

PLANO DE CONTINGÊNCIA

JUNHO 2020

ÍNDICE

1. Enquadramento da situação	4
2. Explicitação do que é o Corona Vírus – COVID-19	5
2.1 Principais sintomas	6
2.2 Transmissão, tempo de incubação e formas de manifestação	6
3. Procedimentos preventivos	8
3.1 Regresso de deslocações ao estrangeiro e clientes oriundos de outros países	8
3.2 Medidas de prevenção diárias	9
3.3 Medidas de higiene do ambiente empresarial	10
3.4 Medidas de vigilância	10
4. Operacionalização do Plano de Contingência	11
4.1 Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores ou clientes pode causar no serviço ou entidade	11
4.2 Cadeia de comando e controlo	12
4.2.1 Equipa operativa	13
4.3 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19	14
4.3.1 Sala de “isolamento”, localização e material	14
4.3.2 Aquisição de equipamentos e produtos	14
4.3.3 Identificar os profissionais de saúde e os seus contatos	14
4.3.4 Informar e formar o Staff da Correia & Santinha Lda.	15
4.3.5 Diligências a efetuar na presença de suspeita de infeção por COVID-19	16
5. Procedimentos num caso suspeito	16
5.1 Desta validação o resultado poderá ser:	18
6. Procedimentos perante um caso suspeito validado	18
6.1 Na situação de caso confirmado	20
7. Vigilância de contatos próximos	20
7.1 Alto risco de exposição	21
7.2 Baixo risco de exposição	21

8. Resumo das Medidas a Adotar para a Diminuição da Transmissão da COVID-19	
durante o funcionamento da empresa	22
8.1 Medidas gerais a aplicar a todos os setores da empresa	22
8.2 Medidas a Aplicar nas Piscinas e Divertimentos Aquáticos	26
8.3 Higienização de Equipamentos e Superfícies	27
9. Retrospectiva das Regras para Colaboradores	29
9.1 Setores do Parque	29
9.1.1 Restauração e Bebidas	29
9.1.2 Piscinas e Diversões	32
9.1.3 Outros Setores do Parque	34
9.1.4 Enfermaria	35
9.2 Colaboradores e Sintomatologia	36
10. Regras para os Clientes	36
11. Elaboração e Divulgação do Plano	37
12. Bibliografia	37
Anexo I – Fluxograma de atuação	38
Anexo II – Correta utilização da máscara	39
Anexo III – Cartaz informativo sobre lavagem das mãos	40
Anexo IV – Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID-19	
numa empresa	41
Anexo V – Fluxograma de monitorização dos contatos próximos (trabalhador	
assintomático) de um caso confirmado de COVID-19	42
Anexo VI – Etiqueta respiratória acrescentar	43

1. Enquadramento da situação

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades económicas.

A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações. Dada a organização estrutural dos espaços de um Parque Aquático, nas quais estão englobados uma série de setores de atividade diferentes, destacam-se INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020, a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, a Informação 010/2020 de 13/04/2020, a Orientação 023/2020 de 08/05/2020 e a Orientação 030/2020 de 29/05/2020 atualizada a 08/06/2020, a serem atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

Este documento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por **plano de contingência**, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta da empresa, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos trabalhadores e clientes, assegurando a continuidade da sua atividade.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS, pelo que este documento exige um carácter dinâmico e uma atualização permanente. Deverá ser consultado o sítio <https://www.dgs.pt/coronavirus/documentos/orientacoes.aspx>.

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, determinando, quando necessário, medidas corretivas, incluindo a interrupção ou suspensão de atividades ou serviços e o encerramento. (Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro).

2. Explicação do que é o Corona Vírus – COVID-19

Os coronavírus são um grupo de vírus conhecidos desde meados de 1960. A maioria das pessoas infeta-se com os coronavírus comuns ao longo da vida. Eles são uma causa comum de infeções respiratórias brandas e moderadas de curta duração. Entre os coronavírus encontra-se também o novo vírus designado de COVID-19 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), cuja infeção provoca sintomas semelhantes a uma gripe comum ou, em casos mais graves, a uma pneumonia. A COVID-19 é uma doença infecciosa emergente, identificada pela primeira vez na cidade Chinesa de Wuhan, cujos casos iniciais datam de dezembro de 2019.

O Comité de Emergência da OMS decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, no âmbito do Regulamento Sanitário Internacional. De acordo com o Centro Europeu de Prevenção de Controlo das Doenças (ECDC), o impacto potencial do Corona Vírus COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação continuada e global do vírus.

Proveniência do nome:

COVI	Coronavírus
D	Doença
19	2019 (ano em que foi identificado)

2.1 Principais sintomas

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

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

2.2 Transmissão, tempo de incubação e formas de manifestação

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

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

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 e ainda através do contato das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contato com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos).

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 aérea e por contato) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

As **formas de manifestação** deverão ser analisadas, tendo em conta critérios clínicos e epidemiológicos (Tabela 1) disponibilizados à data no ECDC (Centro Europeu de Prevenção de Doenças Transmissíveis).

