

# Plano de Contingência Coronavírus (COVID-19)

## **Introdução**

Com este documento pretende dar resposta as preocupações e alertas da Direção Geral de Saúde (DGS) no sentido da Empresa se preparar para enfrentar as consequências da epidemia provocada pelo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas de infeção.

## **Objetivo**

Com este Plano pretendemos antecipar e gerir o impacto da gripe que está associada ao vírus COVID – 19, na atividade da **Empresa**, com o objetivo de garantir, mesmo no pior cenário possível, a continuidade da atividade da **Empresa**.

## **Ativação do plano de contingência**

A ativação do Plano de Contingência é determinada pelas chefias superiores ou pela entidade Empregadora.

- Quando se confirmar a PRIMEIRO CASO SUSPEITO de COVID – 19 na estrutura da Empresa ou quando se verificar CONTACTO PROXIMO.

## **Definição de Caso suspeito**

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas empresas.

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

## **Transmissão da infecção**

Considera-se que a 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).

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).

## **Procedimentos Específicos a adotar pela Empresa**

### **• RESPONSABILIDADES DE COMUNICAÇÃO**

Todos os trabalhadores devem reportar à sua chefia direta, uma situação de doença enquadrada como 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, a chefia direta do trabalhador informa, de imediato, o empregador (ou alguém por este designado);

Nas situações em que o Trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), os o(s)trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente devem estar definidos.

### **• CONTACTOS DE SAÚDE**

Ter disponível na empresa, em local acessível, os contactos do Serviço de Saúde do Trabalho e, se possível, do(s) médico(s) do trabalho responsável(veis) pela vigilância da saúde dos trabalhadores da empresa. (Ver anexo)

### **• EQUIPAMENTOS E PRODUTOS A COLOCAR NA EMPRESA**

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (ex. zona de refeições, registo biométrico, área de “isolamento” da empresa), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos; (ver anexo)
- Máscaras cirúrgicas para utilização do Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;

Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);

- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfecção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um Caso Confirmado na empresa. Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;
- Produtos de higiene e limpeza. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfecção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante. (Ver anexo)
- Área de “isolamento” (sala, gabinete, secção, zona), com as seguintes características:
  - 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 - SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
  - 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 Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.

### **Efeitos de uma possível epidemia na Empresa**

A empresa deve estar preparada para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não ir trabalhar, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

#### **• A EMPRESA DEVE AVALIAR:**

As atividades desenvolvidas pela empresa que são imprescindíveis de dar continuidade (que não podem parar) e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar.

Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento para a empresa e para satisfazer as necessidades básicas dos clientes.

Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são imprescindíveis para o funcionamento da empresa. Deve-se equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais

(contratados, trabalhadores com outras tarefas, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da empresa e, se possível, formá-los.

Os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infecção por SARS-CoV-2 (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público; trabalhadores que prestam cuidados de saúde; trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade).

As atividades da empresa que podem recorrer a formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, designadamente pelo recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências e o acesso remoto dos clientes. Deve-se ponderar o reforço das infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação para este efeito.

## **Fases do Plano de Contingência**

### **PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS DE FORMA A EVITAR O CONTACTO COM O COVID-19**

- o Higienização das mãos com frequência (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos);
- o Disponibilizar desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool em zonas estratégicas; (a desinfecção deve ser feita cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas);
- o Adotar procedimentos de etiqueta respiratória (ex. 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). Os lenços de papel deverão de utilização única e descartados imediato após utilização.
- o Adotar procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).
- o Evitar tocar na cara, principalmente: nariz, boca e olhos;
- o Se possível manter 1 m de distância entre os postos de trabalho, ou no caso de atendimento ao público manter a maior distancia possível do cliente;
- o Adotar procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);

**PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO**

<u>Procedimento</u>	
<u>1</u>	Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador na empresa com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”.
<u>2</u>	A chefia direta deve contactar, de imediato, o empregador (preferencialmente por via telefónica). Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) o empregador (ou chefia direta) assegura que seja prestada, a assistência adequada ao Trabalhador até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.
<u>3</u>	O(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao Trabalhador com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o Trabalhador doente.
<u>4</u>	O Trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24).  <i>Nota: O trabalhador deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.</i>
<u>5</u>	O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.  <i>Nota: Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador.</i>
<u>6</u>	Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19.  <i>Nota: O SNS define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador.</i>
<u>7</u>	Se se tratar de caso suspeito de COVID-19:  <i>Nota: O SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição.</i>  <i>Desta validação o resultado poderá ser:</i>  <u>Caso Suspeito Não Validado.</u>  <i>Este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o empregador da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho responsável.</i>

	<p><b><u>Caso Suspeito Validado.</u></b></p> <p>A DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A chefia direta do Trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.</p>
<p><u>8</u></p>	<p><b><u>Caso suspeito validado:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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 testes laboratoriais;</li> <li>• O acesso dos outros trabalhadores à área de “isolamento” fica interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);</li> <li>• O empregador colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente;</li> <li>• O empregador informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;</li> <li>• O empregador informa os restantes trabalhadores da existência de caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.</li> </ul> <p><b>Nota:</b> A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados dos testes laboratoriais.</p>
<p><u>9</u></p>	<p><b>Nota:</b> este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;</p>
<p><u>10</u></p>	<p><b><u>Se o Caso for confirmado, o Empregador deve:</u></b></p> <p><b>Nota:</b> 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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;</li> <li>• Deve 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 do posto de</li> </ul>

