



## **PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19**

## ENQUADRAMENTO

Tendo por base a ORIENTAÇÕES N.º006/2020 DE 26/02/2020 DA DGS e as restantes comunicações oficiais da DGS foi elaborado este plano de contingência que pretende antecipar e gerir o impacto do atual surto de doença por Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, denominado doravante COVID-19, na Empresa e, em particular, em todos os colaboradores.

## MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Seguindo uma lógica de **prevenção**, todos devem ter em consideração e seguir as seguintes medidas:

- **Avaliação diária de sintomas gripais para que, em coordenação com o Responsável de cada Departamento, decidam se devem ou não manter-se em casa e seguir um plano alternativo de despiste da doença com a Linha SNS 24 (808 24 24 24);**
- **A partilha urgente de informação caso tenham viajado nos últimos 14 dias de zonas identificadas pelo DGS como risco elevado e/ou estado em contacto com pessoas entretanto diagnosticadas com esta infeção (verificar definição de Caso Suspeito);**
- Devem ainda **lavar as mãos frequentemente** (pelo menos 20 segundos por lavagem) e utilizar o **gel desinfetante** com regularidade.
- **Evitar tocar na cara** (olhos, nariz, boca). Pela informação disponível esta é a forma de contágio do vírus. Por essa razão devem também evitar qualquer tipo de cumprimento físico com colegas, clientes e fornecedores;
- **Desinfetar regularmente os postos de trabalho**, incluindo telefones, teclados, habitáculos de veículos, maçanetas de portas, etc;
- Que procurem conduzir as **reuniões** com clientes/fornecedores que normalmente são feitas presencialmente de forma **remota (por videoconferência)**;
- Quando tiverem necessidade de espirrar ou tossir, utilizem um lenço de papel descartável e deitá-lo fora imediatamente a seguir.
- **Adotar uma postura de exposição social regrada em ambientes/loais com concentração elevada de pessoas (shoppings, feiras, concertos, etc) e por isso com risco elevado de contaminação;**

## DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

A definição é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC).

CRITÉRIOS CLÍNICOS		CRITÉRIOS EPIDEMIOLÓGICOS
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa 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

Atualmente as áreas com transmissão ativa são: **China, Coreia do Sul, Japão, Singapura, Irão e Itália (Emiglia-Romagna, Lombardia, Piemonte, Veneto).**

## TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

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

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

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 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/ objetos contaminados).

## RESPONSÁVEIS

### Responsável de Comunicação:

- **Claudia Santos**
  - Deve comunicar com caso suspeito;
  - Operacionalizar toda a resposta à emergência;
  - Comunicar, se necessário, com autoridades de saúde locais;

### Responsável de acompanhamento:

- **Team Leader/Responsável de equipa**
  - Realizar monitorização do caso suspeito;
  - Garantir o acompanhamento/encaminhamento para a sala de Isolamento
  - Em caso de necessidade, contactar (preferencialmente por via telefónica) com caso suspeito para garantir a colocação de máscaras proteção respiratória;
  - Identificação de interdição da zona de isolamento;
  - Identificação de interdição das instalações sanitárias se necessária a utilização pelo caso suspeito;

Os **Responsáveis de Acompanhamento** terão à sua disposição um **kit de proteção individual**, que será composto por:

- Máscara Respiratória;
- Luvas Descartáveis;
- Saco de plástico de espessura 50/70 microns e braçadeira

## PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Como atuar perante um caso suspeito fora das instalações?

O colaborador deve contactar de imediato o diretor do seu departamento:

- Se na avaliação diária apresentar sintomas
- Tiver qualquer interação com casos suspeitos
- Visitar locais com foco de casos suspeitos
- Algum membro do seu agregado familiar foi sinalizado para permanecer em quarentena
- Apresentar características de contato próximo (ver Orientação da DGS NÚMERO: 02A/2020 DATA: 25/01/2020 atualizada em 09/03/2020)

Após a descrição da situação serão avaliadas em conjunto as medidas a tomar.

