



Freguesia de
Fátima
— CIDADE DA PAZ —

PLANO DE CONTINGÊNCIA SARS – COVID 19

Junta de Freguesia



ÍNDICE

1.	INTRODUÇÃO.....	1
2.	OBJETIVOS	1
3.	ENQUADRAMENTO	2
3.1	EXPLICITAÇÃO DO QUE É O CORONAVIRUS - COVID-19.....	2
3.2	PRINCIPAIS SINTOMAS	2
3.3	TEMPO DE INCUBAÇÃO E FORMAS DE MANIFESTAÇÃO	3
4.	POLÍTICA E PRINCÍPIOS	3
5.	PRESSUPOSTOS	3
6.	FASES DA INFECÇÃO POR COVID-19.....	3
7.	ATIVAÇÃO DO PLANO.....	4
7.1	CADEIAS DE DECISÃO	4
8.	PLANO DE CONTINGÊNCIA DA JUNTA DE FREGUESIA DE FÁTIMA	4
8.1	CONTEÚDO	4
1)	FASE DE MONITORIZAÇÃO	4
2)	FASE DE ALERTA	5
3)	FASE DE RECUPERAÇÃO	6
8.2	ATIVIDADES COM MAIOR RISCO DE CONTÁGIO NA JUNTA DE FREGUESIA DE FÁTIMA	6
8.3	TRABALHO À DISTÂNCIA	6
8.4	ATIVIDADES QUE PODEM SER TEMPORARIAMENTE SUSPENSAS	7
9.	EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO.....	7
10.	INSTALAÇÕES E ÁREA DE “ISOLAMENTO”	7
11.	PROCEDIMENTOS A ADOPTAR.....	9
11.1	PROCEDIMENTOS A ADOPTAR PERANTE UM CASO SUSPEITO	9
11.2	PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	10
11.3	CONTACTOS TELEFÓNICOS	11
12.	RESPONSABILIDADES.....	11
	ANEXOS.....	12
	ANEXO A	13
	ANEXO B	14



1 - Introdução

A situação epidemiológica que se verifica em Portugal em resultado da pandemia da doença COVID – 19 tem justificado a adoção de várias medidas com o intuito de prevenção, contenção e mitigação da transmissão da infeção.

À data, a realidade vivida em Portugal justifica a adoção de medidas mais restritivas do que aquelas que têm vindo a ser tomadas nas últimas semanas. Verifica-se um crescimento de novos casos diários de contágio da doença e com o início do ano letivo escolar e o aumento expectável de circulação de pessoas, designadamente em transportes públicos, é de prever que aumentem os casos de contágios.

Assim, a Resolução do Conselho de Ministros n.º 88-A/2020 declara a situação de calamidade, no âmbito da pandemia da doença COVID – 19, tendo como objetivo a adoção de medidas mais restritivas e necessárias ao combate do vírus.

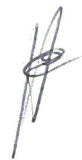
Face ao exposto e tendo em vista a continuidade de funcionamento dos serviços da Junta de Freguesia de Fátima, nomeadamente dos serviços de secretaria, este plano visa assegurar o bom funcionamento do mesmo, cumprindo assim todas as regras sanitárias legalmente definidas.

Considera-se ainda que, face à evolução da doença e à constante atualização das informações por parte das Autoridades de Saúde, o presente documento tem um carácter dinâmico, podendo sofrer alterações sempre que se considere necessário.

2 - Objetivos

O presente Plano pretende antecipar e gerir o impacto de uma eventual situação de infeção pandémica nos trabalhadores da Junta de Freguesia, visando:

1. Preparar uma resposta operacional que minimize as condições de propagação da infeção COVID-19 na Junta de Freguesia, mantendo, se possível, os serviços essenciais em funcionamento;
2. Definir uma estrutura de decisão e de coordenação interna;
3. Preparar a resposta às necessidades de notificação e comunicação, tanto para o interior, como para o exterior, com vista à deteção precoce de suspeitas clínicas de COVID-19;
4. Preparar o restabelecimento da situação à normalidade, tão rápido e seguro quanto possível.