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infecção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa ⁴ nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Tabela 1 - Critérios clínicos e epidemiológicos de manifestação da infeção por COVID-19

3. Procedimentos preventivos

3.1 Regresso de deslocações ao estrangeiro e clientes oriundos de outros países

Estando prevista a abertura das fronteiras entre os países da Comunidade Europeia, recomenda-se aos funcionários da empresa a devida ponderação relativamente à conveniência das deslocações para fora do país, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde.

Os trabalhadores e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contato físico.

Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

Já quanto aos visitantes, nacionais ou estrangeiros, é impossível o controlo das suas movimentações e dos contactos estabelecidos antes da sua entrada no parque. Com a admissão de que parte das pessoas infetadas poderão não

apresentar sintomas, torna-se essencial o cumprimento rigoroso das medidas de diminuição da capacidade de propagação do vírus. Neste caso, cabe a todos os funcionários do parque a observância do cumprimento dessas medidas por parte dos clientes (Anexo I).

3.2 Medidas de prevenção diária

- Respeitar a distância entre pessoas de, pelo menos, 2 metros (exceto coabitantes);
- Utilizar corretamente uma máscara num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção (Anexo II). Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de utilização. O uso de máscara não substitui outras medidas de prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas;
- Higienizar as mãos com solução à base de álcool ou com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, à entrada e à saída do estabelecimento (Anexo III);
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória adequadas:
 - Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
 - Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;

- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

3.3. Medidas de higiene do ambiente empresarial

- Arejamento dos espaços,
- Higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos, objetos e superfícies mais manuseados: corrimões, maçanetas de portas, balcões, torneiras,...
- Colocação/reforço de suportes com solução antisséptica de base alcoólica em locais estratégicos: entrada do parque, refeitório, instalações sanitárias, área de isolamento, casas das máquinas, escritório e gabinetes, bilheteira, reservas, recepção,

3.4. Medidas de vigilância

- Reforço na atenção a sintomas nos trabalhadores: febre (38°C), tosse, dificuldade respiratória.
- Aplicação destas medidas nos casos de trabalhadores que fizeram viagens a outros países.
- Atenção a sintomas apresentados pelos clientes.
- Fazer cumprir as regras estabelecidas

4. Operacionalização do Plano de Contingência

4.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores ou clientes pode causar no serviço ou entidade.

Indivíduos sintomáticos e Medidas de Isolamento

A colocação de uma pessoa que apresente sintomas da doença numa área de “isolamento” visa impedir que outros trabalhadores ou clientes possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na empresa e na comunidade. A área de “isolamento” (sala, gabinete, secção, zona) numa empresa tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores/clientes com o indivíduo doente (com sinais, sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes indivíduos.

A área de “isolamento” deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador, 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, toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; 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.

A empresa deverá estabelecer o(s) circuito(s) a privilegiar quando alguém com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do indivíduo com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores nas instalações.

4.2. Cadeia de Comando e Controlo

A cadeia de comando e controlo define a liderança e coordenação em situação de infeção do Coronavírus - COVID-19. Ela tem autoridade para tomar decisões e atuar em conformidade a todos os níveis de intervenção. A Coordenação global do plano é presidida pelos Diretores da empresa devidamente apoiada por uma Equipa operativa em articulação com as Autoridades de Saúde Locais

4.2.1. Equipa operativa

Nome	Função na empresa	Função no plano contingência
Carlos Santinha	Diretor Geral	Coordenador
Jorge Santinha	Diretor Técnico	Coordenador
Ana Tendinha	Diretora Comercial	Coordenador
Cláudia Correia	Diretora de Comunicação	Coordenador
Gabriel Lopes	Supervisor do Parque	Responsável pela equipa operativa
Susana Encarnação	Eng.ª Alimentar	Responsável pela equipa operativa
Cláudia Cruz	Eng.ª Biotecnologa	Responsável pela equipa operativa
Graça Gomes	Responsável de reservas	Responsável pela equipa operativa
Enfermeiro de serviço	Responsável de enfermaria	Responsável na resposta de cuidados diferenciados de saúde

4.3 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19

4.3.1 Sala de “isolamento”, Localização e Material

- A sala de isolamento fica localizada na SALA DOS FAMILIARES.

- Esta sala dispõe de um sistema de ventilação mecânica, dispondo ainda de uma casa de banho privativa.

- Na sala, há um dispensador de substância de álcool, máscaras, luvas, toalha, água potável, um termómetro, um balde do lixo com um saco de plástico. Tem acesso a um telefone e instalações sanitárias privadas.

Os responsáveis pelo encaminhamento, serão os elementos da equipa operativa.

4.3.2 Aquisição de equipamentos e produtos

A empresa procederá à aquisição/reforço dos equipamentos e produtos considerados necessários para a higiene pessoal, limpeza e desinfeção de superfícies, material e equipamentos, em particular de acordo com a orientação número 006/2020 da DGS de 26/02/2020.

4.3.3 Identificar os profissionais de saúde e os seus contactos²

- Linha SNS 24 - 808 24 24 24

- Centro de Saúde da Lagoa – 282 340 370
- Bombeiros Voluntários de Lagoa – 282 352 888
- Unidade de Saúde Pública – 282 340 377

4.3.4 Informar e formar o staff da Correia e Santinha, Lda.

- Reunir com toda a Equipa Operativa.
- Enviar o Plano de Contingência e os cartazes da DGS a todos os elementos da empresa via email.
- Promover a realização de sessões de esclarecimento
- Disponibilizar no site da empresa o Plano de Contingência, bem como um *link* para a DGS – página do COVID-19.
- Facultar informações e esclarecimento a todos os funcionários.
- Distribuir pela empresa cartazes alusivos ao COVID-19, nomeadamente na entrada, casas das máquinas, instalações sanitárias, escritórios e gabinetes, restaurantes e quiosques, reservas e receção, área de isolamento e bilheteira.

