



**MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ**  
CÂMARA MUNICIPAL

## **CORONAVÍRUS**



## **- PLANO DE CONTINGÊNCIA -**

**Registo Cronológicos:**

| <b>VERSÃO</b> | <b>DATA</b> | <b>NOTA</b>        |
|---------------|-------------|--------------------|
| 0             | 06-03-2020  | Aprovação do Plano |
|               |             |                    |
|               |             |                    |
|               |             |                    |
|               |             |                    |
|               |             |                    |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

#### ÍNDICE

|                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1 – INTRODUÇÃO .....                                                                          | 3  |
| 2 – OBJETIVOS .....                                                                           | 4  |
| 3 – ÂMBITO DE APLICAÇÃO .....                                                                 | 5  |
| 4 – OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA .....                                          | 6  |
| 4.1 – Grupo Coordenador do Plano (GCP).....                                                   | 6  |
| 4.2 – Competências.....                                                                       | 6  |
| 4.3 – Ativação do Plano .....                                                                 | 7  |
| 4.4 – Desativação do Plano .....                                                              | 7  |
| 4.5 – Fases do Plano .....                                                                    | 7  |
| 5 – PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DAS FASES DO PLANO .....                               | 11 |
| 5.1 – Medidas de Âmbito Específico e/ou restritivo .....                                      | 14 |
| 6- REFORÇO DE MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO .....                                           | 15 |
| 6.1 – Medidas de Prevenção e Proteção.....                                                    | 15 |
| 6.2 – Higienização e Desinfecção das Instalações.....                                         | 22 |
| 7 – COMUNICAÇÃO INTERNA .....                                                                 | 24 |
| 7.1 – Destinatários.....                                                                      | 24 |
| 7.2 – Meios de Comunicação .....                                                              | 24 |
| 8 – ATRIBUIÇÃO DE COMPETÊNCIAS .....                                                          | 26 |
| 8.1. Impossibilidade de comparência ao trabalho por motivo de isolamento<br>profilático ..... | 28 |
| 9 – REFERÊNCIAS.....                                                                          | 30 |



## **1 – INTRODUÇÃO**

Este Plano de Contingência para o COVID-19 do Município da Figueira da Foz, doravante tratado por Plano, descreve as orientações estratégicas para a implementação na estrutura interna do Município. Os organismos internacionais e as autoridades nacionais de saúde vêm alertando a sociedade para a ameaça de uma pandemia, recomendando a elaboração de planos de contingência que contemplem a redução do risco para a saúde dos trabalhadores e a continuidade das atividades essenciais, de forma a minimizar o impacto de qualquer interrupção e assegurar o funcionamento da sociedade. Uma das consequências da pandemia, é o elevado nível de ausências ao trabalho que provocará a consequente perturbação no normal desenvolvimento das atividades.

Perante o quadro e cenários que se afiguram, a resposta a esta ameaça passa pela definição dum Plano de Contingência orientador da atuação a seguir pela Câmara Municipal da Figueira da Foz.

Os Coronavírus (CoV) pertencem a uma larga família de vírus que provocam doença que pode variar entre uma simples constipação até doenças mais agudas como o Síndrome Respiratório do Médio Oriente. O novo Coronavírus (nCoV) é uma nova estirpe que não foi identificada anteriormente em humanos.

Os sinais mais comuns de infeção incluem sintomas respiratórios, febre, tosse e dificuldades respiratórias. Em casos mais graves, a infeção pode causar pneumonia, síndrome respiratória aguda grave, insuficiência renal e até a morte.

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 aéreas e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies / objetos contaminados).

## **2 – OBJETIVOS**

O presente Plano pretende antecipar e gerir o impacto de vírus associado ao COVID-19, numa eventual situação de contágio, que interfira na atividade do Município, com o objetivo estratégico de garantir, mesmo no pior cenário possível, a continuidade do funcionamento dos vários serviços. Para tal, assumem-se os seguintes objetivos operacionais:

- a) Definir a resposta nas diferentes fases do plano, com o objetivo de manter os serviços essenciais em funcionamento;
- b) Definir a estrutura de decisão, coordenação e monitorização no Município, assegurando-se o funcionamento dos serviços mínimos essenciais;
- c) Definir a coordenação com as organizações e entidades externas;
- d) Assegurar os serviços mínimos decorrentes da missão do Município;
- e) Reduzir o risco de contaminação nos locais de trabalho;
- f) Conhecer o impacto da eventual pandemia sobre os trabalhadores;
- g) Preparar a resposta nas diferentes fases do plano, para diminuir as condições de propagação do vírus;
- h) Preparar procedimentos que permitam proteger a saúde de todos os trabalhadores;
- i) Garantir a correta e adequada informação, quer ao nível interno, quer externo;
- j) Preparar o restabelecimento da normalidade da situação tão rápido quanto possível.

