



**Município de Santa Comba Dão**

**INFORMAÇÃO SOBRE O  
PLANO DE CONTINGÊNCIA**

**DOENÇA POR CORONAVÍRUS  
(COVID19)**

## INTRODUÇÃO

De acordo com o estabelecido no “ Regime Jurídico da Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho “ ( RJPSST ), - Lei n.º 102/2009 de 10 de setembro, na sua redação atual, é obrigação do empregador assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente .

Pelo Despacho n.º 2836-A/2020, da Ministra da Modernização do Estado e da Administração Pública, da Ministra do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social e da Ministra da Saúde, é ordenado aos empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência, alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde, no âmbito da prevenção e controlo de infeção pelo novo coronavírus (COVID -19 )

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência do Município de Santa Comba Dão, estabelecido para a Doença por Coronavírus (COVID-19), e fornece informação aos trabalhadores da Câmara Municipal sobre esta nova doença, sobre as medidas de prevenção e controlo desta infeção e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados.

O Plano de Contingência do Município de Santa Comba Dão para a Doença por Coronavírus (COVID-19) foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e visa que os trabalhadores sejam informados sobre a doença por coronavírus (COVID-19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: circulares informativas por correio eletrónico, sítio da Câmara Municipal de Santa Comba Dão e afixação de cartazes nos espaços comuns de todos os edifícios com serviços camarários, etc.

O Plano visa, ainda, definir a estrutura de coordenação do Município de Santa Comba Dão, nos vários edifícios de trabalho e assegurar o funcionamento dos órgãos e serviços do Município.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do Município de Santa Comba Dão para a Doença por Coronavírus (COVID-19) será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, estando o Município comprometido com a proteção da saúde e a segurança dos seus trabalhadores e público em geral, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade santacombadense.

O Plano de Contingência é aprovado pelo Presidente da Câmara Municipal de Santa Comba Dão

## **1 - A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)**

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção origina sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou pode apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de doença por coronavírus (COVID-19), é pouco provável que tenha sido contagiada.

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Dificuldade respiratória
  
- Tosse
  
- Febre

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas, e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias.



## **2 - A TRANSMISSÃO DE COVID-19**

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contacto com uma pessoa infetada.

As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (perímetro até 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.

## **3 - PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19**

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.

- As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou estabelecimentos de saúde.
- Utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 60% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a **Linha SNS24: 808 24 24 24**. Não se deslocar diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

O uso de máscaras de proteção na população em geral ou trabalhadores não está recomendado, uma vez que não há qualquer evidência de benefício do seu uso fora de estabelecimentos de saúde.

#### **4 - MEDIDAS A ADOTAR**

A Câmara Municipal implementará de imediato as seguintes medidas:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nas entradas e nos espaços comuns dos serviços. Definição dos locais de isolamento, equipado com o *kit* aconselhado.

#### **5 - O QUE É UM CASO SUSPEITO**

A classificação de um caso como suspeito de doença por coronavírus (COVID-19) deve obedecer a critérios clínicos e epidemiológicos. A definição seguinte é baseada

na informação atualmente disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença (ECDC).

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
<b>Febre</b>	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início dos sintomas
OU	E
<b>Tosse</b>	OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas
OU	
<b>Dificuldade respiratória</b>	Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa Instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

## 6 - ESTABELEECER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO

São estabelecidas áreas de isolamento no edifício dos Paços do Concelho ( Câmara Municipal ), para os serviços a funcionar neste edifício e no edifício dos Serviços Técnicos; no edifício da Casa dos Arcos, para os serviços de Biblioteca, Espaço Cidadão, Turismo, Juventude e Ação Desportiva e Cultura e Artes; na Casa da Cultura; nas Piscinas Municipais; no Estádio Municipal; no Pavilhão Gimnodesportivo e no Estaleiro Municipal.

A colocação de um trabalhador suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.



A área de isolamento (sala, gabinete, ) deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (por exemplo, não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com:

- telefone ou telemóvel;
- cadeira (para descanso e conforto do suspeito de infeção por COVID-19, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- *kit* com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de base alcoólica, à entrada e no seu interior ;
- toalhetes de papel;
- máscara(s) cirúrgica(s);
- luvas descartáveis;
- termómetro.

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

Os trabalhadores de cada serviço deverão ser informados da localização da área de isolamento.

## **7 - DESIGNAÇÃO DE PONTO FOCAL**

O Presidente da Câmara Municipal designará um Ponto Focal responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19, que funcionará junto do Gabinete de Apoio à Presidência. Os trabalhadores serão informados de quem é o Ponto Focal na Câmara Municipal de Santa Comba Dão. É a este Ponto Focal que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de trabalhador com sintomas, o Ponto Focal deverá ficar responsável por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do Município de Santa Comba Dão.

O Ponto Focal será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos no Plano de Contingência.

## 8 - PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Qualquer trabalhador com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique um trabalhador, ou cliente dos serviços, nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o ponto focal designado, ou o responsável pelos serviços e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada ao trabalhador doente toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. O ponto focal deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar o uso de ascensores, de forma a evitar contaminação de superfícies. Deverão preferencialmente ser utilizadas escadas, não devendo idealmente ser usados os corrimãos como apoio.

O ponto focal que acompanha e presta assistência ao trabalhador com sintomas, deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito. No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19 ou o ponto focal no caso de ser necessário deve contactar a *Linha SNS 24 (808 24 24 24)*.

O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar 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, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.

Após avaliação, a *Linha SNS 24* informa o caso suspeito ou ponto focal:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;
- Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: a Linha SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde (DGS), para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
  - **Caso Suspeito Não Validado:** fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o ponto focal da não validação, e este último deverá informar o Presidente da Câmara Municipal.
  - **Caso Suspeito Validado,** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O ponto focal informa o Presidente da Câmara Municipal da existência na instituição de um caso suspeito de COVID-19 validado.

## 9 - PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

Na situação de **caso suspeito validado:**

- O trabalhador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da

equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para realização de exames laboratoriais no INSA;

- O acesso dos outros trabalhadores à área de isolamento fica interdito (exceto ao ponto focal designado);
- O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contato deste caso com outro(s).

Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da unidade orgânica.

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a Câmara Municipal de Santa Comba Dão dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais nos serviços, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- Se o **caso for confirmado**, a área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde Local -

## 10 - PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO

Na situação de **caso confirmado**, os serviços da Câmara Municipal devem:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza

e desinfeção das secretárias, incluindo materiais e equipamentos pelo caso confirmado;

- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico nos termos regulamentares comunicados internamente.

## 11 - PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTATOS PRÓXIMOS

Considera-se contacto próximo uma pessoa 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**, definido como:

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

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

- Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro)
- Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência ao caso confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos)

- Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Câmara Municipal, deve:
- Identificar, listar e classificar os contatos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contatos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 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 deve ser a seguinte:

Alto risco de exposição	Baixo risco de exposição
<ul style="list-style-type: none"><li>• Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição</li><li>• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.</li><li>• Restringir o contacto social ao indispensável.</li><li>• Evitar viajar.</li><li>• Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.</li><li>• Acompanhamento da situação pelo ponto focal.</li></ul>

É importante sublinhar que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver nos serviços, devem-se iniciar os PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

Paços do Concelho de Santa Comba Dão, 6 de março de 2020

O Presidente da Câmara Municipal,



Leonel Gouveia