3 - Enquadramento

A Junta de Freguesia de Fátima, na qualidade de empregador, é responsável por organizar os Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no “Regime Jurídico da promoção da segurança e saúde no Trabalho” (RJPST - Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação da Junta de Freguesia assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção (art. 15.º do RJPST).

As prescrições mínimas de proteção da segurança e da saúde dos trabalhadores contra os riscos da exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho estão estabelecidas no Decreto-Lei n.º 84/97, de 16 de abril.

À Autoridade de Saúde compete intervir em situações de grave risco para a Saúde Pública, procedendo à vigilância da saúde dos cidadãos e do nível sanitário dos serviços e estabelecimentos e determinando, quando necessário, medidas corretivas, incluindo a interrupção ou suspensão de atividades ou serviços e o encerramento dos estabelecimentos (Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro).

Assim, a Junta de Freguesia de Fátima estabelece o presente Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, no qual inclui as orientações da DGS e os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas desta infeção.

3.1 EXPLICITAÇÃO DO QUE É O CORONAVÍRUS – COVID-19

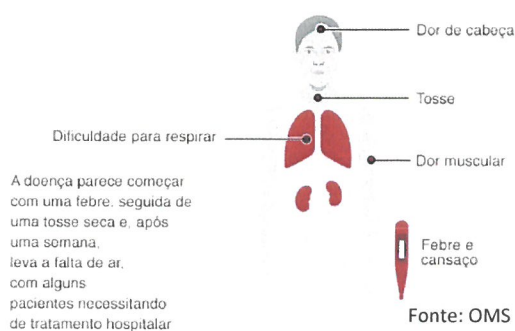
O COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-CoV-2), que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

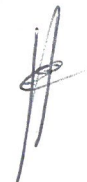
3.2 PRINCIPAIS SINTOMAS

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

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

Em casos mais graves pode evoluir para uma pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.





3.3 TEMPO DE INCUBAÇÃO E FORMAS DE MANIFESTAÇÃO

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

4 - Política e Princípios

O Plano de Contingência da Junta de Freguesia de Fátima tem subjacente determinados princípios, enumerados por ordem decrescente de valor percebido:

- 1) Salvar a vida das pessoas, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho (por via do contacto com colegas ou contacto com terceiros) limitando a propagação no interior das instalações da Junta de Freguesia;
- 2) Preservar e proteger o património e a continuidade da missão, assegurando a manutenção dos serviços essenciais;
- 3) Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio na resolução da situação de crise;
- 4) Envolver as entidades que se encontram na cadeia dos serviços prestados pela Junta de Freguesia ou que possam sofrer interferência de um acontecimento que venha a eclodir nesta;
- 5) Gerir a informação interna e externa de modo a surgir na opinião pública de forma transparente, concisa, clara e verosímil.

5 - Pressupostos

Na elaboração do Plano de Contingência consideraram-se os seguintes pressupostos, a serem tomados como referência pela Junta de Freguesia:

- 1) Assegurar os serviços essenciais a um nível equivalente ao normal esperado (expectativas e necessidades dos utentes);
- 2) Até 40% dos trabalhadores poderão estar ausentes por um período indeterminado (taxa de ausência de trabalho num período de tempo em que o trabalhador era suposto estar a trabalhar) o que inclui doentes e cuidadores.

6 - Fases da Infecção por COVID-19

A altura para implementar as medidas preconizadas neste Plano Contingência será determinada pelo Executivo da Junta de Freguesia, tomando como referência as indicações que forem emitidas pelas Autoridades de Saúde.

Para cada fase serão definidas medidas para a execução do plano e sua avaliação.

Todos os planos específicos serão alvo de permanente revisão e atualização de acordo com as fases evolutivas da atividade gripal.



7 - Ativação do Plano

7.1 CADEIA DE DECISÃO

A gestão da situação da infeção por COVID-19 depende da pertinência das decisões e das ações levadas a cabo em cada momento.

No ponto 12.3., encontra-se listagem dos contactos telefónicos necessários à implementação do presente Plano.

