

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Coronavírus - COVID-19

Conteúdo

Capítulo I - INTRODUÇÃO	3
1. Infeção por Coronavírus (COVID-19).....	3
2. Âmbito de aplicação.....	3
3. Objetivo	3
4. Informações de carácter geral.....	4
4.1 O que é a infeção por Coronavírus (Covid-19)?	4
4.2 Como se transmite?.....	4
4.3 Quais os principais sintomas?.....	5
5. Medidas gerais de prevenção.....	5
Capítulo II - OPERACIONALIDADE DO PLANO DE CONTINGÊNCIA	8
1. Competências.....	8
2. Grupo Coordenador.....	8
Capítulo III - FASES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	10
1.ª Fase – PREPARAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO.....	10
2.ª Fase - ALERTA.....	11
3.ª Fase - RECUPERAÇÃO	12
Capítulo IV - PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA INTERNOS	13
1. Informação aos trabalhadores.	13
2. Isolamento e gestão do caso.....	13
3. Caso suspeito de COVID-19	14
3.1 Caso Suspeito não Validado	15
3.2 Caso Suspeito Validado	15
3.3 Contacto próximo	16
4. Procedimentos Internos	17
5. Disposições finais.....	18

Capítulo I - INTRODUÇÃO

1. Infecção por Coronavírus (COVID-19)

O CICCOPN, assegura aos seus trabalhadores, formadores, formandos, visitantes e aqueles que prestam serviços nas suas instalações condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, de acordo com o estabelecido na Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação. Atendendo aos alertas emitidos pela Organização Mundial da Saúde e pela Direção Geral de Saúde, o vírus COVID-19 pode causar infecção associada ao sistema respiratório com sintomas semelhantes a uma gripe, com possibilidade de febre e tosse e, dificuldade respiratória.

O presente Plano de Contingência descreve como o CICCOPN pretende dar resposta às preocupações e alertas da Direção Geral de Saúde (DGS - Orientação 006/2020) e ao Despacho n.º 2875-A/2020 no sentido de se preparar e gerir a resposta à emergência de saúde pública associada a infecção por Covid-19. Do mesmo modo pretende-se estar em sintonia com as orientações e procedimentos previsto no Plano de Contingência do IEFP.

Conhecer as manifestações da doença, bem como o modo de transmissão, constitui a melhor forma para a redução dos riscos para a saúde e segurança de todos, dificultando a transmissão do vírus em ambiente laboral, sem alarmismos, adotando as medidas de prevenção mais adequadas que, numa primeira fase, consistem num conjunto de regras de higiene pessoal e de etiqueta respiratória.

2. Âmbito de aplicação

O Plano de Contingência do CICCOPN estabelece e documenta os procedimentos de decisão e coordenação das ações ao nível interno e o processo de comunicação interna e externa, nomeadamente, com as entidades nacionais de saúde.

Este plano pode ser atualizado a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19. As situações não previstas neste plano devem ser avaliadas pelo grupo coordenador caso a caso.

3. Objetivo

O presente Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto numa eventual situação de infecção por Coronavírus (Covid-19) nos trabalhadores, formadores, formandos e visitantes bem como prestadores de serviços no CICCOPN, com vista a proteger a sua saúde e segurança, assegurar o funcionamento dos serviços.

O Plano de Contingência é aprovado pela Direção e apresenta os seguintes objetivos:

- ✓ Antecipar as medidas e recursos necessários para assegurar a continuidade da execução das atividades do CICCOPN mantendo os serviços essenciais em funcionamento;
- ✓ Definir a estrutura de decisão, coordenação e monitorização;
- ✓ Agir com rigor no cumprimento de normas, de forma a reduzir o risco de contaminação nos diversos locais de trabalho;
- ✓ Preparar a resposta nas diferentes fases do Plano com vista à diminuição das condições de propagação da infeção por Coronavírus (Covid-19);
- ✓ Definir procedimentos que permitam proteger a saúde de todos os trabalhadores, formadores, formandos, utentes e prestadores de serviços do CICCOPN;
- ✓ Garantir a correta e adequada informação a todos os trabalhadores do CICCOPN;
- ✓ Preparar o restabelecimento da situação e atividade normais tão rápido e seguro quanto possível;
- ✓ Formar um grupo coordenador para a execução e acompanhamento do Plano.