4.3.5 Diligências a efetuar na presença de suspeitos de infecção por COVID-19

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.

5. Procedimentos num caso suspeito

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infecção respiratória aguda (febre, tosse, dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

No caso dos trabalhadores, que apresentem critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da empresa (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na empresa, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência.

Nas situações necessárias o responsável acompanha o trabalhador até à área de “isolamento”. Quem acompanha/presta assistência ao Trabalhador com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara KN95/FFP2 e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infecção quanto à higiene das mãos, após contato com o Trabalhador doente.

No caso de deteção de clientes que apresentem critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, deve ser feito o isolamento imediato do mesmo e a transmissão de informação à direção da empresa (preferencialmente por via rádio), para que possa ser de imediato conduzido para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência.

Quem acompanha/presta assistência ao cliente com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara KN95/FFP2 e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contato com o doente. Deve também fornecer de imediato uma máscara cirúrgica ao cliente com sintomas antes do início da deslocação do mesmo para a área de isolamento.

Já na área de “isolamento” o responsável pelo serviço de enfermagem do parque contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais, sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;

- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição. (Anexo IV)

5.1. Desta validação o resultado poderá ser:

- Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador.
- Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O diretor informa de imediato o Delegado Regional de Saúde da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.

6. Procedimentos perante um caso suspeito validado

- O 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 testes laboratoriais.
- O acesso de outras pessoas à área de “isolamento” fica proibido (exceto aos colaboradores designados para prestar assistência);

➤ A Administração colabora com a autoridade de Saúde Local na identificação dos contatos próximos do doente;

➤ No caso dos trabalhadores a Administração informa a empresa prestadora de serviços externos de saúde no trabalho ou o médico do trabalho responsável;

➤ A Administração informa os restantes colaboradores da existência de um caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

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 dos resultados dos testes laboratoriais e:

➤ Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;

➤ 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.

6.1. Na situação de caso confirmado:

A empresa deve:

- Providenciar a limpeza e desinfecção (descontaminação) da área de “isolamento”;

- Reforçar a limpeza e desinfecção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;

- Dar especial atenção à limpeza e desinfecção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);

- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micras) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

7. Vigilância de contatos próximos

Considera-se “contato próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contato próximo com um caso confirmado de COVID-19 (Anexo V).

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

7.1. “Alto risco de exposição”

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;
- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

7.2. “Baixo risco de exposição”

- Quem teve contato 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);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada de meios de contenção respiratória; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19 na equipa laboral, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de

vigilância ativa dos contatos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contatos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, 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).

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. (Anexo IV)

8. Resumo das Medidas a Adotar para a Diminuição da Transmissão da COVID-19 Durante o Funcionamento da Empresa

8.1. Medidas Gerais a aplicar a todos os setores da empresa

Os estabelecimentos devem assegurar que todas as pessoas que neles trabalham e que o frequentam estão sensibilizadas para o cumprimento das regras, da lavagem correta das mãos, da etiqueta respiratória (Anexo VI), assim como as outras medidas de higiene pessoal e ambiental. Salienta-se ainda a importância de:

- Atualizar o Plano de Contingência específico para COVID19, de acordo com a Orientação da Direção-Geral da Saúde (DGS);
- Fornecer a todos os colaboradores o Plano de Contingência e garantir que estão aptos para colocar em prática todas as medidas preconizadas, informando-os especialmente sobre como reconhecer e atuar perante um cliente ou colaborador com suspeita de COVID-19;
- Reduzir a capacidade máxima do estabelecimento (interior, incluindo balcão, e esplanada), por forma a assegurar o distanciamento físico recomendado - 2 metros entre as pessoas nas instalações e três metros entre chapéus-de-sol - e garantir o cumprimento da legislação em vigor. A capacidade máxima de pessoas do estabelecimento esta afixada em documento próprio, visível para o público;
- Privilegiar a utilização de espaços destinados aos clientes em áreas exteriores, como as esplanadas (sempre que possível) e serviço take-away;
- Dispor, sempre que possível, as cadeiras e as mesas por forma a garantir uma distância de, pelo menos, 2 metros entre grupos “familiares”;
- A disposição dos lugares em diagonal pode facilitar a manutenção da distância de segurança;

- Os coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado a uma distância inferior a 2 metros.
- Impedir que os clientes modifiquem a orientação das mesas e das cadeiras, de acordo com a sinalética utilizada. Apenas os colaboradores o poderão o fazer, garantindo sempre o devido distanciamento.
- Antever todas as circunstâncias que podem ocorrer no estabelecimento, por forma a promover a adequada distância entre as pessoas;
- Sempre que possível e aplicável, promover e incentivar o agendamento prévio para reserva de lugares por parte dos clientes;
- Nos pedidos/pagamentos ao balcão, no caso de poder formar-se uma fila de espera, os clientes devem ser incentivados a manter uma distância de, pelo menos, 2 metros através da sinalização do local onde devem permanecer à espera da sua vez;
- A fila de espera no espaço exterior ao estabelecimento deve garantir as condições de distanciamento e segurança através de sinalética.
- A circulação das pessoas deve ocorrer em circuitos onde seja possível manter a distância adequada entre elas.