- **COMPETE AO EXECUTIVO DA JUNTA:**

1. Decidir sobre a gestão estratégica face ao evoluir da situação;
2. Coordenar as atuações ao nível interno;
3. Desenvolver, implementar, rever e /ou propor alterações ao Plano;
4. Informar/notificar o Delegado de Saúde do Concelho de Ourém do número de casos detetados entre os trabalhadores da Junta de Freguesia;
5. Obter e consolidar a informação das áreas de atividade da Junta de Freguesia;
6. Gerir o processo de comunicação quer internamente quer externamente.

8 - Plano de Contingência da Junta de Freguesia de Fátima

8.1 CONTEÚDO

O Plano é constituído por três fases distintas: **Monitorização, Alerta e Recuperação.**

1) FASE DE MONITORIZAÇÃO

Esta fase consiste na implementação de medidas de aprovação e divulgação do plano, que se manterá em execução permanente se não se decidir por outras, e que terminará com a decisão de desativação.

Nesta fase, ainda não haverá registo de caso algum de trabalhadores infetados com o COVID-19 no universo do funcionamento da Junta de Freguesia, sendo implementadas ações de carácter preventivo com o objetivo de evitar ou conter a propagação da infeção na Junta de Freguesia, conforme consta o **Anexo A - Recomendações COVID-19**, disponibilizado pela Direção Geral de Saúde (DGS).



- **COMPETE AO EXECUTIVO DA JUNTA:**

1. Divulgar o Plano junto da estrutura da Junta de Freguesia e certificar-se de que todas as unidades tomaram conhecimento do mesmo;
2. Identificar os grupos de risco dentro da estrutura interna da Junta de Freguesia;
3. Caso seja possível, proceder ao registo dos trabalhadores que se deslocam ao estrangeiro a título particular;
4. Proceder à difusão de informação pertinente através dos meios mais adequados junto dos seus trabalhadores, no que se refere às medidas de prevenção e proteção a adotar, sintomatologia associada à infeção, procedimentos a adotar no caso de sentir sintomas:
 - **Anexo A** estabelece as recomendações/ medidas de proteção a implementar.
 - **Anexo B**, estabelece os procedimentos para a lavagem das mãos.
5. Adquirir equipamentos de proteção individual, designadamente máscaras, luvas esterilizadas, bem como produtos de desinfeção para as mãos;
6. Articular com a Secretaria de modo a que esta prepare as medidas necessárias à implementação do teletrabalho, dentro do possível, quando se justificar;
7. Adotar escalas de rotatividade, semanais, de trabalhadores entre o regime de teletrabalho e o trabalho prestado no local de trabalho habitual, de horários diferenciados de entrada e saída ou de horários diferenciados de pausas e de refeições.
8. Validar as atividades prioritárias face ao evoluir da situação, identificando as tarefas que poderão ser temporariamente suspensas.

Nesta fase, e tendo por base as recomendações da DGS, o **COVID-19 recomenda alterar os seguintes procedimentos:**

1. Conduta social: alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os cidadãos (utentes) - evitar o aperto de mão;
2. Etiqueta respiratória: 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;

2) FASE DE ALERTA

Trata-se da fase em que ocorre o primeiro registo COVID-19/Coronavírus entre os trabalhadores da Junta de Freguesia.

- **COMPETE AO EXECUTIVO DA JUNTA:**

1. Registar o número de casos assinalados no universo dos trabalhadores da Junta de Freguesia e articular com o Delegado de Saúde do Concelho de Ourém;
2. Promover o acompanhamento permanente com a Secretaria relativamente às ausências de trabalho por parte dos trabalhadores;



3. Promover a intensificação das ações de higienização com periodicidade horárias nas zonas de atendimento ao público e nas zonas de permanência de maiores aglomerados de cidadãos (utentes) e trabalhadores;
4. Proceder à difusão de informação pertinente junto dos trabalhadores por parte da Secretaria;
5. Preparar, pela Secretaria, um comunicado a remeter para o exterior, de modo a informar sobre a situação, e divulgar um conjunto de novas medidas a adotar;
6. Acompanhar a evolução clínica dos trabalhadores doentes;
7. Acompanhar a situação de saúde dos trabalhadores que tenham tido contacto conhecido com alguém contagiado e que ainda não apresentem sintomas.