Este Plano não prevê ações de tratamento médico no Município, das pessoas que venham a ficar infetadas com o vírus. Nesta situação os trabalhadores



## **MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ**

### **PLANO DE CONTINGÊNCIA** COVID-19

---

deverão recorrer às entidades de prestação de cuidados de saúde que regularmente utilizam, dando prioridade ao contacto com a linha SNS 24 (808 24 24 24), cumprindo as recomendações formuladas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e cooperando sempre com as autoridades de saúde.

### **3 – ÂMBITO DE APLICAÇÃO**

O Plano estabelece e documenta os procedimentos de decisão e coordenação das ações ao nível do Município e o processo de comunicação, interno e externo (agentes de proteção civil, fornecedores, prestadores de serviços, etc.).

O Plano de Contingência é aprovado pelo Presidente da Câmara, por motivos de urgência e remetido à Câmara Municipal para ratificação.



## **4 – OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA**

### **4.1 – GRUPO COORDENADOR DO PLANO (GCP)**

São membros permanentes do GCP:

|                                                              |                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Coordenador do Plano</b>                                  | Presidente da Câmara                                                                                                 |
| <b>Adjuntos do Coordenador do Plano</b>                      | Vereadores                                                                                                           |
| <b>Diretores de Departamento</b><br><b>Chefes de Divisão</b> | 2 Diretores de Departamento<br>8 Chefes de Divisão                                                                   |
| <b>Grupo de Acompanhamento</b>                               | Comandante dos Bombeiros<br>Sapadores, Técnica Superior de<br>Higiene e Segurança no Trabalho e<br>Chefe de Gabinete |
| <b>Autoridade de Saúde</b>                                   | Delegado Saúde da Figueira da Foz                                                                                    |

### **4.2 – COMPETÊNCIAS**

Compete ao GCP:

- Definir a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- Coordenar a atuação global;
- Avaliar a evolução da situação, propor a ativação das diferentes fases do Plano e definir a duração temporal das mesmas, tendo como base as orientações da DGS e do Delegado de Saúde;
- Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano;
- Informar/notificar o Delegado de Saúde;
- Obter e consolidar informação atualizada;
- Designar os interlocutores de cada unidade orgânica e ações a implementar;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa.



#### **4.3 – ATIVAÇÃO DO PLANO**

A ativação das diferentes fases do Plano é determinada pelo Presidente da Câmara, mediante parecer do GCP.

O GCP deverá ter especial atenção às seguintes situações:

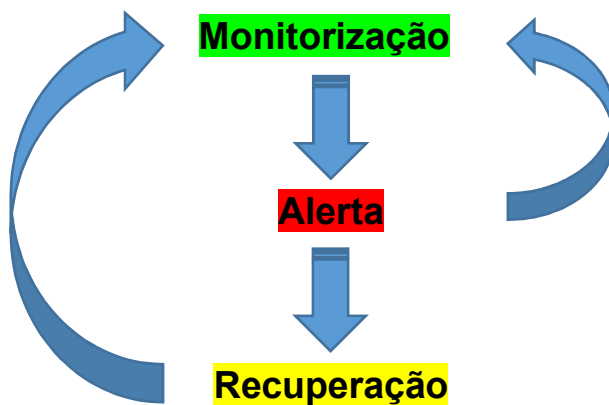
- a) O nível de alerta Pandémico definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e correspondente recomendação de implementação pelo MS/DGS/Delegado de Saúde;
- b) Se verifique um ambiente de transmissão secundária generalizada e sem controlo a nível nacional;
- c) Se confirme o primeiro caso de COVID-19 na estrutura do Município.

#### **4.4 – DESATIVAÇÃO DO PLANO**

O Plano é desativado por determinação do Presidente da Câmara mediante parecer do GCP com base nas orientações da DGS.