	<p>trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.</li> </ul> <p><b>Nota:</b> A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.</p>
--	--

• PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

- Considera-se “Contacto Próximo” 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:

<u>Alto risco de exposição</u>	<u>Baixo risco de exposição” (casual),</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;</li> <li>• Trabalhador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;</li> <li>• 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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);</li> <li>• 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).</li> </ul>

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



<u>Vigilância de Alto risco de exposição</u>	<u>Vigilância de Baixo risco de exposição” (casual),</u>
<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 médico do trabalho.</li></ul> <p><b>Nota:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar os “Procedimentos num Caso Suspeito”;</li><li>• Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.</li></ul>

### **Desativação do Plano de Contingência**

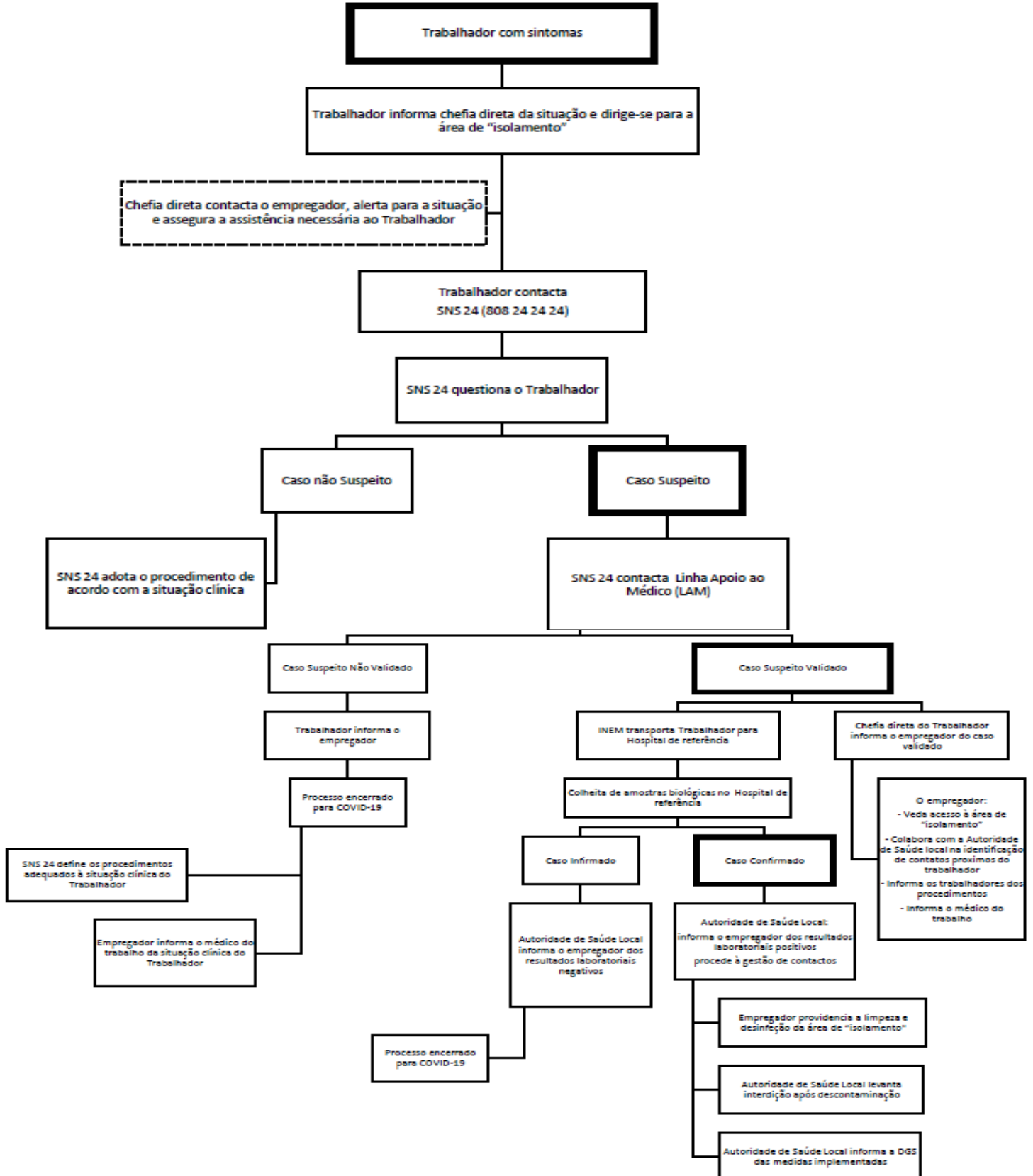
O plano é desativado por determinação da Entidade Empregadora mediante informação à Autoridade de Saúde Local.

### **Bibliografia**

Orientação no 006/2020 de 26/02/2020 emitida pela DGS

### **Em anexo Fluxogramas**

## Anexo I Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa



## Anexo II

### Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 (trabalhador)