- A empresa disponibiliza dispensadores de solução à base de álcool localizados em pontos estratégicos ao longo de todas as instalações, devidamente identificados e com a informação adequada.
- Garantir que as instalações sanitárias dos clientes e dos colaboradores possibilitam a lavagem das mãos com água e sabão e a secagem das mãos com toalhas de papel de uso único. Os lavatórios estão acessíveis sem necessidade de manipular portas;
- Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies, de acordo com a Orientação da DGS. Os protocolos de limpeza e desinfeção devem ser reforçados, incluindo:
 - Desinfetar sempre que necessário, e após cada utilização, com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contato frequente (por exemplo, maçanetas de portas, torneiras de lavatórios, sanitários, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, terminais de pagamento automático, pegas de boias, tapetes, acessórios vários, etc.);
- Assegurar uma boa ventilação e renovação frequente de ar nas áreas interiores, por exemplo através da abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção adequada.
- Garantir o cumprimento das medidas previstas no HACCP.

- No caso de fornecedores de serviço (ex: empresas de manutenção) e fornecedores de produto que tenham obrigatoriamente que entrar no estabelecimento, deverá ser comunicado que a entrada é feita com máscara e após a higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA).

8.2. Medidas a Aplicar nas Piscinas e Divertimentos Aquáticos

- A limpeza e desinfecção das piscinas deve ser realizada com o procedimento habitual, devendo-se substituir a água e proceder à cloração (desinfecção química) como definido em protocolo interno.
- Garantir que a água é testada regularmente quanto à química correta e desinfecção adequada, e verificar se a instalação está livre de outros riscos químicos e físicos.
- Todos os registos dos resultados de testes de qualidade da água devem ser mantidos atualizados.
- Obrigatoriedade de higienização das mãos na entrada do cais da piscina.
- Recomendar aos utilizadores o uso de óculos de natação dentro da mesma e área circundante, de modo a evitar tocar com as mãos nos olhos.
- Serão criados corredores de acesso unidirecionais para cada um dos divertimentos. Nesses corredores serão marcados pontos de distanciamento entre grupos.
- Assegurar a limpeza e higienização dos equipamentos utilizados. Fica estabelecido que nos divertimentos em que seja necessário o uso de boia

ou colchões, estes devem ser mantidos dentro das piscinas com água clorada, com a face munida de pegas submersa, durante 2 minutos. Caso não seja possível realizar esta operação as pegas deverão ser desinfetadas com uma solução de base alcoólica.

- O Jacuzzi deve permanecer encerrado até indicação contrária.
- Os Balneários e chuveiros serão utilizados, mantendo-se a distância de segurança entre utilizadores e a higienização do espaço feita de forma regular. Os utilizadores só poderão entrar nestes espaços desde que venham calçados.
- A utilização/aluguer de cacifos será organizada de modo a minimizar os cruzamentos entre clientes.
- Disponibilização de dispensadores de água para enchimento da própria garrafa/copo do cliente, sem tocar no bocal do dispensador.
- Nas instalações sanitárias será privilegiado o uso de papel das mãos descartável.

8.3. Higienização de Superfícies e Equipamentos

O SARS-CoV-2 pode sobreviver nas superfícies e objetos durante tempos variáveis, que vão de horas a dias. É essencial serem garantidas medidas de higiene das superfícies, de forma a diminuir a transmissão do vírus:

- Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS11;
- Aumentar a frequência de limpeza e desinfeção várias vezes por dia e com recurso a agentes adequados de todas as zonas (ex.: zonas de atendimento, balcões, mesas, corrimãos, gabinetes de atendimento, maçanetas de

portas, teclados do computador, botões de elevador; casas de banho, puxadores, cabides, cacifos, superfícies de piscinas e similares, entre outros);

- Limpeza e desinfeção de superfícies laváveis não porosas, no início do dia, antes e após cada utilização, com recurso a agentes adequados, de todos os equipamentos considerados críticos, ou seja, equipamentos de utilização por várias pessoas;

9. Retrospectiva das Regras Para Colaboradores

9.1. Setores do Parque

9.1.1. Restauração

Os colaboradores de estabelecimentos de restauração e bebidas devem:

- Conhecer as medidas que constam do Plano de Contingência COVID-19;
- Cumprir as recomendações de segurança e reportar à empresa ou às entidades competentes situações de incumprimento das medidas implementadas que podem condicionar perigo para a Saúde Pública;
- Evitar a concentração dos colaboradores na entrada e na saída, e sempre que possível, nas zonas de trabalho;
- Sempre que possível circule pelo seu lado direito;
- Cumprir as medidas de higiene das mãos e etiqueta respiratória recomendadas pela Direção-Geral da Saúde;
- Higienizar as mãos regularmente e nas seguintes situações:
 - À entrada e saída do estabelecimento;
 - Entre cada atendimento de cliente;
 - Antes e depois das refeições;
 - Depois de idas à casa de banho;
 - Sempre após tossir ou espirrar e depois de se assoar;
 - Quando aplicável, sempre que se toque na máscara;
 - Antes e depois de mexer em embalagens vindas do exterior (ex: na receção de matérias primas);
 - Depois de mexer no lixo;