#### **4.5 – FASES DO PLANO**

O Plano do Município é constituído por 3 fases distintas:





### **Fase de Monitorização**

Nesta fase ainda não há registo de trabalhadores do Município com COVID-19.

São implementadas ações para que todos os trabalhadores tomem conhecimento do Plano de Contingência. O GCP:

1. Articula-se com a DGS/Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação;
2. Divulga o Plano a toda a estrutura do Município, prestadores de serviços, fornecedores e munícipes, certificando-se que todos tomaram conhecimento;
3. Regista os casos de trabalhadores que se deslocam ao estrangeiro a título particular e em serviço, sendo que, relativamente a este último caso, só deverão acontecer em caso de extrema necessidade;
4. Dá conhecimento dos principais procedimentos a ter nas diferentes fases do Plano;
5. Valida as atividades prioritárias face ao evoluir da situação, identificando as tarefas que podem ser temporariamente suspensas;
6. Identifica a lista dos trabalhadores cuja interrupção da respetiva atividade, poderá originar uma importante perda da operacionalidade do Município;
7. Define o plano de distribuição de equipamentos para assegurar o teletrabalho;
8. Define o plano para eventual distribuição de equipamentos de proteção individual (EPI);
9. Divulga informação sobre medidas de autoproteção, higiene, etiqueta respiratória e comportamental no sentido de evitar os contágios;
10. Identifica as possíveis “áreas de isolamento”, em cada uma das instalações do Município. Esta área será sempre uma área transitória;
11. Identifica possíveis situações de usufruto da tipologia de horário em teletrabalho ou por turnos.





## **Fase de Alerta**

Quando se regista o primeiro caso suspeito de COVID-19 no Município é imediatamente acionada a fase de alerta. Esta medida terá aplicação de carácter desconcentrado.

Nesta fase o GCP:

1. É responsável pelo registo do número de casos suspeitos assinalados no Município e articula-se com a DGS/Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação;
2. Procede à implementação do horário de trabalho, se possível, em períodos desfasados para evitar contágio entre os trabalhadores (por exemplo: turno da manhã, turno da tarde);
3. Procede à distribuição de equipamento aos trabalhadores para assegurar o teletrabalho;
4. Implementa medidas de limpeza reforçadas e define horários e tipologia da limpeza das instalações;
5. Procede à difusão de informação pertinente junto dos seus trabalhadores;
6. Acompanha a evolução da situação clínica dos trabalhadores doentes;
7. Acompanha a situação de saúde dos trabalhadores que, tendo tido contacto conhecido com o vírus, ainda não apresentam sintomas de infeção.

### Medidas preventivas especiais:

- a. As reuniões do Município podem vir a ser realizados via audioconferência ou videoconferência. Caso não seja possível, dar primazia à comunicação via telefónica ou correio eletrónico;
- b. Viagens de serviço canceladas;
- c. Participações em grupos de trabalho e comissões canceladas;
- d. Redução de munícipes às nossas instalações ao estritamente necessário;
- e. Cancelados eventos e visitas ao Município;



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

- f. Cancelamento das atividades Sociais, Culturais, Desportivas, ou outras, promovidas pelo Município ou realizadas nas instalações do Município;
- g. Aumento do teletrabalho, reduzir a presença de trabalhadores nas instalações. Todos os trabalhadores no Município a quem estejam atribuídos computadores portáteis e que possuam condições para ligação a partir da sua residência, deverão privilegiar este modo de trabalho;
- h. Todos os encontros, seminários, cursos deverão ser adiados para o período após fase de recuperação;
- i. Recomendar a todos os trabalhadores que reduzam ao mínimo a permanência em locais públicos muito frequentados.

### **Fase de Recuperação**

A Fase da Recuperação caracteriza-se pelo fim do aparecimento de novos casos e a recuperação dos indivíduos doentes, os quais iniciam o regresso gradual às atividades profissionais.

Nesta fase o GCP mantém registo do número de casos registados no Município e articula-se com a DGS/ Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação. Nesta fase implementam-se as seguintes medidas:

1. Regresso aos locais de trabalho em articulação com as orientações da DGS/Delegado de Saúde;
2. Redimensiona-se o plano de limpeza às instalações;
3. Reavalia-se os procedimentos implementados nas fases anteriores.



