícios afetos ao município:**

- Informação em forma de folheto/ cartaz para a sensibilização, para a higienização das mãos (ex. 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);
- Informação em forma de folheto/ cartaz sobre procedimentos de etiqueta respiratória (ex. 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);
- Informação em forma de folheto/ cartaz sobre colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara); Informação sobre procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contato entre os trabalhadores e entre estes e a população em geral; evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).
- Medição de temperatura à entrada dos edifícios;
- A equipa responsável pelas limpezas diárias dos edifícios, deverão ter em atenção a desinfeção mais cuidada e em maior número diário, das zonas de maior possível contato (puxadores, corrimões e interruptores);
- Quando o trabalhador, tiver que abastecer a viatura de gasóleo/gasolina pegue no manipulo, com uma toalha de papel ou

- use uma luva descartável e desinfete as mãos;
- Nas entradas do acesso ao público, estão colocados dispositivos de soluções desinfetantes, onde um funcionário solicita a qualquer utente que aceda ao edifício a desinfecção das mãos;
  - No edifício do Paços do Concelho, foi montado um pórtico de desinfecção, onde todos os trabalhadores e utentes são obrigados a passar para aceder ao edifício, onde é efetuada desinfecção global e desinfecção das mãos, para esclarecimentos e controle de acessos está uma trabalhadora do município permanentemente, durante o horário de acesso ao público;
  - Foram definidas equipas de desinfecção, distribuídas nos edifícios para efetuarem desinfecções em contínuo;
  - Nos espaços de trabalho onde os funcionários tenham que partilhar os equipamentos, devem fazer uma higienização mais frequente das mãos;
  - Distribuição de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) colocadas em sítios estratégicos (ex. cantina dos serviços sociais, entradas, área de "isolamento" do município), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
  - Máscaras cirúrgicas para utilização do trabalhador com sintomas (caso suspeito) e luvas;
  - Máscaras cirúrgicas, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
  - Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais, onde seja possível a higienização das mãos;
  - Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico;
  - São adquiridos os produtos de higiene e limpeza, de acordo com o plano de higienização e limpeza, relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseados (ex. corrimãos, maçanetas de portas).
  - A limpeza e desinfecção das superfícies devem ser realizadas com detergente desengordurante, seguido de desinfetante; Todos os trabalhadores foram informados das regras de desinfecção e limpeza, e foram registadas em documento próprio;
  - Foi divulgado o Plano de Contingência a todos os trabalhadores/ utentes na página do município, e via-email para todos os trabalhadores;
  - 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;

- Cada trabalhador do município deve atuar como um influenciador social, disseminando as boas práticas e o conhecimento sobre os corretos procedimentos a adotar;
- O coordenador geral do plano de contingência, frequentou online a formação "Clean & Safe 2021" realizada pelo Turismo de Portugal;
- Todos os trabalhadores, que estão afetos aos edifícios pertencentes ao município (casa das artes e ofícios, casa da cultura, turismo, biblioteca, museu, centro de interpretação do mundo rural) estão informados sobre os procedimentos a realizar, aquando da entrada de visitantes nas suas instalações, de forma a prevenir o risco de contágio COVID-19;
- Deve ser divulgada a informação sobre a aplicação governamental de contact tracing- StayAway COVID;
- Reforço quando necessário, do canal de comunicação com o serviço de Medicina no Trabalho do município;
- Todos os trabalhadores devem ter uma atitude proactiva da saúde, na monitorização do seu estado de saúde;
- É disponibilizado em todos os edifícios afetos ao município, de acordo com a necessidade do equipamento de proteção individual necessário;
- Diminuição da frequência e do modo de contato entre os trabalhadores, quando possível do ponto de vista operacional e de acordo com os serviços;
- Promoção de frequente e adequada higienização das mãos, etiqueta respiratória e conduta social, através da colocação de cartazes da DGS;
- Foram colocadas barreiras em acrílico, nas zonas de atendimento ao público;
- Evitar que as pessoas tenham de subir o seu tom de voz para serem perceptíveis ou realizem movimentos de aproximação interpessoal, para uma conversa audível;
- Deve ser privilegiada a ventilação dos edifícios, através da abertura de janelas e portas, procedendo a uma renovação do ar em todos os espaços, com particular atenção aos de maior ocupação;
- Realização de ações proactivas de revisão e manutenção, limpeza completa e desinfeção de todo o sistema de ventilação e ar condicionado (Avac), quando aplicável e de acordo com o plano de revisão ou manutenção das instalações;
- Todas as portas não automáticas, deverão ser deixadas abertas,



- para evitar o contato de várias pessoas nas maçanetas da porta;
- Na entrada de alguns edifícios afetos ao edifício, foram colocados tapetes de desinfecção que contribuem para a desinfecção dos espaços interiores;
  - Os visitantes são sensibilizados para evitarem o toque, nalguns equipamentos com a colocação de sinalização "Não Tocar";