4. Informações de carácter geral

A definição seguidamente apresentada tem como base a informação disponível, à data, da Organização Mundial de Saúde (OMS), do Centro Europeu e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC) e da Direção Geral de Saúde (DGS).

As medidas preventivas no âmbito do Covid-19 a instituir no CICCOPN estão direcionadas para as vias de transmissão diretas (vias áreas e por contacto) e as indiretas (superfícies/objetos contaminados).

4.1 O que é a infeção por Coronavírus (Covid-19)?

Os Coronavírus são uma família de vírus que podem causar doença no ser humano, semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

4.2 Como se transmite?

De acordo com a informação atualmente disponível, considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- ✓ Por 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;
- ✓ Pelo contacto direto com secreções infecciosas;

- ✓ O contacto das mãos com superfície ou objeto com o coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular pode conduzir à transmissão da infeção. O vírus consegue manter-se ativo até 24h nos objetos/superfícies.

4.3 Quais os principais sintomas?

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

- ✓ Febre;
- ✓ Tosse;
- ✓ Dificuldade respiratória;
- ✓ Cansaço;
- ✓ Em casos mais graves pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.

5. Medidas gerais de prevenção

As medidas gerais de higiene, pessoais e do ambiente, constituem as medidas mais importantes para evitar a propagação da doença.

Os trabalhadores, formadores, formandos, visitantes e prestadores de serviço no CICCOPN, devem seguir as regras gerais de higiene, válidas para a prevenção não só do Covid-19, mas também de muitas outras doenças transmissíveis.

5.1 Procedimentos básicos para higienização pessoal

Lavar frequentemente as mãos como regra geral de higiene.

Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos ou com uma solução antisséptica de base de álcool. Utilizar um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;

Quando deve lavar as mãos? Após ter tossido, espirrado ou assoado o nariz, ou após terem utilizado transportes públicos ou frequentados locais com grande afluência de público. Deve ainda lavar as mãos, antes de comer, antes e depois de preparar as refeições, sempre que se utilize a casa de banho, após contacto com o lixo, terra, detritos ou dejetos de animais.

Não se deve tocar com as mãos na boca, olhos ou nariz.

Lavar as mãos e desinfetá-las antes de colocar e após remover a máscara cirúrgica.

5.2 Procedimentos de conduta social

Alterar a frequência e/ou a forma de contacto:

Sempre que um trabalhador, formador, formando, visitantes bem como prestadores de serviços do CICCOPN, tiverem suspeita de que possam estar infetados com Covid-19, não se devem apresentar no Centro até a situação ser esclarecida por um profissional de saúde, através da Linha Saúde 24-808 24 24 24.

Deve evitar-se sempre que possível o contacto próximo com pessoas que apresentem sintomas idênticos ao do Covid-19.

Deve guardar-se uma distância mínima de 1 metro, quando se contacta com outras pessoas. O cumprimento com beijos, abraços ou apertos de mãos deve ser evitado.

Cobrir a boca e o nariz quando se tosse ou espirra com lenço, guardanapo ou toalhete de papel, colocando-o no caixote do lixo após cada utilização;

Evitar tossir ou espirrar para as mãos. Deve-se tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido;

Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.

Evitar as reuniões presenciais, viajar só o extremamente necessário – utilização de áudio/vídeo conferência como método preferencial;

5.3 Materiais e equipamentos a utilizar

Manter as superfícies e os objetos de trabalho limpos.

Limpar frequentemente as superfícies das mesas de trabalho, e outros objetos com um desinfetante ou detergente doméstico comum.

Deve proceder-se, da mesma forma para as superfícies e objetos que entrem em contacto com as mãos (ex: puxadores das portas, torneiras, botões de descarga de autoclismo, botões de impressoras, registo biométrico, interruptores,...).