## 5 – PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DAS FASES DO PLANO

| Fases         | Procedimentos a Adotar                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Monitorização | Todos os trabalhadores devem conhecer as manifestações da doença, bem como as suas formas de transmissão                                                                      |                                                                                                                                                                                                                       |
|               | Os responsáveis de cada Unidade Orgânica, devem preparar uma lista de todos os contactos em situação de emergência (responsáveis, técnicos...)                                |                                                                                                                                                                                                                       |
|               | Trabalhadores que não estão infetados, não têm familiares infetados e não têm conhecimento que tenham estado em contacto com o vírus                                          | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Podem deslocar-se às instalações do Município;</li><li>▪ Devem tomar precauções e adotar comportamentos recomendados em matéria autoproteção.</li></ul>                       |
|               | Trabalhadores do município que por qualquer motivo tenham efetuado deslocações a áreas com transmissão comunitária ativa <sup>1</sup> do COVID-19                             | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Comunicar ao Chefe de Divisão essas deslocações para efeitos de acompanhamento;</li><li>▪ Promover a quarentena voluntária no domicílio e a adoção de teletrabalho.</li></ul> |
|               | Cadeia de Substituição                                                                                                                                                        | Cada Chefe de Divisão deve indicar ao GCP um elemento que o possa substituir na sua ausência.                                                                                                                         |
|               | Cada Unidade Orgânica, de modo a garantir a continuidade do exercício das suas competências, deverá elaborar uma listagem das atividades críticas, quais os trabalhadores que |                                                                                                                                                                                                                       |

<sup>1</sup> Ver orientações emitidas pela DGS em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>as executam, quais os eventuais substitutos (total ou parcialmente), quais as necessidades de formação adicional para que os substitutos possam garantir a continuidade e a integridade das atividades.</p> <p>Estas listagens deverão ser, permanentemente, atualizadas, sendo essa atualização da inteira responsabilidade de cada Chefia.</p> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Fases         | Procedimentos a Adotar                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Alerta</b> | Trabalhadores do Município que não estão infetados, mas têm um ou mais familiares infetados ou estiveram em contacto com o vírus                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Não podem deslocar-se para as instalações onde desempenham a sua atividade;</li><li>▪ Se a sua atividade for imprescindível poderá providenciar-se o recurso a infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação, de modo a que a prestação de serviço seja feita a partir de casa.</li></ul> |
|               | Perante uma suspeita ou um caso confirmado de doença num trabalhador, devem adotar-se medidas a decidir caso a caso, tendo por base a identificação do risco, em estreita articulação com a DGS/Delegado de Saúde. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|               | Trabalhadores do Município infetados                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Não podem deslocar-se para as instalações onde desempenham a sua atividade;</li><li>▪ Devem adotar medidas de proteção individual, e</li></ul>                                                                                                                                                       |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

|  |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                                                                                                                                                          | <p>cumprir as orientações emanadas das entidades competentes (centros de saúde, Linha SNS 24, etc), de modo a evitar o risco de contágio;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Só podem regressar após comprovativo de que não existe perigo de contágio.</li></ul> |
|  | <p>Poderá ser aconselhável, suspender as atividades que não sejam absolutamente necessárias. Esta ação pode ser tomada como medida de prevenção para diminuir os riscos de contágio.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|  | <p>Ações a tomar se existir um caso suspeito nas instalações do Município</p>                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Informar o GCP;</li><li>▪ Contactar a Linha SNS 24;</li><li>▪ Promover o contenção e limpeza das instalações.</li></ul>                                                                                                            |

| Fases              | Procedimentos a Adotar                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Recuperação</b> | <p>Os trabalhadores do Município poderão ficar temporariamente dispensados de se apresentarem no local de trabalho, por indicação do Coordenador do Plano, com o objetivo de diminuir o risco de contágio e consequente propagação do Vírus</p> |
|                    | <p>Alguns trabalhadores do Município, de acordo com o seu perfil funcional, poderão vir a ser chamados para substituir outros trabalhadores</p>                                                                                                 |
|                    | <p>Poderão ser adotados procedimentos de flexibilização de horário de trabalho (ex. turnos).</p>                                                                                                                                                |
|                    | <p>Com o objetivo de diminuir o risco de contágio, e sendo a prestação de serviço imprescindível, pode o trabalhador do</p>                                                                                                                     |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

|  |                                                                                                                      |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Município ser incentivado a desenvolver o seu trabalho em casa, com acesso ao “e-mail” ou em regime de teletrabalho. |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 5.1 – MEDIDAS DE ÂMBITO ESPECÍFICO E/OU RESTRITIVO