#### **4.9. PROTOCOLO DE HIGIENIZAÇÃO DE ACORDO COM A ORIENTAÇÃO N.º 014/2020, COM ATUALIZAÇÃO A 28-10-21 DA DGS**

- Sendo o município um local, onde estão expostas diariamente de forma continuada os utilizadores / trabalhadores, poder-se-á contribuir para a transmissão quer direta quer indireta do vírus. O vírus permanece em superfícies durante um período temporal que pode ir de algumas horas a 6 dias, e a limpeza e desinfeção frequente dos espaços diminui consideravelmente esse período;
- Assim, devem ser tomadas medidas adicionais de cuidados na limpeza e desinfeção de superfícies, de modo a prevenir a disseminação da COVID-19, de acordo com a Orientação n.º 014/2020 de 21 março, relativa à “Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares”, com atualização a 28-10-21 da DGS;
- Todas as superfícies podem ser veículos de contágio, mas o risco deste contágio varia consoante a frequência de manipulação, de toque ou de utilização. As superfícies com maior risco de transmissão são as de toque frequente, ou seja, as superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas, e com muita frequência ao longo do dia. São exemplos destas superfícies: maçanetas de portas, interruptores de luz, teclados de computadores principalmente quando usados por várias pessoas, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos, mesas, cadeiras, corrimãos, instalações sanitárias, entre outros;
- Estão definidos, plano de limpeza e higienização das instalações sanitárias e zonas de contato frequente, onde serão alvo de registo em documento próprio com a identificação dos colaboradores responsáveis pelo serviço de limpeza e a frequência com que é realizada. Nesta fase de prevenção de mitigação do risco COVID-19, a frequência de limpeza deve ser aumentada não bastando cumprir os horários habituais de limpeza estipulados anteriormente;
- Os profissionais de limpeza devem conhecer bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu

manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante os procedimentos de limpeza dos espaços e como garantir uma boa ventilação dos mesmos durante a limpeza e desinfeção;

- A limpeza deve ser sempre húmida - não usar aspiradores a seco em zonas públicas, salvo se forem aspiradores com tanque de água que recolhe a sujidade na água; este depósito deve ser despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar;
- Todos os profissionais no seu local de trabalho, devem preocupar-se em manter a limpeza de rotina das superfícies, sobretudo aquelas onde tocam frequentemente;
- De modo a diminuir a quantidade de germes e o risco de infeção, as superfícies devem ser lavadas com produto detergente/ sabão adequado antes de as desinfetar e seguindo as instruções do rótulo e das fichas de dados de segurança de cada produto;
- A limpeza deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas, utilizando materiais de limpeza de uso exclusivo;
- Recomenda-se que a entidade adquirente de produtos desinfetantes de mãos e superfícies solicite à entidade que os disponibiliza a apresentação do comprovativo da notificação ou autorização de cada produto biocida à respetiva autoridade competente nacional, em função das áreas a desinfetar;

a) Limpeza e Higienização da Sala de Isolamento onde esteve uma pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19:

- Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente sair da área de isolamento/quarentena e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança;

- Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 49 partes iguais de água; (imagem

em cima- anexo 1)

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
- Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
- Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos - ler as instruções do fabricante/fornecedor. Esta etapa é fundamental;
- De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- Deixar secar ao ar

b) Limpeza e desinfecção de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos:

- Na limpeza e desinfecção das superfícies de áreas que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vômito, urina, fezes), deve seguir as seguintes indicações:
  - Utilizar luvas resistentes, avental impermeável, óculos de proteção e máscara, absorver o mais possível o derrame com papel absorvente para não espalhar os líquidos;
  - Aplicar de seguida a solução de lixívia na diluição de 1 parte de lixívia em 9 partes iguais de água;
  - Deixar atuar durante pelo menos 10 minutos;
  - Tapar a zona afetada com toalhetes para que as pessoas não pisem e colocar o dispositivo de alerta para zona em limpeza de manutenção;
  - Lavar a área suja com água e detergente comum;
  - Enxaguar só com água e deixar secar ao ar.

c) Utilizar corretamente uma máscara, durante todo o período de trabalho num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção;

- d) Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de utilização. O uso de máscara não substitui outras medidas de prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas;
- e) Sempre que seja indicada a utilização de máscaras cirúrgicas, de acordo com o anexo 3 da Norma 007/2020 da DGS, o seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos:
- Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
  - Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
  - Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
  - Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
  - A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida;
  - Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;
  - A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
  - A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;

- Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

Este Plano de Contingência foi atualizado de acordo com a legislação em vigor e datado e assinado pelo Exmo. Sr. Presidente da Câmara de Mogadouro.

Mogadouro, 15 de novembro 2021



(António Joaquim Pimentel)

Presidente da Câmara Municipal de Mogadouro



**COVID-19**

# MESMO APÓS ESTAR VACINADO MANTENHA OS CUIDADOS

## HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool.



## ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço, mesmo se tiver máscara.



## USO DE MÁSCARA

Use a máscara:

- em espaços fechados
- em locais abertos quando não for possível manter a distância de segurança.



## SE TIVER SINTOMAS

Não vá trabalhar.  
Caso o seu filho tenha sintomas, não o leve à escola.  
Evite sair à rua se estiver doente.



## DISTANCIAMENTO FÍSICO

Mantenha a distância de 1,5 a 2 metros das outras pessoas.



## REDUÇÃO DE CONTACTOS

Sempre que possível, limite o número de contactos físicos com outras pessoas.



## VENTILAÇÃO DOS ESPAÇOS

Mantenha os espaços bem arejados.  
Opte por ventilação natural.



## LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES

Limpe e desinfete as superfícies com frequência.







Zonas a Higienizar	Nº de Higienizações	Dias do Mês																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
WC Masculino	1ª																																
	2ª																																
	3ª																																
WC Feminino	1ª																																
	2ª																																
	3ª																																

Exemplo: Higienização foi efectuada pela operadora Maria - coloca-se M

Operadores: \_\_\_\_\_