3) FASE DE RECUPERAÇÃO

Caracteriza-se pelo fim do aparecimento de novos casos e a recuperação dos trabalhadores doentes, com o consequente regresso gradual às suas atividades na Junta de Freguesia.

NESTA FASE IMPLEMENTAR-SE-ÃO AS SEGUINTE MEDIDAS:

1. Regresso aos locais de trabalho em articulação com as orientações da DGS ou Delegado de Saúde do Concelho de Ourém;
2. Redimensiona-se o plano de limpeza às instalações;
3. Procede-se à reavaliação dos procedimentos implementados nas fases anteriores.

8.2 ATIVIDADES COM MAIOR RISCO DE CONTÁGIO NA JUNTA DE FREGUESIA DE FÁTIMA

A Junta de Freguesia deve de estar preparada para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não ir trabalhar, devido a doença, encerramento da Secretaria e entre outras situações possíveis. Assim, e no caso concreto da Junta, é importante avaliar que os trabalhadores que desempenham atividades de atendimento ao público, bem como os que desenvolvem as suas tarefas no exterior, poderão ter um maior risco de infeção por SARS-CoV-2.

8.3 TRABALHO À DISTÂNCIA (TELETRABALHO)

De modo a reduzir o risco de contágio, deverá ser equacionado o recurso através do trabalho à distância, nos postos de trabalho que não exija a presença ou operação a partir da Junta de Freguesia de Fátima.

Sempre que possível, para as situações de trabalho à distância, o trabalhador utilizará um PC de casa se o tiver, ou aquele que lhe for distribuído para o efeito. Posteriormente, competirá à Secretaria em conjunto com a empresa que presta apoio técnico de Informática à Junta de proceder às configurações necessárias a fim de estabelecer a ligação remota ao posto de trabalho.



8.4 ATIVIDADES QUE PODEM SER TEMPORARIAMENTE SUSPENSAS

Consoante a evolução da situação poderá ser aconselhável, para diminuir os riscos de contágio, suspender temporariamente as atividades que não sejam absolutamente necessárias para a prestação dos serviços essenciais.

Nesses casos, os trabalhadores ficarão temporariamente dispensados de se apresentarem no local de trabalho até novas ordens, dadas pelo Executivo da Junta.

Estes trabalhadores poderão, em qualquer altura, ser chamados para substituir outros em atividades de acordo com o seu perfil de competências.

9 - Equipamentos de Proteção

Perante o cenário evolutivo identificado para cada fase, a utilização de equipamento de proteção individual será decidida pelo Executivo, considerando as indicações e recomendações das autoridades nacionais de saúde e a evolução da situação nacional e local.

Na **FASE DE ALERTA**, deverão ser adquiridos, os seguintes equipamentos/produtos:

1. **Solução antisséptica de base alcoólica** e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (exemplo: zona de atendimento ao público, instalações sanitárias e área de “isolamento”);
2. **Máscaras FFP3 e FFP1 (consoante disponibilidade no mercado) para utilização do trabalhador com sintomas** (caso suspeito), e, enquanto medida de precaução, para **os trabalhadores que prestem assistência ao trabalhador com sintomas** (caso suspeito);
3. **Luvas descartáveis;**

10 - Instalações e área de “isolamento”

Devem ser garantidas as medidas necessárias à manutenção permanente das condições de higiene e limpeza das instalações, cumprindo rigorosamente as recomendações emitidas pelas autoridades de saúde (DGS ou Delegado de Saúde do Concelho), quanto a esta matéria.

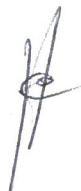
A área de “isolamento” definida para todos os trabalhadores que desempenham funções para a Junta de Freguesia localiza-se no Edifício da Sede da Junta, sita na Av. Irmã Lúcia de Jesus, nº 181, na sala de reuniões (1.º andar) e cozinha.