Sempre que as recomendações da DGS e o GCP assim o defina, ficam os diversos Serviços Municipais, na pessoa do seu Chefe de Divisão, responsáveis por adotarem medidas extraordinárias ajustadas à realidade do respetivo Serviço. Estas medidas devem ser sempre registadas na tabela que se anexa a este Plano de Contingência.



## **6- REFORÇO DE MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO**

### **6.1 – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO**

De acordo com as orientações emanadas pela OMS e DGS:

- Lavagem frequente das mãos com água e sabão ou com soluções à base de álcool;
- Cumprimento das regras de etiqueta respiratória:
  - Cobrir a boca e o nariz ao espirrar ou tossir;
  - Utilizar um toalhete de uso único para conter as secreções respiratórias, o qual deve ser prontamente eliminado num contentor de resíduos próximo;
  - Em alternativa poderá tossir ou espirrar para o braço/manga evitando a dispersão de partículas, e a consequente contaminação das mãos;
  - Higienizar as mãos após contacto com secreções respiratórias;
  - Evitar tocar nas mucosas dos olhos, boca ou nariz.
- Evitar contacto com pessoas com infeção respiratória;
- Evitar partilha de objetos de uso pessoal e comida;
- Sempre que um trabalhador do Município apresente sintomas de tosse, febre ou dificuldade respiratória conjugado com regresso recente de áreas com transmissão comunitária ativa do COVID-19 ou contacto com um doente infetado, deve ligar para a Linha SNS24 – 808 24 24 24, informando os seus superiores hierárquicos;
- Manter pelo menos 2 metros de distância em relação a outras pessoas, principalmente daquelas que apresentam sintomas de tosse ou febre.



# 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

When coughing or sneezing,  
cover your mouth and nose  
with tissue paper or with  
your forearm

咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或  
者手臂掩住嘴巴和鼻子



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

Wash your hands frequently  
with soap and water or an  
alcohol-based solution

经常用肥皂水或含酒精的  
溶液洗手



Evite contacto próximo  
com pessoas com infeção  
respiratória

Avoid close contact with  
people suffering from  
respiratory infections

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

Fonte: <https://www.dgs.pt/corona-virus/materiais-de-divulgacao.aspx> (02-03-2020)





## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

**NOVO | NEW | 新型冠状病毒**

**CORONAVÍRUS 2019 nCoV**



**TOSSE**  
**COUGH**  
咳嗽



**FEBRE**  
**FEVER**  
发烧



**DIFICULDADE RESPIRATÓRIA**  
**SHORTNESS OF BREATH**  
呼吸困难

+



**REGRESSOU DA CHINA?**  
**HAVE YOU RETURNED FROM CHINA?**  
你从中国回来的吗?

**OU**  
**OR**  
或



**CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO**  
**HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PATIENT**  
你有接触过任何患有新型冠状病毒感染的病人吗?

**LIGUE PARA**  
**PLEASE CALL**  
请致电

**SNS 24**

**808 24 24 24**

**E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE**  
**AND REPORT YOUR RECENT TRIP**  
并且报告你最近的出行记录

Fonte: <https://www.dgs.pt/corona-virus/materiais-de-divulgacao.aspx> (02-03-2020)



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

#### 保护你自己及他人

当打喷嚏和咳嗽时，请用纸巾或者你的臂弯掩住口鼻。将纸巾扔到垃圾桶里

常用肥皂水，或者含酒精的溶液洗手

避免接触有呼吸道感染的人

感谢您能通过帮助我们来帮助您自己

#### NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

Seja bem-vindo a Portugal. Para sua proteção e de todos, **por favor fique alerta** e se desenvolver os seguintes sintomas nos próximos **14 dias**

**TOSSE**

**FEBRE**

**DIFICULDADE RESPIRATÓRIA**

**POR FAVOR LIGUE PARA** **808 24 24 24**

E INFORME SOBRE A SUA RECENTE VIAGEM E SE CONTACTOU COM ALGUMA PESSOA INFETADA. **PODEMOS AJUDAR!**

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 SNS 24 DGS

#### PROTEJA-SE A SI E AOS OUTROS

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o interior do seu cotovelo. Deite o lenço no lixo.