Como atuar perante um caso suspeito nas instalações? (ver **Fluxograma de situação de Colaborador com sintomas de COVID-19**)

- **O caso suspeito deve contactar o Responsável de Comunicação – Claudia Santos (912302077)**

- **O Team Leader/Responsável de equipa deve encaminhar o caso suspeito para local de isolamento garantindo as restrições ao espaço reservado para o efeito**
- **Após entrar no local de isolamento, o colaborador deve contactar o SNS 24 (808 24 24 24)**

Após avaliação, a Linha SNS 24 informa o caso suspeito, implementando uma das seguintes medidas:

- Se não se tratar de um caso suspeito de COVID-19, define os procedimentos adequados à sua situação clínica;
- Se se tratar de um caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição. Desta validação, poderá resultar um:
  - Caso Suspeito Não Validado: fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do colaborador.
  - Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

A avaliação/decisão do SNS24 deve ser comunicada pelo colaborador ao **Responsável de Comunicação – Claudia Santos (912302077)**

#### PROCEDIMENTOS ADICIONAIS QUANDO CASO SUSPEITO É VALIDADO

- Na situação de **Caso Suspeito Validado**:
  - O Caso de suspeito validado deverá permanecer no local de isolamento (com máscara, desde que a sua condição clínica o permita), até a chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais; Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações da empresa;
  - O acesso à área de isolamento fica interdito (exceto o **Responsável de Acompanhamento**);
  - O **Responsável de Comunicação** colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (caso suspeito validado);
  - O **Responsável de Comunicação** informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do colaborador;
  - O **Responsável de Comunicação** informa a Direção e os restantes colaboradores da existência de um Caso suspeito validado a aguardar resultados de testes laboratoriais.

A Autoridade de Saúde informará o **Responsável de Comunicação** dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for infirmado, isto é, **não for confirmado**, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais, incluindo limpeza e desinfeção do local de isolamento;

- Se o **caso for confirmado**, o local de isolamento deve ficar interditado até à validação da descontaminação (limpeza e desinfecção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde Local. Nesta situação o **Responsável de Acompanhamento** deve:
  - Providenciar a limpeza e desinfecção (descontaminação) do local de isolamento;
  - Reforçar a limpeza e desinfecção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo caso confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfecção do posto de trabalho incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;
  - Armazenar os resíduos do caso confirmado no saco de plástico disponível para o efeito no seu Kit de proteção, fechado com braçadeira e posteriormente enviado para um operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

#### PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se “contacto próximo” um colaborador 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.

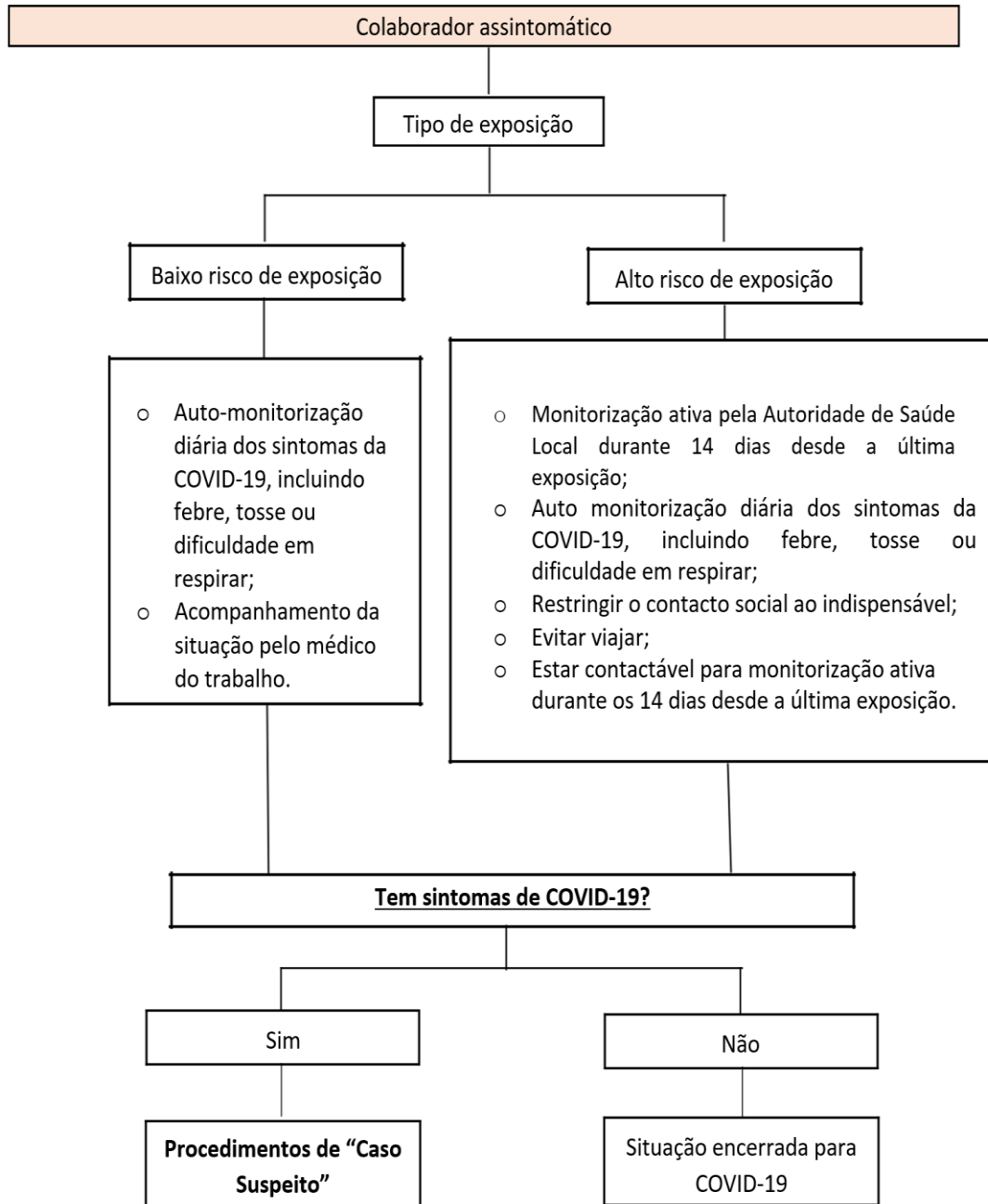
O Contacto Próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- **Alto risco de exposição**, definido como:
  - Colaborador que partilharam a mesma área (gabinete, sala, zona até 2 metros) com o caso confirmado;
  - Colaborador que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
  - Colaborador que partilhou com o caso confirmado louça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.
- **Baixo risco de exposição** (casual), definido como:
  - Colaborador 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 cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
  - Colaborador(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).