A área de isolamento **deve ter ou estar equipada com:**

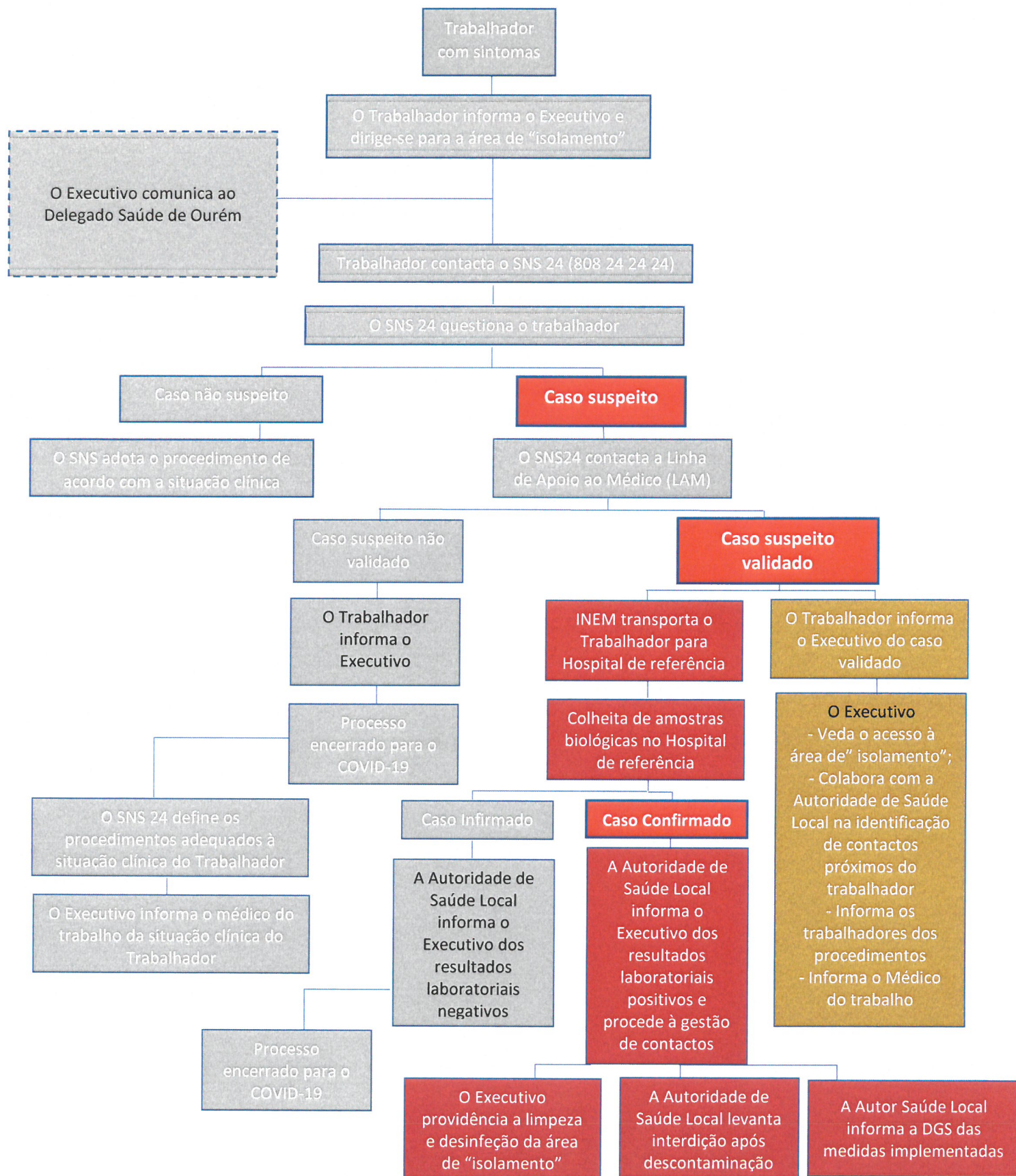
1. Ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados);
2. Uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.
3. Telefone e/ou telemóvel;
4. Cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
5. Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
6. Caixote de lixo (com abertura não manual e saco de plástico);

Aquando da comunicação de um caso suspeito, o Executivo providenciará o fornecimento dos restantes elementos: solução antisséptica de base alcoólica; toalhetes de papel; máscara(s); luvas descartáveis e termómetro.