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

Evite o contacto próximo com pessoas com infeção respiratória.

Obrigado por nos ajudar a ajudá-lo

Fonte: <https://www.dgs.pt/corona-virus/materiais-de-divulgacao.aspx> (02-03-2020)

# NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

## SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU  
TOSSIRES TAPA A BOCA E O  
NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA

Antes das refeições, quando  
chegas à escola e a casa



NÃO PARTILHES OS TEUS  
OBJETOS E COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO  
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

# Lavagem das mãos



Duração total do procedimento: 40-60 seg.



Molhe as mãos  
com água



Aplique sabão suficiente para cobrir  
todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das  
mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso  
esquerdo com os dedos  
entrelaçados e vice versa



Palma com palma  
com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos  
nas palmas opostas com  
os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar  
esquerdo em sentido  
rotativo, entrelaçado na  
palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás  
e para a frente os dedos da mão  
direita na palma da mão  
esquerda e vice versa



Enxague as mãos  
com água



Seque as mãos com  
toalhe descartável



Utilize o toalhete para  
fechar a torneira se esta  
for de comando manual



Agora as suas mãos  
estão seguras.



# Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas



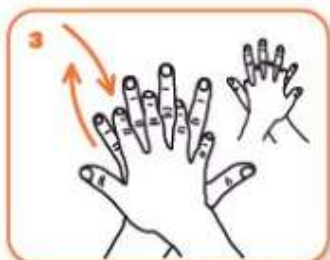
Duração de todo o procedimento: **20 a 30 seg**



Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



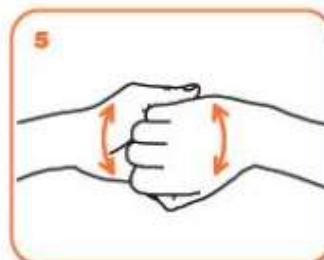
Friccione as palmas das mãos entre si.



Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



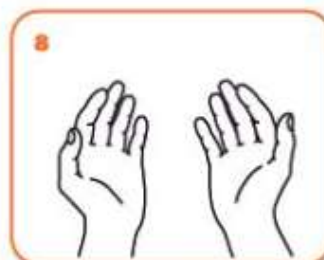
Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa.



Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.

Fonte: <https://www.dgs.pt/ficheiros-de-upload-2013/lavagem-das-maos-png.aspx> (02-03-2020)

De referir ainda:

- A utilização de equipamento de proteção individual deverá ser indicada pelo GCP, em articulação com as diretrizes enviadas pela DGS/Delegado de Saúde.
- Deverá ser estabelecida uma área de “espera” (sala, gabinete, seção, zona) a qual tem como objetivo ser uma área transitória, até que seja efetuado o contacto para o SNS24 (808 24 24 24), e desta forma evitar uma possível propagação da doença transmissível.

Requisitos da área de “espera”:

- a. ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica, possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifas ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: cadeira (para descanso e conforto do indivíduo, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- b. Kit com água;
- c. contentor de resíduos com abertura não manual e saco de plástico;
- d. solução antisséptica de base alcoólica (disponível no interior e à entrada desta área);
- e. toalhetes de papel;
- f. máscara(s) descartável(s);
- g. luvas descartáveis; e
- h. termómetro.

Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do indivíduo com sintomas/caso suspeito.

## 6.2 – HIGIENIZAÇÃO E DESINFEÇÃO DAS INSTALAÇÕES

- Durante a fase de **Monitorização**, **Alerta** e **Recuperação** deve ser articulado o plano de limpeza com os responsáveis por este serviço nas diversas instalações;
- Após a deteção de um caso suspeito nas instalações do Município, devem ser adaptados os procedimentos de limpeza e desinfeção de todas as



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

áreas, em especial, nas zonas onde se verifica o maior fluxo/concentração de pessoas;

- Deve ser aplicado diariamente durante a fase de **Alerta** e de **Recuperação** desinfetante no chão e instalações sanitárias;
- Durante a fase de **Alerta** e de **Recuperação** os aparelhos de ar condicionado devem encontrar-se desligados;
- Durante a fase de **Alerta** e de **Recuperação** cada trabalhador deve proceder à limpeza diária do telefone, bancada de trabalho e teclado;
- Os resíduos recolhidos nas instalações sanitárias devem ser acondicionados em recipiente próprio e ter destino adequado;
- Deve proceder-se à renovação do ar interior dos locais de trabalho e espaços comuns.