- No caso dos manipuladores de alimentos, antes de iniciar a preparação/confeção dos alimentos e também frequentemente durante o processo;
- Utilizar corretamente uma máscara, durante todo o período de trabalho num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção. Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de utilização (Anexo III). O uso de máscara não substitui outras medidas de prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas;
- Usar o respetivo fardamento (roupa e calçado). O fardamento dos colaboradores da restauração deverá ser exclusivo para o local de trabalho e mudado de preferência diariamente.
- Todos os EPI's descartáveis, quando retirados, devem ser prontamente colocados em recipientes para resíduos sólidos acionados por pedal e revestidos por sacos plásticos. Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar. O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com 2 nós bem apertados e, preferencialmente, com um atilho ou adesivo.
- Garantir que a disposição das mesas e das cadeiras no estabelecimento permitem uma distância de, pelo menos, 2 metros entre todas as pessoas;
- Manter, sempre que possível, uma distância de 2 metros dos clientes e dos outros colaboradores;
- Os tabuleiros utilizados são lavados na máquina de lavar com detergente, a temperatura elevada (80-90°C);

- Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber:
 - O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;
 - Os colaboradores não devem entrar em contato com alimentos expostos e prontos para comer com as próprias mãos e devem usar utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição;
 - O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas para uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário.

9.1.2 Piscinas e Diversões

Os colaboradores do setor das piscinas e divertimentos devem:

- Conhecer as medidas que constam do Plano de Contingência COVID-19;
- Cumprir as recomendações de segurança e reportar à empresa ou às entidades competentes situações de incumprimento das medidas implementadas que podem condicionar perigo para a Saúde Pública;
- Evitar a concentração dos colaboradores na entrada e na saída, e sempre que possível, nas zonas de trabalho;
- Sempre que possível circule pelo seu lado direito;
- Cumprir as medidas de higiene das mãos e etiqueta respiratória recomendadas pela Direção-Geral da Saúde;
- Higienizar as mãos regularmente e nas seguintes situações:
 - À entrada e saída do estabelecimento;
 - Antes e depois das refeições;
 - Depois de idas à casa de banho;
 - Sempre após tossir ou espirrar e depois de se assoar;
 - Quando aplicável, sempre que se toque na máscara;
 - Antes e depois de entrarem em contato físico com os clientes, sempre que tal seja necessário para garantir o socorro ou a integridade física dos mesmos;
- Utilizar corretamente uma máscara, durante todo o período de trabalho num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção. Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de utilização (Anexo III). O uso de máscara não substitui outras medidas de

prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas;

- Usar o respectivo fardamento (roupa e calçado). O fardamento dos colaboradores das piscinas poderá, este ano a título excepcional, ser vestido previamente à sua chegada ao parque, mas terá de ser mudado diariamente.
- Todos os EPI's descartáveis, quando retirados, devem ser prontamente colocados em recipientes para resíduos sólidos acionados por pedal e revestidos por sacos plásticos. Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar. O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com 2 nós bem apertados e, preferencialmente, com um atilho ou adesivo.
- Manter, sempre que possível, uma distância de 2 metros dos clientes e dos outros colaboradores;

9.1.3. Outros Setores do Parque

Os colaboradores dos restantes setores do parque devem:

- Conhecer as medidas que constam do Plano de Contingência COVID-19;
- Cumprir as recomendações de segurança e reportar à empresa ou às entidades competentes situações de incumprimento das medidas implementadas que podem condicionar perigo para a Saúde Pública;
- Evitar a concentração dos colaboradores na entrada e na saída, e sempre que possível, nas zonas de trabalho;
- Sempre que possível circule pelo seu lado direito;
- Cumprir as medidas de higiene das mãos e etiqueta respiratória recomendadas pela Direção-Geral da Saúde;
- Higienizar as mãos regularmente e nas seguintes situações:
 - À entrada e saída do estabelecimento;
 - Entre cada atendimento de cliente;
 - Antes e depois das refeições;
 - Depois de idas à casa de banho;
 - Sempre após tossir ou espirrar e depois de se assoar;
 - Quando aplicável, sempre que se toque na máscara;
 - Antes e depois de mexer em embalagens vindas do exterior (ex.: sacos ou lancheiras dos clientes);
 - Depois de mexer no lixo;
- Utilizar corretamente uma máscara, durante todo o período de trabalho num espaço com múltiplas pessoas, respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização e remoção. Contemplar a necessidade de substituição da máscara, adotando as boas práticas de

utilização (Anexo III). O uso de máscara não substitui outras medidas de prevenção, como o distanciamento físico recomendado, que devem ser mantidas;

- Usar o respectivo fardamento (roupa e calçado). O fardamento dos colaboradores destes setores poderá ser vestido previamente à sua chegada ao parque, mas terá de ser mudado diariamente.
- Todos os EPI's descartáveis, quando retirados, devem ser prontamente colocados em recipientes para resíduos sólidos acionados por pedal e revestidos por sacos plásticos. Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar. O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com 2 nós bem apertados e, preferencialmente, com um atilho ou adesivo.
- Garantir o cumprimento da distância de, pelo menos, 2 metros entre todas as pessoas que se encontrem a frequentar cada um dos locais sob sua supervisão;
- Manter, sempre que possível, uma distância de 2 metros dos clientes e dos outros colaboradores;

9.1.4 Enfermaria

Por se tratar de um departamento da empresa com uma prestação de serviço por parte de profissionais do ramo da enfermagem, altamente treinados e mobilizados na luta contra a disseminação da pandemia, as regras serão estabelecidas pelos mesmos cumprindo estritamente as normas vigentes em meios hospitalares.

