APOIO AO PEQUENO COMÉRCIO (LOJAS COM ÁREA <200M2)

Elaboração do Plano de Contingência — Infeção pelo novo Coronavírus SARS-coV-2, agente causal da COVID-19

Este documento procura definir as orientações para o novo paradigma de funcionamento de empresas, tendo como prioridade a sustentabilidade das mesmas, a saúde dos colaboradores e a saúde pública.

SAÚDE AMBIENTAL | UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICAACES Entre Douro e Vouga I – Feira/Arouca

2 MAIO 2020

Elaborado por:

Inês Amado, Técnica Superior de Diagnóstico e Terapêutica | Técnica de Saúde Ambiental António Duarte, Técnico Superior de Diagnóstico e Terapêutica | Técnico de Saúde Ambiental

Supervisão de:

Ana Paula Casais, Autoridade de Saúde Helena Amorim, Autoridade de Saúde António Alves, Diretor Executivo









Índice

Âmbito	2
Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho	2
Definição de Caso e de Contacto Próximo	
Classificação do tipo de contacto próximo	3
Transmissão da infeção	4
Plano de Contingência	
Orientações gerais para a elaboração do Plano de Contingência	5
Medidas a implementar na empresa	7
Mais informações	12
Fundamentação	









Âmbito

O Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-coV-2, agente causal da COVID-19 é uma ferramenta específica para responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus. Deverá ter como referencial as orientações da Organização Mundial da Saúde e da Direção-Geral da Saúde.

As medidas enunciadas no Plano de Contingência carecem do acompanhamento, para sua aplicação, de Orientações Técnicas específicas, a serem progressivamente atualizadas, de acordo com a evolução epidemiológica de COVID-19, e sempre que necessário.

Devido à dinâmica do contexto epidemiológico e a incerteza científica quanto às caraterísticas deste vírus e por forma a adequar e flexibilizar a resposta, deverá proceder-se à revisão e atualização do Plano, sempre que tal se mostre necessário.

Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho

O 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" (RJPSST -Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação do empregador 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 RJPSST). 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 intervirem 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).









Definição de Caso e de Contacto Próximo

1. Caso Suspeito

Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;

OU

Doente com infeção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

OU

Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

2. Caso Provável

Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus + sem outra etiologia que explique o quadro.

3. Caso Confirmado

Caso com confirmação laboratorial de SARS-CoV-2, independentemente dos sinais e sintomas.

Classificação do tipo de contacto próximo

1. Alto risco de exposição

Pessoa com:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
 - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
 - Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
 - Numa aeronave:
 - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);









- Companheiros de viagem do doente;
- Prestação direta de cuidados ao doente;
- Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
- Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
- Num navio:
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Partilha da mesma cabine com o doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

2. Baixo risco de exposição (contacto casual)

Pessoa com:

- contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19;
- contacto frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos;
- contacto em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior
 a 2 metros OU durante menos de 15 minutos.

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).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. 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 novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção. As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a









instituir pela empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

Plano de Contingência

As empresas devem ter um <u>Plano de Contingência</u> específico para responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus. A elaboração desse Plano deve envolver os Serviços de SST da empresa, os trabalhadores e seus representantes.

Orientações gerais para a elaboração do Plano de Contingência

		A infeção de trabalhador(es) por SARS-CoV-2 pode causar
	IDENTIFICAR DOS EFEITOS	grande impacto na laboração da empresa (na impossibilidade
		de parte (ou totalidade) de trabalhadores não irem trabalhar),
		assim devem-se avaliar os efeitos e as medidas de resolução no
		caso de vir tal a acontecer.
	DEFINIR UMA ÁREA DE ISOLAMENTO E O CIRCUITO	Preparar face a um possível caso de infeção por SARS-coV-2 em
		trabalhador(es). A área/sala de isolamento deve:
		- possuir ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica;
		- possuir revestimentos lisos e laváveis;
		- estar equipada com telefone, cadeira ou marquesa;
		- contentor de resíduos;
		- solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
		instalação sanitária próxima da área, devidamente equipada
		com doseador de sabão e toalhetes de papel individual.
		-Como deve ser realizada a comunicação interna com o
		trabalhador sintomático
E	STABELECER PROCEDIMENTOS	-Procedimentos básicos para a higiene das mãos
	ESPECÍFICOS	-Procedimentos de etiqueta respiratória
		-Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica
		-Procedimentos de conduta social
	DEFINIR RESPONSABILIDADES	Estabelecer que todos os trabalhadores devem reportar à
		chefia direta uma situação enquadrada como trabalhador com
		sintomas e/ou ligação epidemiológica compatíveis com a
		definição caso possível de COVID-19.