## **7 – COMUNICAÇÃO INTERNA**

A comunicação com o público (interno) visa diminuir a circulação de informação incorreta sobre o COVID-19 e simultaneamente minimizar o potencial de alarme e ansiedade.

Importa garantir a todo o momento que a forma como se percebe a pandemia (fenómeno natural) não a transforme num fenómeno social incontroável, nunca esquecendo que a autoridade nacional nesta matéria é a DGS do MS.

Neste sentido, o Município difundirá internamente a informação técnica produzida pela DGS no que concerne fundamentalmente a medidas de prevenção e autoproteção.

### **7.1 – DESTINATÁRIOS**

São destinatários da informação todos os Dirigentes e Trabalhadores do Município. O Plano também será dado a conhecer aos prestadores de serviços, fornecedores e munícipes do Município.

### **7.2 – MEIOS DE COMUNICAÇÃO**

- Serão privilegiadas as comunicações eletrónicas considerando este tipo de ocorrência, face à sua capacidade de contacto, tanto à distância, como para um universo alargado, quer ainda individualmente;
- Nas instalações do Município exibir-se-ão, em espaço aberto, cartazes e folhetos, assim como recomendações específicas de higiene pessoal nas casas-de-banho;
- O site do Município exibirá informação geral e espaço específico respeitante ao COVID-19;
- Informação atualizada a todos os trabalhadores sobre os casos existentes no Município e a sua evolução.





## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

- O encerramento dos serviços, edifícios e eventos será efetuado apenas se determinado pelo Delegado de Saúde, após avaliação epidemiológica da situação e em articulação com o próprio Município.
- No caso de eventual encerramento, será sempre divulgado no **site do Município e nos respetivos locais**, o período de encerramento e as medidas de vigilância a adotar.

- **Contactos uteis**

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Linha SNS 24                                 | 808 24 24 24                                                                                                                                                                                                                           |
| Telefone Geral do Município                  | 233 403 300                                                                                                                                                                                                                            |
| site                                         | <a href="http://www.cm-figfoz.pt">http://www.cm-figfoz.pt</a>                                                                                                                                                                          |
| e-mail institucional de cada elemento do GCP | - <a href="mailto:nuno.pinto@cm-figfoz.pt">nuno.pinto@cm-figfoz.pt</a><br>- <a href="mailto:catia.dias@cm-figfoz.pt">catia.dias@cm-figfoz.pt</a><br>- <a href="mailto:fernando.cardoso@cm-figfoz.pt">fernando.cardoso@cm-figfoz.pt</a> |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

## 8 – ATRIBUIÇÃO DE COMPETÊNCIAS

| FASE DE MONITORIZAÇÃO                                                                                                                             |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Competências                                                                                                                                      | Responsável *                           |
| Articulação com a DGS/Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação                                                                | GCP                                     |
| Divulgação do Plano a toda a estrutura do Município                                                                                               | GPC                                     |
| Divulgação do Plano a toda os prestadores de serviços                                                                                             | GPC                                     |
| Identificação dos grupos de risco dentro do Município                                                                                             | HST / Dirigentes das Unidades Orgânicas |
| Registo dos casos de trabalhadores que se deslocam ao estrangeiro a título particular e em serviço                                                | HST                                     |
| Divulgação dos principais procedimentos a ter nas diferentes fases do plano                                                                       | GPC                                     |
| Validação das atividades prioritárias face ao evoluir da situação, identificando as tarefas que podem ser temporariamente suspensas               | Dirigentes das Unidades Orgânicas       |
| Identificação da lista dos trabalhadores cuja atividade, caso seja interrompida pode originar a importante perda da operacionalidade do Município | Dirigentes das Unidades Orgânicas       |
| Definição do plano de distribuição de equipamentos para assegurar o teletrabalho                                                                  | GTIC                                    |
| Definição do plano para eventual distribuição de equipamentos de proteção individual                                                              | HST                                     |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