11 - Procedimentos a adotar

11.1. PROCEDIMENTOS A ADOTAR PERANTE UM CASO SUSPEITO (de acordo com a orientação n.º 006/2020 DE 26.02.2020 da SGD)





11.2. PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se contacto um trabalhador 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:

1. “Alto risco de exposição”, é definido como:
 - Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do caso;
 - Trabalhador que esteve face-a-face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
 - Trabalhador 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.
2. “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:
 - Trabalhador 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);
 - 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; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, 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, o Executivo deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário);

O período de incubação estimado da **COVID-19 é de 1 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 seguidamente apresentada:

VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	
“Alto risco de exposição”	“Baixo risco de exposição”
- Monitorização ativa pelo Delegado de Saúde Local, durante 14 dias desde a última exposição; - Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; - Restringir o contacto social ao indispensável; - Evitar viajar; - Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;



11.3. CONTACTOS TELEFÓNICOS

CONTACTOS TELEFÓNICOS	
ENTIDADES	CONTACTOS
Linha de Saúde 24	808 24 24 24
Junta de Freguesia de Fátima	249 531 612
Centro de Saúde de Ourém/ Delegado de Saúde	249 540 630
Centro de Saúde de Fátima	249 531 836
Serviço Municipal de Proteção Civil	249 549 064
Executivo da Junta de Freguesia:	
Presidente	913 987 456
Tesoureiro	913 987 475

12 - Responsabilidades

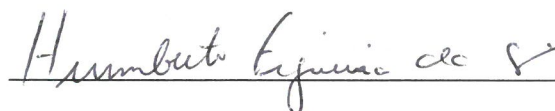
- Todos os trabalhadores devem reportar ao Executivo, uma situação de doença enquadrada como trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Nas situações em que o trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente devem estar definidos.

ANEXOS

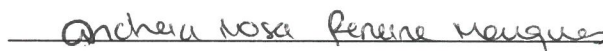
Anexo A – Recomendações / medidas de proteção a implementar

Anexo B – Estabelece os procedimentos para a lavagem das mãos

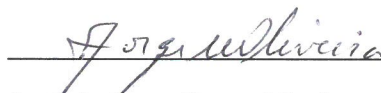
Aprovado em reunião de Junta no dia 19/11/2020



Humberto António Figueira da Silva



Andreia Rosa Pereira Marques



António Jorge Neves Oliveira



Carlos Ferreira Neves



Anexo A

RECOMENDAÇÕES / MEDIDAS DE PROTEÇÃO A IMPLEMENTAR

1. 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.
2. Utilizar um gel desinfetante (60% álcool) se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
3. Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário espirrar, assoar ou tossir. O lenço de papel deverá ser descartado imediatamente num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á espirrar ou tossir para o braço.
Nunca se deve espirrar ou tossir para o ar ou para as mãos.
4. Evitar tocar boca, nariz e olhos sem ter lavado as mãos.
5. Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
6. Evitar contacto próximo com pessoas que apresentem os sintomas:
 - a. Tosse
 - b. Febre
 - c. Dificuldade respiratória
7. Os trabalhadores que tenham sintomas de tosse, febre e dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou estabelecimentos de saúde.
8. Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a linha SNS24 – 808 24 24 24.

Anexo B



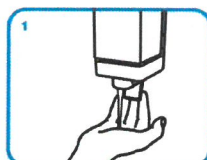
Lavagem das mãos



Duração total do procedimento: 40-60 seg.



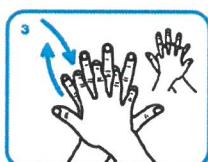
Molhe as mãos com água



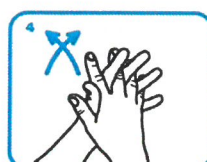
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



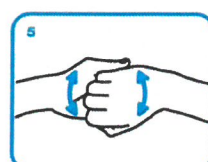
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



Palma com palma com os dedos entrelaçados



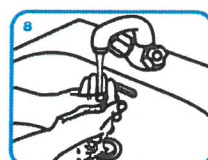
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



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



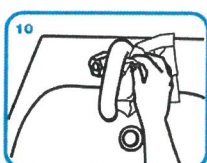
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



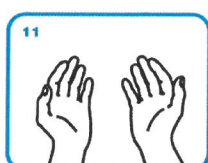
Enxague as mãos com água



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.