1		
	IDENTIFICAR OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E OS SEUS CONTACTOS	Colocar em local acessível os contactos do Serviço de Saúde e
		Segurança no Trabalho, e se possível do médico do trabalho
		responsável pela vigilância e saúde dos trabalhadores da
		empresa.
		-Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar
		em locais estratégicos, juntamente com informação sobre
		procedimentos de higienização das mãos;
		-Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis;
		-Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações
		sanitárias e outros locais onde há a possibilidade de higienizar
	ADQUIRIR E DISPONIBILIZAR	as mãos;
	EQUIPAMENTOS E PRODUTOS	-Contentores de resíduos com abertura não manual e saco de
		plástico;
		-Equipamentos de limpeza: diferenciar entre de uso habitual (e
		prever a limpeza e desinfeção após a utilização) e os de uso
		exclusivo para locais onde existe um caso suspeito ou
		confirmado na empresa (devem ser descartáveis);
		-Produtos de higiene e limpeza.
	DIVULGAR O PLANO DE	Todos os trabalhadores devem ter conhecimento do Plano de
	CONTINGÊNCIA PELOS	Contingência e estar (in)formados sobre os procedimentos a ter
	TRABALHADORES	perante um caso de suspeito na empresa. Deve ser acessível
	TRADALHADORES	para consulta de todos.
		-Ativar o Plano de Contingência da empresa;
	DEFINIR PROCEDIMENTOS A	-Confirmar se estão a ser implementadas as medidas e
	TOMAR NA PRESENÇA DE	procedimentos específicos;
	TRABALHADOR(ES) SUSPEITO(S)	-Procurar manter atualizada a informação sobre COVID-19, de
	DE INFEÇÃO POR SARS-COV-2	acordo com o disponibilizado pela DGS, Autoridade de Saúde
		Local e meios de comunicação oficiais.
		Qualquer trabalhador com sintomas e sinais de COVID-19 e
		ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador com
	ESTABELECER PROCEDIMENTOS	critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa
	NUM POSSÍVEL CASO SUSPEITO	a chefia (preferencialmente via-telefónica) e dirige-se para a
		área de isolamento definida no Plano de Contingência.
		(Ver ponto 6 da Orientação 006/2020 da DGS)
		•









Medidas a implementar na empresa

(as quais devem constar no Plano de Contingência da mesma)

AVALIAÇÃO DE SINTOMAS (AUTOVIGILÂNCIA)

O trabalhador, antes de sair de casa para se deslocar para o trabalho, deve avaliar a temperatura corporal, bem como a ausência ou não de sintomas (febre, tosse, corrimento nasal excessivo, dificuldade em respirar, falta de ar, fadiga e dor a deglutir os alimentos, etc.). Todos os sintomas devem ser registados.

FARDA/EQUIPAMENTO DE TRABALHO

O trabalhador deve equipar-se com o vestuário geral em casa. Aquando da chegada ao local de trabalho, deve vestir a farda ou equipamento de trabalho. A farda deve cobrir todo o corpo, incluindo mangas, e deve ser, preferencialmente, limpa todos os dias (no caso de impossibilidade deve ser utilizada sempre pelo mesmo trabalhador) e lavada nos locais de trabalho.

EQUIPAMENTOS PROTEÇÃO INDIVIDUAL

- Obrigatoriedade da utilização de máscara e outros equipamentos de proteção, como viseiras e luvas, durante o turno de trabalho.
- A máscara deve ser trocada sempre que estiver húmida (mínimo 4-6 horas).
- As luvas devem ser trocadas entre clientes.

DESLOCAÇÕES PARA O TRABALHO

No percurso entre o domicílio e o posto de trabalho deve ser respeitado o afastamento social (mínimo 2 metros entre pessoas), e nos veículos particulares, devem-se posicionar no sentido diagonal – condutor à frente (esquerda) e passageiro a trás (direita).











REFORÇO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFEÇÃO DE ESPAÇOS

Por forma a diminuir a probabilidade de ocorrências de contaminações cruzadas será necessário reforçar a frequência de higienização e desinfeção de todos os espaços, com especial atenção a áreas como:

- espaços de pausas
- balneários e/ou vestiários
- instalações sanitárias
- zonas de atendimento
- postos de trabalho (no caso de existir rotatividade de trabalhadores, será necessário existir uma desinfeção sempre que o trabalhador mude de posto; ou sempre que seja atendido um novo cliente).

Assim como em superfícies, tais como:

- maçanetas de portas
- interruptores de luz
- telefones
- teclados de computadores e tablets (principalmente quando utilizados por diversas pessoas)
- botões de elevadores
- torneiras de lavatórios
- manípulos de autoclismos
- mesas
- bancadas
- cadeiras
- corrimãos
- terminais de pagamento automático (TPA);
- máquinas dispensadoras de alimentos/café.









LIMPEZA

- Elaborar um plano de limpeza e higienização de instalações e afixar em local visível;
- Existir reforço e registo de limpezas com identificação da pessoa responsável e a frequência e horários a que é realizada;
- Os profissionais devem conhecer todos os produtos a utilizar e as precauções a ter no seu manuseamento, diluição e aplicação em segurança;
- A pessoa que realiza a limpeza deve usar: bata impermeável (ou avental impermeável descartável por cima da farda); máscara ajustada à face; luvas resistentes aos desinfetantes; farda limpa todos os dias e calçado apropriado;
- No caso da limpeza a efetuar se tratar de uma área onde possam ter ocorrido casos de COVID-19 ou eventual disseminação, pode recorrer-se ao método de desinfeção por vapor de peróxido de hidrogénio (através da aquisição de uma máquina e produto apropriado), realizado após a limpeza prévia e com a área vazia, cumprindo sempre com as instruções do fabricante/fornecedor;
- A limpeza deve ser sempre húmida não utilizar aspiradores a seco, salvo em caso de ter tanque com água que recolhe a sujidade (neste caso, este deve ser despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar). Deve ser sempre realizada de cima para baixo, e das áreas mais limpas para as mais sujas (paredes e teto superfícies acima do chão equipamentos existentes na área instalações sanitárias (por último) pavimento).
- Os materiais de limpeza devem estar devidamente identificados por risco de áreas a limpar. Os panos devem ser diferenciados pela cor para cada uma das áreas a limpar, de acordo com o nível de risco. Ex.: azul bancadas, mesas, cadeiras; amarelo lavatório de instalações sanitárias; vermelho exterior das sanitas, etc.
- Os baldes e esfregonas devem ser também diferenciados dependendo das áreas a limpar.
- Após a utilização, quer dos panos, quer de esfregonas, baldes e mopas, deve-se garantir a correta limpeza e desinfeção.
- Todos os materiais e equipamentos utilizados no atendimento ao cliente devem ser higienizados e desinfetados entre clientes.









DISTANCIAMENTO ENTRE POSTOS DE TRABALHO

Os pontos de trabalho deverão ter uma distância de 2 metros uns dos outros, preferencialmente, sinalizado no pavimento.

CRIAÇÃO DE BARREIRAS FÍSICAS (QUANDO APLICÁVEL)

Em postos de trabalho muito próximos, onde não existe a possibilidade de haver uma distância de 2 metros entre eles, deverão ser criadas proteções físicas que impeçam proximidade entre trabalhadores e a consequente projeção de gotículas (como p.e. barreira de acrílico, colocação de "obstáculos").