|                                                                                                                                                           |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Divulgação de informação sobre medidas de autoproteção, higiene, etiqueta respiratória e comportamental no sentido de evitar os contágios                 | GPC                                     |
| Elaboração do plano de limpeza com a empresa prestadora deste serviço                                                                                     | HST                                     |
| Definição de horário de trabalho, se possível, em períodos desfasados e identificação de situações exequíveis de usufruto da modalidade de teletrabalho   | GCP                                     |
| Identificação de possíveis espaços destinados a “área de isolamento”, em cada instalação do Município                                                     | HST / Dirigentes das Unidades Orgânicas |
| <b>FASE DE ALERTA</b>                                                                                                                                     |                                         |
| <b>Competências</b>                                                                                                                                       | <b>Responsável *</b>                    |
| Registo do número de casos assinalados no Município e articula-se com a DGS/Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação                  | GCP / HST                               |
| Distribuição de equipamento aos trabalhadores para assegurar o teletrabalho                                                                               | GTIC                                    |
| Implementação de medidas de limpeza reforçadas e define horários e tipologia da limpeza das instalações (plano de limpeza com os responsáveis do serviço) | HST                                     |
| Difusão de informação pertinente junto dos seus trabalhadores                                                                                             | GPC                                     |
| Acompanhamento da evolução da situação clínica dos trabalhadores doentes                                                                                  | GCP / HST                               |
| Acompanhamento da situação de saúde dos trabalhadores que tendo tido contacto conhecido com o vírus, ainda não apresentam sintomas de infeção             | GCP / HST                               |
| Implementação, sempre que possível, do regime de teletrabalho ou presencial, em períodos desfasados (ex. turno da manhã, turno da tarde)                  | GCP                                     |



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

| FASE DE RECUPERAÇÃO                                                                |               |
|------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Competências                                                                       | Responsável * |
| Manter registo do número de casos ocorridos no Município                           | GCP / HST     |
| Articulação com a DGS/Delegado de Saúde para acompanhamento do evoluir da situação | GCP           |

\*

GCP – Grupo Coordenador do Plano

GPC – Gabinete de Protocolo e Comunicação

GTIC – Gabinete de Tecnologias de Informação e Comunicação

HST – Higiene e Segurança no Trabalho

#### 8.1. IMPOSSIBILIDADE DE COMPARÊNCIA AO TRABALHO POR MOTIVO DE ISOLAMENTO PROFILÁTICO

1. Quando os trabalhadores não possam comparecer ao trabalho por motivos de doença ou por assistência a filho, neto ou membro do agregado familiar, nos termos gerais, essas ausências seguem o regime previsto na lei para essas eventualidades.

2. Quando os trabalhadores **não possam comparecer ao trabalho por motivo de isolamento profilático** e quando não seja possível assegurar o recurso ao teletrabalho ou programas de formação à distância, as **ausências ao serviço**, independentemente da sua duração, têm os efeitos das faltas por motivo de isolamento profilático, sendo consideradas **justificadas** (alínea j) do n.º 2 do art.º 134.º da LTFP).

3. Na situação indicada no número antecedente, deverá ser utilizado para efeitos de justificação de falta, o formulário constante do anexo ao Despacho n.º 2836-A/2020, de 02 de março, 2020, designado por **“Certificação de**



## MUNICÍPIO DA FIGUEIRA DA FOZ

### PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

---

**Isolamento Profilático”** e disponibilizado em [www.dgaep.gov.pt](http://www.dgaep.gov.pt) e em <https://www.dgs.pt/corona-virus>, o qual faz parte integrante deste plano, nos anexos.

4. Sem prejuízo das regras acima elencadas, os serviços devem tomar todas as medidas que se mostrem necessárias e idóneas à prevenção do COVID-19, bem como aplicar as orientações emanadas da DGS.



## **9 – REFERÊNCIAS**

Direção Geral da Saúde - <https://www.dgs.pt/corona-virus.aspx>

European Centre for Disease Prevention and Control -  
<https://www.ecdc.europa.eu/en/areas-presumed-community-transmission-2019-ncov>

Serviço Nacional de Saúde - <https://www.sns24.gov.pt>

World Health Organization - <https://www.who.int/>