9.2. Colaboradores e sintomatologia

Os colaboradores que desenvolvam sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se no local de trabalho, e devem contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.

3. Os colaboradores que desenvolvam sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 durante horário de trabalho devem ser considerados como Caso Suspeito e ser encaminhados para a área de isolamento, de acordo com o Plano de Contingência.

10. Regras Para os Clientes

Por forma a contribuir para a limitação da transmissão da COVID-19, todos os clientes devem assegurar as seguintes medidas:

- Higienizar as mãos com solução à base de álcool ou com água e sabão à entrada e à saída do estabelecimento (antes da refeição deve ser privilegiada a lavagem das mãos com água e sabão);
- Respeitar a distância entre pessoas de, pelo menos, 2 metros (exceto coabitantes);
- Respeitar as sinaléticas de segurança e distanciamento;
- Sempre que possível circule pelo seu lado direito;
- Cumprir medidas de etiqueta respiratória;
- Utilização de máscara dentro das instalações, utilizando-a sempre de forma adequada de acordo com as recomendações da DGS;
- Evitar tocar em superfícies e objetos desnecessários;

- Dar preferência ao pagamento através de meio que não implique contato físico entre o colaborador e o cliente (por exemplo, terminal de pagamento automático contactless);

Se apresentar sinais ou sintomas de COVID-19 não deve frequentar espaços públicos.

11. Elaboração e divulgação do plano

Este Plano, desde a fase inicial, foi elaborado de acordo com as diretrizes emanadas pela Direcção-Geral da Saúde (DGS).

12. Bibliografia

Orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020 da DGS

Informação 005/2020 de 27/02/2020 da DGS

Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020

Informação 010/2020 de 13/04/2020 da DGS

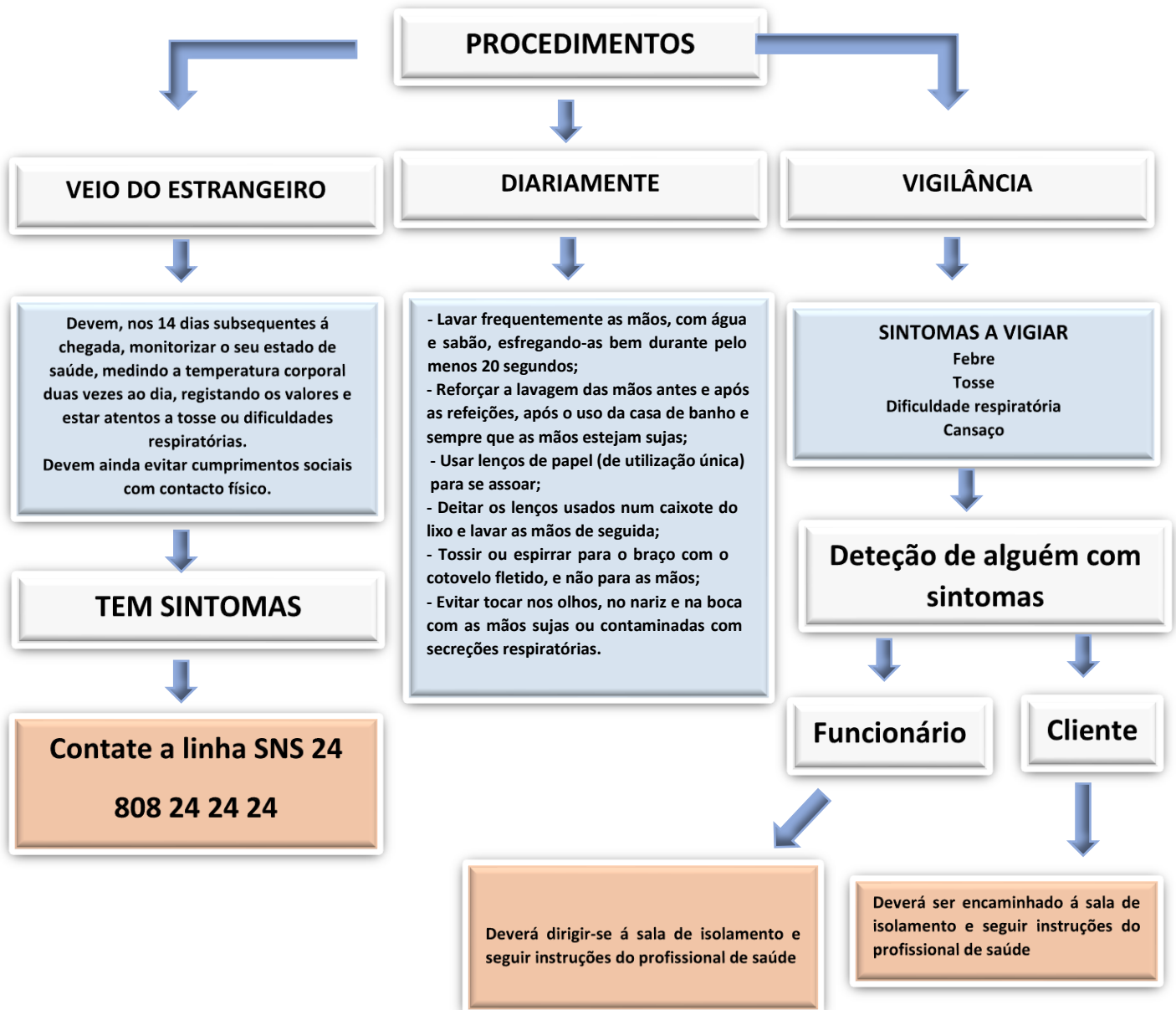
Orientação 023/2020 de 08/05/2020 da DGS