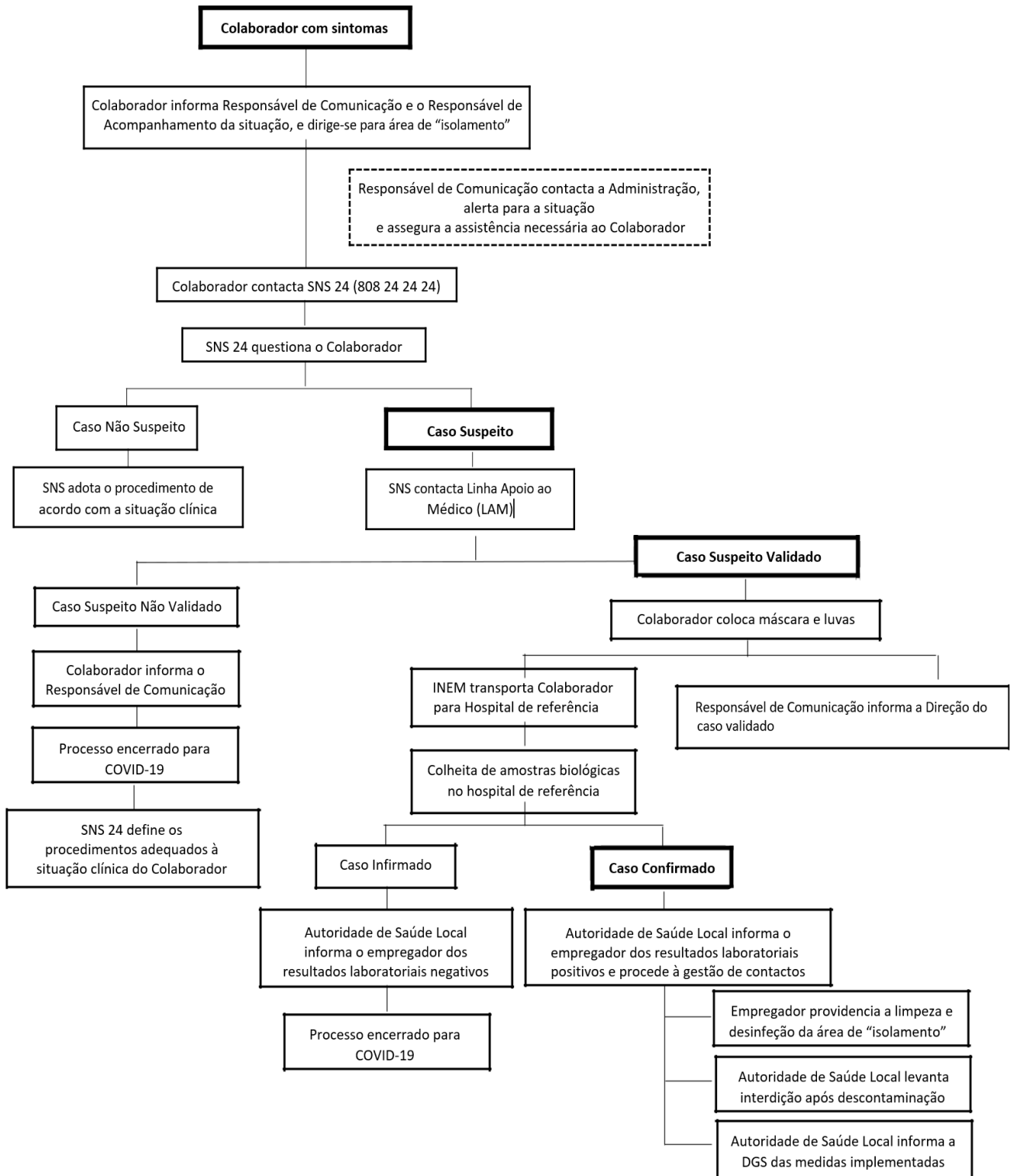
O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias, desde a data da última exposição a caso confirmado.

A vigilância de contactos próximos deve ser efetuada de acordo com o seguinte:

**Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (Colaboradores assintomáticos)**



Fluxograma de situação de Colaborador com sintomas de COVID-19





## LOCAL DE ISOLAMENTO

### CLN – Centro Logístico Norte

- **SALA DE FORMAÇÃO (1º PISO)**

### CLS – Centro Logístico Sul

- **SALA DE REUNIÕES NORTE (1º PISO)**

- O local poderá ser utilizado, até ao aparecimento do primeiro caso suspeito;
- Após o aparecimento do primeiro caso suspeito, a sala não poderá ser utilizada;
- Caso ocorra o encaminhamento de um caso suspeito, para o local de isolamento, o colaborador só poderá entrar no local, após a saída dos colaboradores que se encontrem no local;
- Após ser ocupado o local de isolamento, este deve ser identificado como local interdito. Esta identificação deve ser realizada pelo **Responsável de Acompanhamento**;

## KIT CONTINGÊNCIA

O local de isolamento encontra-se equipado com um kit de contingência:

- Água e alimentos não perecíveis;
- Solução antisséptica de base alcoólica;
- Toalhetes de papel;
- Máscaras respiratórias;
- Luvas descartáveis;
- Termómetros;
- Telefone de comunicação

## INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

As instalações sanitárias de associadas ao local de isolamento, são:

### CLN – Centro Logístico Norte

- **Casa de Banho junto à Sala de Formação**

### CLS – Centro Logístico Sul

- **Casa de Banho Masculina no 1º Piso**

## LIMPEZA E DESINFEÇÃO

O local de isolamento, e instalações sanitárias não devem ser utilizadas até que seja realizada limpeza e desinfeção do local, seguindo as seguintes indicações:

- Equipamentos de limpeza de uso único, devem ser eliminados ou descartados;

- Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos);
- A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante;

## CONTACTOS IMPORTANTES

### Responsável Comunicação:

- Claudia Santos: **912 302 077**

### Autoridade de Saúde Regional:

- CLN – ARS Norte: **220 411 700**
- CLS – ARS Lisboa e Vale do Tejo, I.P.: **218 499 723**

Linha SNS24: 808242424

## EXECUÇÃO DO PLANO

Com a evolução da situação de epidemia, serão ativadas as diferentes fases do plano, por decisão da Direção.

A Direção terá em conta:

- As orientações da DGS;
- A notificação do primeiro caso nos colaboradores da empresa.

O plano será desativado por decisão da Direção, considerando as orientações da DGS.