Quando tal não for possível, deverão ser reforçadas as medidas de proteção individual.

VENTILAR CORRETAMENTE OS ESPAÇOS

Garantir a correta ventilação dos espaços, quer seja por ventilação natural ou por ventilação mecânica.

TURNOS (QUANDO APLICÁVEL)

- Sempre que possível, o horário de trabalho deve ser por turnos, de forma a que, no mesmo espaço ou área de trabalho esteja o menor número de trabalhadores possível.
- Os trabalhadores devem ser organizados por turnos em equipas autónomas e em espelho, de forma a identificar qualquer incidente ou acidente adverso, no caso de necessidade de isolamento ou interrupção da atividade de uma equipa.
- O horário de refeição ou pausa deve ser também realizado por turnos, garantindo o distanciamento de 2 metros entre pessoas.

SOLUÇÃO ANTISSÉPTICA DE BASE ALCOÓLICA (SABA)

Deve ser disponibilizada SABA para utilização dos trabalhadores e clientes em locais estratégicos como:

- entrada/saída do espaço
- entre postos de trabalho
- zonas de atendimento
- zonas de pausas para descanso

Juntamente ao dispensador SABA deve estar afixados os procedimentos da correta higienização das mãos.









ALTERNÂNCIA NAS IDAS ÀS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS E VESTIÁRIOS/BALNEÁRIOS (QUANDO APLICÁVEL)

Quando os trabalhadores se deslocarem às instalações sanitárias ou aos vestiários/balneários, devem fazê-lo alternadamente.

AVALIAÇÃO DE SINTOMAS

Antes do trabalhador entrar no edifício devem ser monitorizados e supervisionados os sintomas registados pelo trabalhador antes da saída de casa (já referido anteriormente). Este trabalho deve ser realizado pelos técnicos de segurança e saúde no trabalho, pelo encarregado ou a quem a entidade patronal designar.

Em casos suspeitos ou com dúvidas devem ser seguidas as orientações da Direção-Geral de Saúde.

FORNECIMENTO DE KIT AO TRABALHADOR

A entidade patronal deve fornecer ao trabalhador, diariamente, um kit com máscara, luvas, álcool gel 100ml, viseiras e óculos (quando necessário).

TRATAMENTO AO CLIENTE

- -O trabalhador deve desinfetar as mãos ou trocar de luvas entre clientes.
- -Os clientes devem utilizar máscara.
- O espaço de atendimento ao público deve observar a regra de ocupação máxima indicativa de 0.05 pessoas por metro quadrado de área.
- O cliente deve permanecer apenas pelo tempo estritamente necessário à aquisição dos serviços.
- É proibido situações de espera dentro das instalações, devendo os operadores económicos recorrer, preferencialmente, a mecanismos de marcação prévia.
- Sempre que possível devem ser criados circuitos de entrada e saída no estabelecimento, utilizando portas separadas.
- O estabelecimento deve atender com prioridade os profissionais de saúde, os elementos de das forças e serviços de segurança, de proteção e socorro, o pessoal das forças armadas e de prestação de serviços de apoio social.
- O estabelecimento deve informar de forma clara e visível os clientes, relativamente às novas regras de funcionamento, acesso, prioridade, atendimento, higiene, segurança e outras.









Mais informações

Para mais informações pode consultar: https://covid19.min-saude.pt/, ou contactar as Autoridades de Saúde Locais:

usp.feiraarouca@arsnorte.min-saude.pt

256 371 442

Fundamentação

O presente documento foi elaborado com base na Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-A/2020 e nas Orientações da Direção-Geral de Saúde:

- N. 02A/2020 de 25/01/2020 atualizada em 09/03/2020
- N. 006/2020 de 26/02/2020
- N. 011/2020 de 17/03/2020
- N. 014/2020 de 21/03/2020
- N. 019/2020 de 03/04/2020