Orientação 030/2020 de 29/05/2020 atualizada a 08/06/2020 da DGS

Orientação n.º 014/2020 de 21/03/2020

Este plano é suscetível de atualizações e adaptações para melhor responder às situações que se venham a coloca

Anexo I - Fluxograma de atuação



Anexo II - Correta utilização da máscara

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

1º
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR



2º
VER A POSIÇÃO CORRETA

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)



3º
COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



4º
AJUSTAR AO ROSTO

Do nariz até abaixo do queixo



5º
NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS



DURANTE O USO

1º
TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA



2º
NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR



3º
NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA

Se o fizer, lavar as mãos de seguida



COMO REMOVER

1º
LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER



2º
RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



3º
DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA



4º
LAVAR AS MÃOS



TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
 #ESTAMOSON
 #UMCONSELHODADGS





Anexo III - Cartaz informativo sobre lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

 **Duração total do procedimento: 20 segundos**

00  **Molhe as mãos**

01  **Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos**

02  **Esfregue as palmas das mãos, uma na outra**

03  **Palma com palma com os dedos entrelaçados**

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

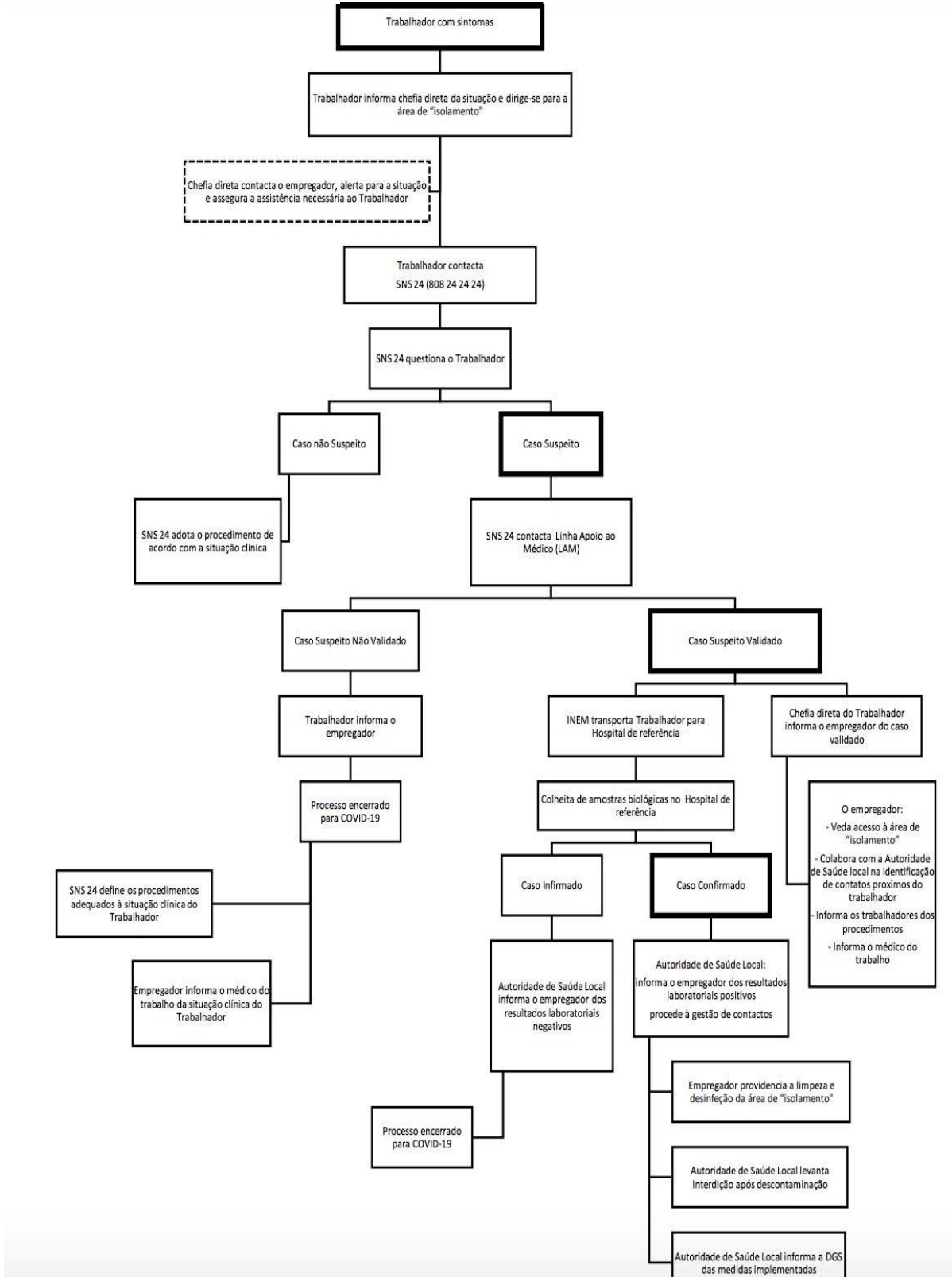
05  **Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa**

