



O Mundo é
MUNICÍPIO DE REDONDO
É o Mundo

PLANO DE CONTINGÊNCIA DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DE REDONDO

Novo Coronavírus (SARS-CoV-2)



**Município de Redondo
SETEMBRO 2020**





I. INTRODUÇÃO

O Plano de Contingência para Prevenção de Transmissão do Coronavírus (COVID-19) do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo, a seguir sucessivamente referido como Plano, apresenta as orientações estratégicas para a sua implementação.

A COVID-19 é uma doença causada pela infecção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

Os espaços onde decorre prática de atividade física, pelas suas características, podem ser locais de potencial transmissão da infecção por SARS-CoV-2, por contacto direto e/ou indireto. Por isso, medidas adicionais devem ser tomadas para assegurar a minimização da transmissão da doença nestes contextos.

1. OBJETIVO

A COVID-19 foi reconhecida pela Organização Mundial de Saúde como pandemia, no dia 11 de março de 2020. Neste seguimento, várias medidas têm sido adotadas para conter a expansão da doença. No atual contexto de redução de medidas mais restritivas, o acesso a espaços e atividades culturais e de lazer torna-se muito importante para a saúde da população. Considerando a evolução epidemiológica atual da COVID-19, é iniciada a fase de recuperação e reabertura dos serviços entretanto encerrados, como o caso dos equipamentos desportivos e de lazer, previsto pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 40-A/2020, de 29 de maio. Os espaços desportivos, pelas suas características, representam locais de risco de transmissão da COVID-19, assim, nos termos da Resolução do Conselho de Ministros n.º 55-A/2020 de 31 de julho, da Orientação 030/2020 de 29 de maio da DGS, com atualização a 20 de julho e da Orientação 036/2020 de 25 de agosto, é elaborado o presente Plano de Contingência para o Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo, com efeitos a partir da sua aprovação. Este plano deve ser atualizado sempre que necessário.

Qualquer situação não prevista neste plano, deve ser abordada com o Senhor Vereador do Pelouro Municipal de Proteção Civil, José Manuel Mendes Portel.

II. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO

Todos os que exerçam atividade no Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo devem ter conhecimento, formação e treino relativamente ao Plano, incluindo o reconhecimento de sinais e sintomas compatíveis com COVID-19, de acordo com a Norma 004/2020 da DGS, e as medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19.

1. COORDENAÇÃO DO PLANO

A aplicabilidade e monitorização do Plano será da responsabilidade do Vereador da Proteção Civil, também designado de Diretor do Plano, com o apoio da Técnica



Municipal de Proteção Civil e do Responsável Técnico das Instalações do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo, desenvolvendo as seguintes ações:

- a) Coordenar a atuação global;
- b) Avaliar a evolução da situação;
- c) Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano;
- d) Informar/notificar a DGS;
- e) Obter e consolidar informação atualizada.

2. ATIVAÇÃO DO PLANO

A ativação do Plano é determinada pelo Presidente da Câmara Municipal de Redondo, que deverá ter especial atenção às seguintes situações:

- a) O nível de alerta Pandémico definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e correspondente recomendação de implementação pela Direção Geral de Saúde (DGS);
- b) Se verifique um ambiente de transmissão secundária generalizada e sem controlo a nível nacional.

3. DESATIVAÇÃO DO PLANO

O Plano é desativado por determinação do Presidente da Câmara Municipal de Redondo.

4. PREPARAÇÃO PRÉVIA À ABERTURA AO PÚBLICO

A preparação prévia para a abertura ao público contempla:

- a) Assegurar as condições de higiene e segurança dos locais de treino e competição, incluindo as refentes às instalações sanitárias, balneários bem como objetos e superfícies de uso comum e toque frequente, de acordo com as Orientações 014/2020, 030/2020 e 036/2020 da DGS;
- b) Definição da área de isolamento;
- c) Entradas e saídas, com circuitos próprios e separados, evitando o contacto entre pessoas;

- d) Afixação, em vários locais visíveis, de cartazes e outros materiais informativos com as medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19, para conhecimento dos utilizadores;
- e) Fornecer a todos os funcionários e colaboradores informação sobre a COVID-19 e o plano de contingência, especialmente sobre como reconhecer e atuar perante um utilizador com suspeita de COVID-19;
- f) Todos os praticantes e equipas técnicas devem assinar um Código de Conduta/Termo de Responsabilidade (Anexo X), no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infecção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva, quer em contexto de treinos quer em contexto de competições;
- g) Garantir todos os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) necessários aos funcionários e colaboradores, bem com a sua correta utilização;
- h) Informar os funcionários e colaboradores de que não devem frequentar os espaços onde decorre a prática de desporto, caso apresentem sinais ou sintomas sugestivos do COVID-19. Caso apresentem sintomas deverão contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24);
- i) Afixar, de forma acessível a todos, as regras de etiqueta respiratória, da higienização correta das mãos, da utilização correta das máscaras, e normas de funcionamento das instalações;
- j) Providenciar a colocação de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou solução à base de álcool, junto à entrada e saída do edifício e das casas de banho.

5. MEDIDAS GERAIS

- a) Assegurar que todos os espaços, materiais e equipamentos utilizados no decorrer da prática de desporto são submetidos a limpeza e desinfeção, nos termos da Orientação 014/2020 e 030/2020 da DGS;
- b) Deve ser assegurado que todas as pessoas que trabalham no Pavilhão Gimnodesportivo ou o frequentam estejam sensibilizadas para o cumprimento das



regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, da utilização correta de máscara, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental;

- c) Os praticantes, elementos das equipas técnicas e os funcionários/colaboradores, ou outros devem desinfetar as mãos, à entrada e à saída das instalações, e após contacto com superfícies de uso comum, com recurso a água e sabão ou, em alternativa, desinfetar as mão, usando os dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) dispersos pelas instalações;
- d) Providenciar a colocação de dispensadores de SABA, junto à receção, entrada e saída dos espaços de prática de desporto;
- e) Deve ser assegurada uma boa ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas e janelas;
- f) Os funcionários, elementos das equipas técnicas e utilizadores devem efetuar a auto monitorização diária de sinais e sintomas e abster-se de ir trabalhar, treinar ou competir, se surgir sintomatologia compatível com COVID-19. Devem igualmente contactar o SNS 24, ou outras linhas específicas criadas para o efeito, de acordo com a Norma 004/2020 da DGS;
- g) Os departamentos médicos dos clubes devem garantir uma avaliação clínica periódica e adequada de forma a identificar precocemente qualquer sintoma sugestivo de COVID-19, nos termos da Norma 004/2020 da DGS.

6. MEDIDAS ESPECÍFICAS

- a) As federações e/ou os clubes devem avaliar o risco de contágio por SARS-CoV-2 associado à modalidade desportiva respetiva (Anexo 2 e 3) e elaborar um Regulamento Específico, para a prática desportiva, em contexto de treino e em contexto competitivo, de acordo com a estratificação de risco da modalidade e as recomendações da presentes Orientação 036/2020 de 25 de agosto da DGS;
- b) As medidas específicas são aplicadas à prática desportiva enquadrada por federações com estatuto de utilidade pública desportiva, de acordo com a estratificação de risco de

contágio por SARS-CoV-2 para cada modalidade (Anexo 2 e 3 da Orientação 036/2020 de 25 de agosto da DGS):

- Modalidades de alto risco;
 - Modalidades de médio risco;
 - Modalidades de baixo risco (incluindo as modalidades desportivas individuais sem contacto físico, entre outras).
- c) Atento o Princípio do Gradualismo, a prática desportiva, em contexto de treino e em contexto competitivo, deve ser efetuada de forma faseada, pelo que, no atual contexto epidemiológico, inicia-se:
- Contextos de treino ajustado para garantir o distanciamento físico permanente de pelo menos três metros entre praticantes: todos os escalões etários;
 - Contexto de treino pré-competição e contexto competitivo:
 - i) Modalidades de alto e médio risco:
 - Escalões seniores (de imediato);
 - Equipas/praticantes de outros escalões etários no período de até 45 dias anterior à participação em competições internacionais agendadas.
 - ii) Modalidades de baixo risco:
 - Todos os escalões etários.
- d) As federações e os clubes considerarão a realização de testes laboratoriais para SARS-CoV2 aos praticantes das modalidades desportivas, de acordo com a estratificação do risco da modalidade (Anexo 2 e 3 da Orientação 036/2020 de 25 de agosto da DGS), da situação epidemiológica a nível regional e local, e dos recursos disponíveis;



		Risco Modalidade		
		Baixo	Médio	Alto
Risco Epidemiológico	Treinos dentro da mesma equipa	Sem teste	Sem teste	Sem teste
	Competições entre equipas de zona(s) sem transmissão comunitária ativa	Sem teste	Sem teste	Teste até 48h antes da competição
	Competições entre equipas de zona(s) com transmissão comunitária ativa	Sem teste	Teste aleatório até 48h antes da competição	Teste até 48h antes da competição

- e) Todos os testes laboratoriais para SARS-CoV-2 devem ser realizados de acordo com a Orientação 015/2020 da DGS e a Circular Informativa n.º 003/CD/100.20.200, e notificados na plataforma SINAVE-Lab, nos termos da Lei n.º 81/2009 de 21 de agosto;
- f) A extensão da realização de testes às equipas técnicas e demais intervenientes deve ser alvo de uma avaliação de risco e definida pelas federações, clubes e entidades promotoras da prática da atividade desportiva;
- g) As federações, clubes e entidades promotoras devem considerar o aumento da periodicidade, pessoas a testar, e número de testes moleculares sempre que as características da modalidade e da competição assim o exijam, de forma a cumprir, por exemplo, as recomendações internacionais no caso de competições internacionais e prática desportiva profissional.

7. NORMAS DE ACESSO E FUNCIONAMENTO DAS INSTALAÇÕES E ATIVIDADES DESPORTIVAS

- a) Acesso condicionado às coletividades/associações/pessoas devidamente autorizadas, para a prática de atividade dos praticantes desportivos federados em contexto de treino;
- b) Utilização do espaço em horários definidos previamente com a Câmara Municipal;



- c) Garantir o registo, data e hora de entrada e saída, de todos os funcionários e utilizadores, que frequentaram o espaço, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica;
- d) Cumprir com os acessos de entrada e saída e, ainda, com os percursos definidos de circulação e utilização de espaços;
- e) Assegurar o distanciamento físico como uma das mais importantes estratégias de redução do risco de contágio por SARS-CoV-2 na comunidade:
- