PLANO DE CONTINGÊNCIA DA FREGUESIA DE ARAZEDE

PARTE I – ENQUADRAMENTO GERAL DO PLANO

1. ÂMBITO E OBJETIVOS

O "***Plano de Contingência***" da Freguesia de Arazede pretende antecipar e gerir na Freguesia, o impacto do atual surto de doença por Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, denominado doravante por COVID-19.

O objetivo principal do Plano de Contingência é preparar a Freguesia para gerir o risco de infeção e enfrentar eventuais casos de doença, minimizando a sua transmissão e o seu impacto na Freguesia e na comunidade.

O presente **Plano** foi preparado com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde e visa:

- Preparar a resposta para minimizar as condições de propagação do COVID-19
- Definir os meios de coordenação na Freguesia

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

a) Reduzir o risco de contaminação nos locais de trabalho;
b) Assegurar o funcionamento dos órgãos e serviços da Freguesia;
c) Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio em caso de pandemia;

O **Plano de Contingência** é aprovado pela Junta de Freguesia.

2. ATIVAÇÃO DO PLANO

O **Plano de Contingência** é ativado por determinação do Presidente da Junta de Freguesia, em coordenação com o Conselho Municipal de Proteção Civil, devendo, a cada momento, ser ponderada a abrangência das medidas face aos dados disponíveis.

O **Plano de Contingência** é desativado pelo Presidente da Junta de Freguesia em coordenação com as demais entidades competentes na matéria.

A gestão da situação de pandemia depende da pertinência das decisões e das ações levadas à prática em cada momento. Para tal é criado o Grupo Coordenador do Plano, com responsabilidades de gestão da crise, coordenação, avaliação e monitorização.
Este Grupo deve preparar propostas que se afigurem imprescindíveis à manutenção em funcionamento dos sectores que, no conjunto da atividade desta Autarquia sejam considerados essenciais.

3. GRUPO COORDENADOR DO PLANO (GCP)

Foi estabelecido para grupo de coordenação do Plano os seguintes membros:

Coordenador do Plano	Presidente da Junta de Freguesia
Adjuntos do Coordenador do Plano	Secretário e Tesoureiro da Junta de Freguesia
Coordenador Operacional	Presidente da Junta de Freguesia
Autoridade de Saúde	Delegado Saúde de Montemor-o-Velho

4. 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

5. DISTRIBUIÇÃO DO PLANO

- Presidente da Junta de Freguesia;
- Secretário da Junta de Freguesia;
- Tesoureiro da Junta de Freguesia;
- Membros da Assembleia de Freguesia;
- Todos os/as trabalhadores/as e colaboradores/as da Junta de Freguesia.

6. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O Plano estabelece e documenta os procedimentos de decisão e coordenação das ações ao nível da Freguesia e o processo de comunicação, interno e externo.

Edifícios sujeitos às medidas e procedimentos definidos no Plano:

- Armazéns e estaleiro;

- Sede da Junta;
- Jardim de Infância de Arazede.

PARTE II – PREVENÇÃO, MONITORIZAÇÃO E RESPOSTA

1. Prevenção e Monitorização

A prevenção e monitorização inicia-se com a aprovação do presente **Plano** e inclui as seguintes medidas:

a) acompanhamento das orientações transmitidas pela Direção-Geral da Saúde;

b) divulgação de informação relativa ao COVID-19;

c) divulgação de medidas preventivas (higienização das mãos; etiqueta respiratória; procedimentos de colocação de máscara cirúrgica; procedimentos de conduta social); transmitidos em reunião de dia 05 de março de 2020;

d) divulgação das diretrizes emanadas da DGS e das demais entidades competentes quanto à manutenção, condicionamento ou suspensão do transporte escolar;

e) identificação dos serviços essenciais ao funcionamento da Freguesia;

f) identificação dos trabalhadores da Freguesia que, pelas suas atividades/tarefas, poderão ter um maior risco de infeção pelo COVID-19 (ex. trabalhadores que realizem atividades de atendimento ao público);

g) reforço e dispersão pelos espaços e serviços da Junta de Freguesia e demais equipamentos da Freguesia, de forma autónoma ou em colaboração com o Município, e em consonância com as orientações emitidas pela DGS, de soluções antisséticas de base alcoólica (vulgo desinfetantes) e a aquisição de dispensadores de lenços;

h) aquisição de máscaras, termómetros auriculares e de outros instrumentos necessários à prevenção e combate à contaminação;

i) reforço da higienização dos sanitários (após limpeza regular deverá ser utilizado desinfetante) e de superfícies mais manuseadas (ex: maçanetas de portas, corrimãos, botões dos elevadores e teclados dos computadores);

j) preparação de instalações adequadas para servirem de área de isolamento;

k) elaboração de comunicação a enviar às empresas e demais pessoas que prestam serviços à Freguesia.

Inclui ainda:

- Para todos aqueles que tenham regressado de áreas com transmissão comunitária ativa ou que tenham efetuado escala nessas áreas, nos últimos 10 dias, independentemente de apresentarem sintomas sugestivos de doença respiratória, a obrigação de contactar o Serviço de Saúde Local ou ligar 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua história de viagem e de seguirem as orientações que vierem a ser indicadas.
- Todos aqueles a quem for recomendado, pelo SNS24, algum período de quarentena têm a **obrigação** de informar a sua situação à Junta de Freguesia.
- O registo biométrico de assiduidade e pontualidade deixa temporariamente de ser feito através do reconhecimento de impressão digital, passando a efetuar-se através de outros métodos.

Estas medidas aplicam-se a todos aqueles que exerçam funções nos serviços e espaços da Junta de Freguesia e demais equipamentos da Freguesia.

2. Mobilização da resposta

A mobilização da resposta deve ser ativada quando for identificado um eleito, trabalhador, ou colaborador da Junta de Freguesia, suspeito de estar infetado por COVID-19.

De igual modo, deve ser ativada quando for confirmado caso suspeito trabalhador/colaborador de empresa ou entidade externa que exerça a sua atividade nos serviços e/ou equipamentos da Freguesia.

A mobilização da resposta deve ainda ser ativada caso existam orientações da Direção-Geral da Saúde nesse sentido, independentemente de confirmação de caso suspeito na Freguesia.

A mobilização da resposta pode incluir, entre outras, as seguintes **MEDIDAS**:

a) acionamento da área de isolamento;

b) definição dos postos de trabalho que possam ficar temporariamente desativados (designadamente, os que implicam atendimento ao público) e os respetivos trabalhadores sejam dispensados de comparecer ao trabalho;

c) determinação de casos em que se justifique o trabalho à distância, com recurso a meios tecnológicos de informação e comunicação;

d) fornecimento a trabalhadores e membros dos órgãos da Freguesia dos equipamentos (computadores, telemóveis) adequados para garantia dos serviços essenciais;

e) suspensão das deslocações em serviço de eleitos e trabalhadores;

f) restrição de reuniões presenciais, no âmbito dos serviços da Junta de Freguesia, ao mínimo essencial, devendo ser privilegiada a reunião à distância, através de meios tecnológicos de informação e comunicação;

g) comunicação aos trabalhadores dos procedimentos sobre justificações de faltas no caso de ausência relacionada com o COVID-19;

h) suspensão de eventos e atividades de qualquer natureza.

Estas medidas aplicam-se a todos aqueles que exerçam funções nos espaços da Freguesia, abrangendo também as empresas externas.

PARTE III – ASPETOS MÉDICOS

1. Definição de caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, o Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC) e foi definida pela Direção-Geral da Saúde como aquela que deve ser adotada pelas instituições:

a) **Critérios clínicos**: Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização;

b) **Critérios epidemiológicos**: História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início dos sintomas ou contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias anteriores ao início dos sintomas ou caso tenha estado em instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

2. Transmissão da infeção

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

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infeciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 mícron).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas

respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o COVID-19 e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

3. Equipamentos de Proteção

A decisão de utilização de máscaras em permanência, designadamente, para pessoas com infeções respiratórias, poderá ser recomendada pelo GGC19, tendo em conta a evolução da crise e as recomendações das autoridades de saúde.

PARTE IV – PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS

1. Procedimento num caso suspeito

Qualquer eleito, trabalhador ou colaborador externo da Freguesia com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique alguém nos espaços, serviços, ou demais instalações e equipamentos da Freguesia, compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar, preferencialmente por via telefónica, o Presidente da Junta de Freguesia, através do número 965 885 888 ou a funcionária que se encontra na sede da Junta através do número 239 607 162.

Sempre que possível, deve ser assegurada a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. Quem acompanhar o doente deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o doente.
O doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de "isolamento", contacta o SNS 24 (808 24 24 24) e deve colocar a máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir.

A máscara deverá ser colocada pelo próprio doente. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a

oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída por outra.

Caso ocorra um caso suspeito:

É encaminhado para as seguintes zonas de quarentena:

- Vestiário no Armazém do Estaleiro da Junta;
- Sede da Junta – Sala da Assembleia de Freguesia – Piso 1;
- Edifício da antiga escola primária de Arazede, localizada junto ao Jardim de Infância.

Estas áreas deverão estar equipadas com:

- Telefone;
- Cadeira;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis; barras de cereais;
- Solução antisséptica;
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.

- A Junta de Freguesia tomará as medidas adequadas previstas no presente **Plano;**

- A área de isolamento ficará interditada até á validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local.

A Junta de Freguesia determinará a limpeza e desinfeção da área de isolamento, bem como do local de trabalho do doente e determinará o armazenamento dos resíduos do doente, que

devem ser segregados e enviados para operador licenciado para gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

2. Procedimento de vigilância de contactos próximos

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

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

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

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

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

A vigilância de contactos próximos com "*alto risco de exposição*" implica:

1. Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;
2. Não deslocação às instalações e demais espaços e equipamentos da Junta de Freguesia, durante os referidos 14 dias;

3. Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;

4. Restrição do contacto social ao indispensável;

5. Evitar viajar;

6. Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data última exposição.

A vigilância de contactos próximos com "*baixo risco de exposição*" implica:

1. Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;

2. Acompanhamento da situação pela Junta de Freguesia em colaboração com a Autoridade de Saúde Local.

Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para efeitos de prevenção e combate ao COVID-19.

PARTE V – PLANO DE COMUNICAÇÃO

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

a) Os que exercem funções na Junta de Freguesia

- Informação sobre a situação;

- Procedimentos especiais a observar para limitar contágio e propagação.

b) Prestadores de serviços externos.

c) Fornecedores de equipamentos.

d) Comunicação social.

e) Entidades externas.

PARTE VI – RESPONSABILIDADES NO ÂMBITO DO PLANO

Para além das responsabilidades já referidas, compete:

1. Aos eleitos da Freguesia, informar sobre as tarefas e ações essenciais e aquelas que podem ser asseguradas por trabalho à distância, bem como acompanhar a reposição da normalidade;

2. Aos trabalhadores e demais colaboradores que prestem atividade nos serviços da Junta de Freguesia e nas demais instalações e equipamentos da Freguesia, informar a Junta de Freguesia, sobre deslocações/viagens que venham a realizar, ou tenham efetivado, no país ou no estrangeiro, bem como eventuais contactos com pessoas portadoras de COVID-19, devendo fazê-lo através do telefone: 965 885 888.

Arazede, 06 de março de 2020

O Presidente da Junta

Eusébio Ramos Sousa Campos

Anexos:

A - Documentação da Direção Geral da Saúde, Ministério da Saúde distribuída

- Materiais de divulgação Gerais e escolares

B – Registo de ações e ocorrências

C – Grupo coordenador do plano

D – Grupos de Riscos

ANEXO A

Documentação da Direção Geral da Saúde, Ministério da Saúde distribuída

- Materiais de divulgação Gerais e escolares;

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

SABES COMO TE PODES PROTEGER?

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

LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES O TEU PROFESSOR ENSINA-TE

NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS NEM A COMIDA

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

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE | SNS | DGS | REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na provincia de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - www.dgs.pt), e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS: **FEBRE** | **TOSSE** | **DIFICULDADE RESPIRATÓRIA**

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.	Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.	Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

> Caso alguém esteja doente deve ficar em casa

> Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão

> Evitar tocar nos olhos, nariz e boca

> Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo

> Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lápis, borracha...)

> Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)

> Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE | SNS | DGS | REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO

CORONAVÍRUS (COVID-19)

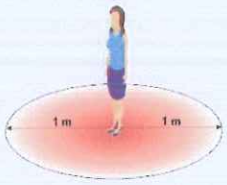
RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS

Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately In the trash

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



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE

IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

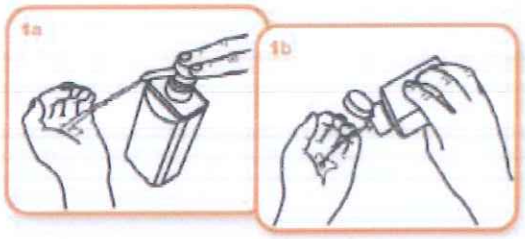
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

DGS Direção-Geral da Saúde

Material de divulgação fricção anti-séptica das mãos

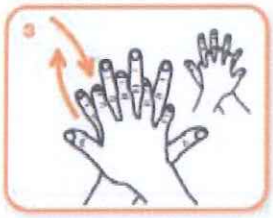
Fricção Anti-séptica das mãos

Duração total do procedimento: 20-30 seg.

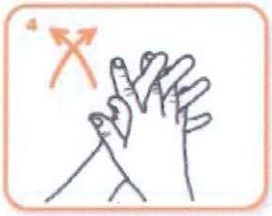


Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies

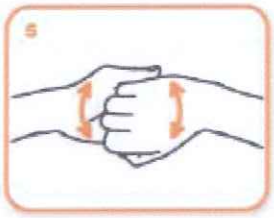
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



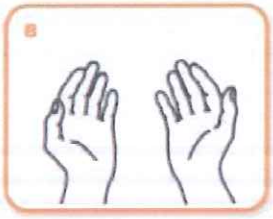
As palmas das mãos com dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com 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



Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.

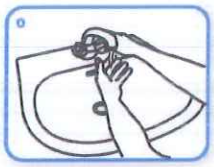
WORLD ALLIANCE FOR PATIENT SAFETY

Junta de Freguesia de Arazede
Município de Montemor-o-Velho

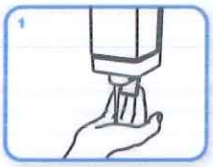
Material de divulgação higienização das mãos

Lavagem das mãos

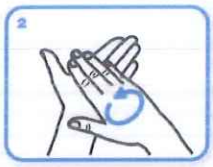
Duração total do procedimento: 40-60 seg.



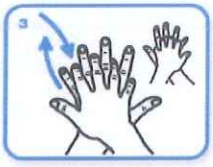
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos

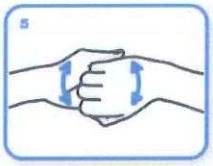


Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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

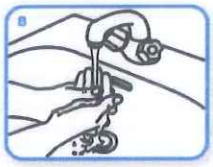
Palma com palma com os dedos entrelaçados



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

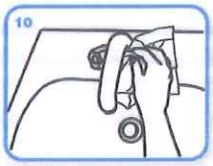
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa

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 toalhete descartável



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

Agora as suas mãos estão seguras.

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

WORLD ALLIANCE for PATIENT SAFETY

ANEXO B

Ficha de Ocorrências

Hora	Data	N.º Oco.	Descrição	Procedimentos	Entidade / Meios	Observações

ANEXO C

Grupo Coordenador do Plano – contactos

		Nome do Responsável	Contacto	E- mail
Coordenador do Plano	Presidente da Junta de Freguesia	Eusébio Campos	965 885 888	geral@jfarazede.pt
Adjuntos do Coordenador do Plano	Secretário e Tesoureiro da Junta de Freguesia	Alexandre Costa Rui Paulo Costa	962 027 796 965 124 232	geral@jfarazede.pt
Coordenador Operacional	Presidente da Junta de Freguesia	Eusébio Campos	965 885 888	geral@jfarazede.pt
Saúde, Higiene e Segurança no Trabalho	SHST	Diana Costa	966 233 504	diana.costa@peroneo.pt
Autoridade de Saúde	Delegado Saúde de Montemor-o-Velho	José Barreiro Juan Rosete	966 389 765 913 891 199	jabarreiros@arscentro.min-saude.pt jcrosete@arscentro.min-saude.pt

ANEXO D

Listagem de grupos de risco

Grupo de Risco	• Trabalhadoras da secretaria • Trabalhadores dos serviços exteriores • Trabalhadores dos Jardins de Infância • Trabalhadoras grávidas • Outras situações de trabalhadores que se encontrem em situação continua de contacto direto com o público.