### 1ª fase – anterior ao registo de Caso Suspeito Validado

As ações a desenvolver nesta fase serão:

- Divulgar informação referente a medidas preventivas a todos os colaboradores (email e outros meios de divulgação normalmente utilizados).
- Em termos de prevenção foram implementadas de imediato as seguintes medidas:
  - As viagens devido a compromissos profissionais:
    - Para **zonas de transmissão comunitária ativa estão suspensas** até indicação em contrário;
    - Para **zonas onde não há transmissão comunitária ativa estão desaconselhadas**;
    - No retorno de **qualquer viagem de natureza pessoal ou profissional deverá permanecer em isolamento social preventivo (14 dias em casa)**, informando a respetiva direção;
  - Avaliação de **possibilidade de teletrabalho** por área, colaborador de risco e implementação da medida;
  - **Inquérito** a todos os colaboradores para despiste de Caso Suspeito;

- **Reduzir o número de reuniões presenciais** ao mínimo possível (internas, fornecedores ou clientes)
  - **Desaconselhar o cumprimento físico** (colegas, fornecedores ou clientes)
  - Implementar medidas de **reforço da higiene e intensificar a limpeza em áreas de utilização comum**;
  - Criação de **turnos para utilização da copa** com limpeza e desinfeção entre turnos;
  - **Separação de equipas fisicamente** quer por alteração de salas de trabalho quer por espaçamento mínimo de 2 metros entre postos na mesma sala;
  - **Diminuir ao mínimo indispensável as recolhas físicas** nos clientes;
  - Sensibilizar os clientes para **transformar os pedidos físicos em digitais (scan-on-demand)**;
  - **Diminuir ao mínimo indispensável a entrada de pessoas externas** nas instalações da empresa;
  - **Garantir que as pessoas em teletrabalho têm competências para assegurar a continuidade dos serviços mínimos** nas instalações da empresa (na eventualidade de avançarmos para a 2ª fase).
- 
- Divulgar o Plano de Contingência a todos os colaboradores (email e outros meios de divulgação normalmente utilizados) e exterior (no site);
  - Disponibilizar linhas telefónicas interna para utilização durante a epidemia (+351 912302077);
  - Contactar os fornecedores de bens e serviços essenciais e garantir que esses estão preparados para responder a situações de crise ou prever alternativas;
  - Garantir a atualização do registo de entrada;
  - Definir procedimentos a seguir perante casos que evidenciem os primeiros sintomas de infeção pelo coronavírus nas instalações;
  - Definir estratégias de distribuição de Equipamentos de Limpeza e desinfeção e promover a sua implementação;
  - Criar uma sala de isolamento (de acordo com a orientação da DGS) para as pessoas que apresentem sintomas, enquanto não abandonam as instalações;
  - Definir regras de reforço de higienização e ventilação/arejamento das instalações;

### **2ª fase – a partir do registo do 1º caso**

As ações a desenvolver nesta fase serão:

- Articular medidas a implementar com as Autoridades de Saúde;
- Comunicar a existência de caso(s) confirmado(s);
- Articular com a Autoridade de Saúde a identificação de contactos próximos;
- Manter as medidas da 1ª fase indicadas pelas Autoridades de Saúde;
- Articular com a administração as medidas necessárias a tomar em caso de alteração do funcionamento;
- Registar casos;
- Ativar medidas indicadas pela DGS/Autoridade de Saúde Local.

**BIBLIOGRAFIA**

DGS - Direção-Geral da Saúde: <https://www.dgs.pt/corona-virus/home.aspx>

Direção-Geral da Saúde: Orientação nº 002/2020 de 25/01/2020 atualizada a 10/02/2020 - Infecção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV)

Direção-Geral da Saúde: Orientação nº 002A/2020 de 25/01/2020 atualizada em 09/03/2020 - Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) - Nova definição de caso

Direção-Geral da Saúde: Orientação nº 003/2020 de 30/01/2020 - Prevenção e Controlo de Infecção por novo Coronavírus (2019-nCoV).

Direção-Geral da Saúde: Orientação nº 004/2020 de 01/02/2020 número 005/2020 de 27/02/2020 - Procedimentos de vigilância de aeroportos e viajantes por via aérea.

Direção-Geral da Saúde: Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 - Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.

Direção-Geral da Saúde: Informação nº 005/2020 de 27/02/2020 - Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus

Direção-Geral da Saúde: Informação número 006/2020 de 28/02/2020 - COVID-19: Recomendações para eventos públicos e eventos de massas.

DGAEP - Direção-geral da Administração e do Emprego Público: <https://www.dgaep.gov.pt/coronavirus/#>

Diário da República Despacho n.º 2836-A/2020 de 2020-03-02.