Disponibilizar solução antisséptica de base alcoólica (SABA) em locais estratégicos (zona de refeições, registo biométrico, instalações sanitárias, área de "isolamento"), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos Cartaz "Fricção antissética das mãos";

Máscaras cirúrgicas para utilização da pessoa com sintomas (Caso Suspeito);

Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, por quem presta assistência à pessoa 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;

Promover o arejamento das zonas fechadas, nomeadamente dos espaços de formação, gabinetes, refeitórios e casas de banho, mantendo as janelas abertas sempre que seja possível.

Se usar ar-condicionado, assegure que ele tem a funcionalidade de renovar o ar interno ou, então, desligue-o por alguns períodos e renove o ar nessas alturas, abrindo portas e janelas.

Capítulo II - OPERACIONALIDADE DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

1. Competências

Compete à Direção aprovar, ativar e desativar o Plano de Contingência e definir a composição e as atribuições do Grupo coordenador. Para tal é criado um grupo, com responsabilidades de gestão de: coordenação, avaliação, implementação e monitorização do Plano e, após a crise, acompanhar a normalização da situação e elaborar um relatório sobre o impacto do COVID-19, com as ocorrências relevantes e propostas de melhoria.

No desenvolvimento da sua ação, são consideradas as seguintes competências:

- ✓ Definir a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- ✓ Coordenar a ação global;
- ✓ Avaliar a evolução da situação, propor a ativação das diferentes fases do Plano e definir a duração temporal das mesmas, tendo como base as orientações da OMS/DGS;
- ✓ Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano de Contingência do CICCOPN;
- ✓ Coordenar as ações a desenvolver;
- ✓ Tratamento e posterior encaminhamento de toda a informação, comunicação diretrizes e orientações técnicas da DGS;
- ✓ Gerir o processo de comunicação interna e externa;
- ✓ Ativar o plano de contingência.

Cabe ao grupo coordenador a ativação do Plano com base nas diretrizes da OMS / DGS ou outros dados indicadores.

2. Grupo Coordenador

A evolução relativa ao novo coronavírus, Covid-19 requer especial atenção para implementar as medidas adequadas de prevenção, vigilância e controlo da situação, em sintonia com as orientações veiculadas pela DGS.



Neste contexto foi designado como grupo coordenador os seguintes funcionários do CICCOPN:

- Adjunto do Diretor - Luis Ferreira da Silva, Eng.º;
- Chefe de departamento Técnico – António Bastos, Eng.º;
- Chefe de departamento Recursos Humanos – Teresa Horteiga, Dr.ª.

A ativação das diferentes fases do Plano de Contingência é determinada pelo Diretor do CICCOPN mediante parecer do Grupo coordenador.

Igualmente foi definido um Grupo Operativo, tendo sido designados os seguintes funcionários:

Médico do Trabalho do CICCOPN – Vitor Pereira, Dr.;

Serviço de Segurança no Trabalho – António Bastos, Eng.º;

- Isabel Pinto, Eng.ª;

Chefe de serviços auxiliar – Silvério Pinto, Eng.º;

Vigilantes – Armando Sousa

- Daniel Silva

No âmbito do Plano de Contingência, todos os contactos para o Grupo Coordenador devem ser efetuados para coordenadorcovid19@ciccopn.pt

Capítulo III - FASES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

O presente Plano de Contingência destina-se a todos os trabalhadores, formadores, formandos, visitantes e prestadores de serviços do CICCOPN.

O conceito de operação desenvolve-se em 3 fases:

- 1.ª fase – Preparação e Implementação;
- 2.ª fase – Alerta;
- 3.ª fase – Recuperação.

1.ª Fase – PREPARAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO

Fase de implementação automática com a aprovação e difusão do Plano, que se manterá em execução permanente se outras não forem decididas e que cessará com a decisão de desativação.

Nesta fase não há registo de qualquer pessoa infetada por COVID-19 e são implementadas ações para que todos tomem conhecimento do Plano. Pretende-se assim, implementar medidas de prevenção e de preparação para fazer face ao período crítico da 2.ª fase.