06  **Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa**

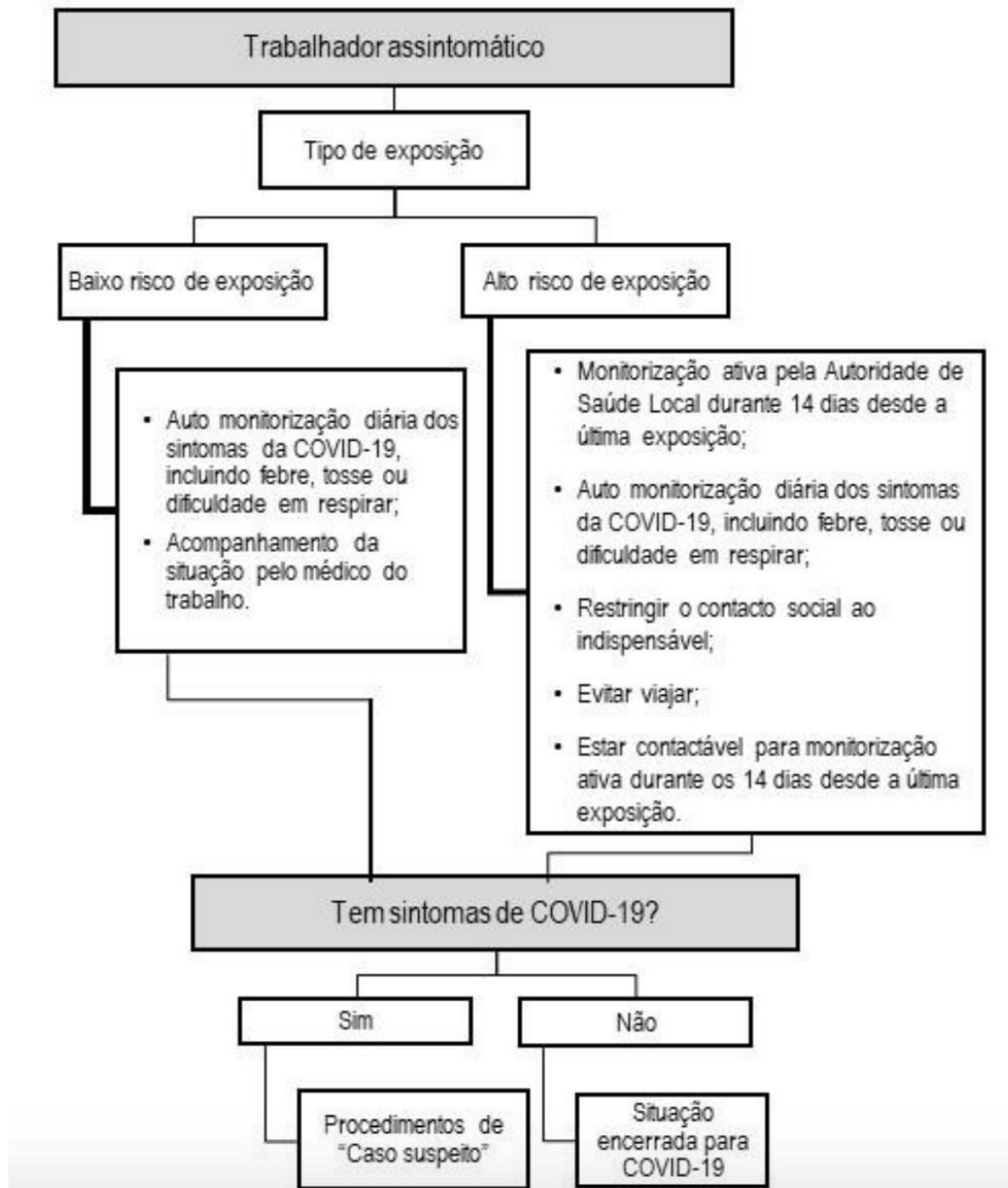
07  **Enxague as mãos com água**

08  **Seque as mãos com um toalhete descartável**

Anexo IV - Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID 19 numa empresa



Anexo V - Fluxograma de monitorização dos contatos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um caso confirmado de COVID 19



Anexo VI - Cartaz informativo sobre medidas de etiqueta respiratória

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE DÚVIDA, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24