O grupo operativo de Plano:

- Prepara o Plano de Contingência adaptando as orientações emanadas interna ou externamente;
- Identifica as necessidades de meios para aplicação das medidas preventivas;
- Articula-se com a DGS para acompanhamento do evoluir da situação;
- Divulga o Plano a toda a estrutura do CICCOPN;
- Identifica os grupos de risco do CICCOPN;
- Regista os casos dos trabalhadores que se deslocam ao estrangeiro de acordo com informação disponibilizada pelo departamento de Recursos Humanos;
- Procede à difusão de informação que considere necessária no que concerne a medidas preventivas e de autoproteção;
- Dá conhecimento do Plano de Contingência às empresas prestadoras de serviços com trabalhadores ao serviço do CICCOPN, de modo a tomarem as adequadas medidas de ajustamento e resposta ao Plano;

- Face ao evoluir da situação, identifica atividades a suspender temporariamente de acordo com informação disponibilizada pelos chefes de departamento do CICCOPN;
- Agiliza o plano de distribuição de equipamentos para assegurar o teletrabalho de acordo com informação disponibilizada pelo Chefe do Departamento de Informática;

Medidas preventivas especiais

- Deslocações de serviço ao estrangeiro devem ser reduzidas às que forem consideradas essenciais;
- Participação em grupos ou comissões de trabalho igualmente reduzidas às que forem consideradas essenciais, devendo privilegiarem-se os contactos via telefone, correio eletrónico, vídeo e teleconferência;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações.

2.ª Fase - ALERTA

Esta fase é imediatamente acionada após o registo do primeiro caso. São acionados os meios para a intervenção de forma a minimizar os efeitos do Covid-19.

Nessa fase o Grupo coordenador do plano:

- É responsável pelo registo de números de casos assinalados no CICCOPN e articula-se com a DGS para acompanhamento da situação;
- Procede à implementação de horários ajustados às diversas situações, tendo em conta as necessidades de cada serviço;
- Garante, na medida do possível a distribuição do equipamento que possibilite a realização de trabalho em regime de teletrabalho;
- Assegurar a existência da reserva de bens e produtos cuja falta possa comprometer o exercício das atividades mínimas ou consideradas prioritárias durante o período crítico.
- Acompanha a evolução da situação clínica dos trabalhadores, formadores, formandos e prestadores de serviços infetados.

Medidas preventivas especiais

- Redução ou suspensão do período de atendimento, consoante o caso;
- Suspensão de eventos ou iniciativas públicas, a realizar quer em locais fechados quer em locais abertos ao público;

- Redução de reuniões internas ao mínimo, realizando-se unicamente as consideradas indispensáveis;
- Suspensão de atividades de formação presencial dando preferência, se possível a formações à distância;
- Suspensão da aplicação de métodos de seleção que impliquem a presença dos candidatos no âmbito de procedimentos concursais;
- Apreciação da eventual suspensão do funcionamento do bar, cantina, refeitório e utilização de outros espaços comuns;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações;
- Cada trabalhador deve proceder à limpeza diária do telefone, secretária de trabalho, teclado e rato, nos termos recomendados pelas autoridades de saúde;
- Após a deteção de um caso suspeito, devem ser realizados procedimentos de limpeza e desinfecção, em especial nas zonas onde se verifica o maior fluxo/concentração de pessoas e no local habitual de trabalho dessa pessoa.

3.ª Fase - RECUPERAÇÃO

Caracteriza-se pelo termo do aparecimento de novos casos e pela recuperação das pessoas doentes, com o regresso gradual às atividades profissionais.

Medidas a implementar:

- Regresso ao local de trabalho em articulação com as orientações da DGS;
- Cada trabalhador deve proceder à limpeza diária do telefone, secretária de trabalho teclado e rato, nos termos recomendados pelas autoridades de saúde;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações;
- Reavalia-se os procedimentos implementados nas fases anteriores;
- Elaboração do relatório final.

Capítulo IV - PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA INTERNOS

1. Informação aos trabalhadores.

Disponibilizar informação por e-mail a todos os trabalhadores com as medidas adotar caso apresente sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de Covid-19).

Afixar em todos os WC procedimentos para higienização das mãos;

Afixar junto de todos os dispensadores de antissépticos procedimentos de desinfecção das mãos.

Divulgar o presente plano de contingência;

Afixar em todas as salas de formação cartazes informativos sobre COVID-19 (informação à comunidade escolar);

2. Isolamento e gestão do caso

A colocação de um trabalhador numa área de "isolamento" visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença.

A área de "isolamento" tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador doente com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.

No CICCOPN a área de isolamento definida é:

✓ **Edifício de medicina do Trabalho.**

Esta área estará equipada com cadeira, marquesa, garrafas de água, pacotes de bolachas, toalhetes de papel, luvas descartáveis, máscaras cirúrgicas, balde de lixo, termómetro.

Na área de isolamento, existe uma instalação sanitária equipada com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do doente/Caso.

No CICCOPN, o circuito a privilegiar em caso de necessidade de fazer chegar a pessoa com sintomas à área de "isolamento" é pelo exterior do edifício.

3. Caso suspeito de COVID-19

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de Covid-19 e ligações epidemiológica, ou que identifique um trabalhador ou formando no CICCOPN com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar de imediato o departamento de Recursos Humanos ou o Serviço de Segurança no Trabalho e ser encaminhado para a área de isolamento.

Os trabalhadores designados para o acompanhamento / prestar assistência a pessoa com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica, luvas descartáveis, fato descartável, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o Trabalhador doente.

Tabela 1 - Definição de caso suspeito

Sintomas	E	Critérios
✓ Infeção respiratória aguda/dificuldade respiratória; ✓ Febre ✓ Tosse Requerendo ou não de hospitalização		História de viagem para áreas com transmissão por COVID-19 nos 14 dias anteriores ao início de sintomas; Ou Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por 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.

O trabalhador (caso suspeito de Covid-19), já na área de "isolamento", contacta a linha **SNS 24 - 808 24 24 24**.

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 contemplada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.

Após avaliação, o SNS 24 informa o trabalhador:

Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19, define procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;

3.1 Caso Suspeito não Validado

Este fica encerrado como caso por COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. Sendo aplicados os procedimentos habituais, incluindo de limpeza e desinfeção e desativadas as medidas do Plano de Contingência.

3.2 Caso Suspeito Validado

Se se tratar de caso suspeito de Covid-19, o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico da DGS, para validação da suspeita. Desta validação os procedimentos devem ser os seguintes;

- a) A pessoa deverá permanecer na área de “isolamento” até à chegada da equipa INEM;
- b) O acesso à área de “isolamento” é restrito aos trabalhadores designados para prestar assistência;
- c) O dirigente, ou interlocutor designado, da unidade local colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos da pessoa Caso Suspeito Validado;
- d) O dirigente, ou interlocutor designado, da unidade local informa o Grupo Coordenador do CICCOPN;
- e) A Chefe do Departamento de Recursos Humanos informa os restantes trabalhadores do CICCOPN, da existência de Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais;

- f) A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local:
- g) Autoridade de Saúde Local informa o CICCOPN dos resultados dos testes laboratoriais e:

Na situação de Caso confirmado o CICCOPN deve:

- a) Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”
- b) Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas, dando especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho da pessoa confirmada;
- c) Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico que, após ser fechado deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- d) A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas no CICCOPN e sobre o estado de saúde dos contactos próximos da pessoa.

3.3 Contacto próximo

Considera-se “contacto próximo”, uma pessoa que apesar de não apresentar sintomas no momento, tenha estado em contacto com um caso confirmado de COVID-19, sendo que o tipo de exposição do “contacto próximo” é que determina o tipo de vigilância.

- a) O “contacto próximo” com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

“Alto risco de exposição”

- ✓ Alguém do mesmo posto de trabalho do caso;
- ✓ Quem esteve face-a-face com o caso confirmado;
- ✓ Quem esteve com o caso confirmado em espaço fechado;
- ✓ Quem tenha partilhado com o caso confirmado loiça, toalhas ou outros objetos ou equipamentos.

“Baixo risco de exposição” (casual)

- ✓ Quem teve contacto esporádico com o caso confirmado;
 - ✓ Aqueles que tenham prestado assistência ao caso confirmado, desde que tenham seguido as medidas de prevenção.
- b) A vigilância de contactos próximos deve ser efetuada da seguinte forma:

“Alto risco de exposição”

- ✓ Monitorização ativa pela Autoridade 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.

“Baixo risco de exposição”

- ✓ Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;
- ✓ Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho do CICCOPN.

4. Procedimentos Internos

Para garantir a saúde e bem-estar dos trabalhadores, formadores, formandos e visitantes, bem como prestadores de serviços, é necessário estabelecer os seguintes procedimentos internos:

- a) Qualquer pessoa com sintomas ou quem a identifique informa o respetivo superior hierárquico/coordenador/formador/vigilante (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para respetiva área de “isolamento”;
- b) O superior hierárquico/coordenador/formador/vigilante, deve reportar de imediato, via e-mail para o grupo coordenador.
- c) Comunicar aos familiares da pessoa com sintomas, recorrendo à lista de contactos do Caso Suspeito previamente elaborada;

- d) A pessoa/Caso suspeito já na área de "isolamento", contacta o **SNS 24 (808 24 24 24)**, o qual deve usar máscara cirúrgica, por si colocada e devidamente à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face;
- e) Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída;
- f) O profissional de saúde do SNS 24 questiona a pessoa com sintomas e após avaliação, informa:
- ✓ Não se tratando de caso suspeito de COVID-19 - define os procedimentos adequados à situação clínica da pessoa;
 - ✓ Tratando-se de caso suspeito de COVID-19 - Da validação do SNS, pode resultar;
 - ✓ Caso Suspeito Não Validado - fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à sua situação clínica. Este informa o seu dirigente da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho.
 - ✓ Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
- g) O Grupo Coordenador reporta o Caso Suspeito Validado ao Diretor do CICCOPN.

5. Disposições finais

O presente Plano de Contingência aplica-se, igualmente, a trabalhadores que pertencem a outros organismos/entidades, mas que exercem as suas funções em espaços partilhados dentro das instalações do CICCOPN;

A decisão de encerramento do Serviço é definida pela Direção, após adequada avaliação epidemiológica do risco de transmissão da doença por parte das autoridades de saúde locais, com a verificação da existência de diagnósticos confirmados;

Quando os trabalhadores não possam comparecer ao trabalho por motivos de doença ou por assistência a filho, neto ou membro do agregado familiar, nos termos gerais, essas ausências seguem o regime previsto na lei para essas eventualidades;

Quando os trabalhadores não possam comparecer ao trabalho por motivo de isolamento profilático e quando não seja possível assegurar o recurso a mecanismos alternativos de prestação de trabalho, nomeadamente o teletrabalho ou programas de formação à distância, as ausências ao serviço, independentemente da respetiva duração, têm os efeitos das faltas por motivo de isolamento profilático, previstas no Despacho n.º 2875-A/2020 (em anexo).

Todos os trabalhadores que não estejam doentes, não tenham familiares doentes e desconheçam que tenham estado em contacto com o vírus deverão apresentar-se ao serviço devendo, contudo, tomar precauções e adotar comportamentos recomendados em matéria de autoproteção;

Os trabalhadores que, por qualquer motivo se tenham deslocado ao estrangeiro deverão comunicar ao superior hierárquico, com especial cuidado na prevenção do contágio, nos 14 dias seguintes ao seu regresso;

No caso de se tratar de formandos ou formadores deverão comunicar a deslocação ao estrangeiro aos coordenadores das respetivas ações de formação.

Avioso S. Pedro, 9 de março de 2020

O Diretor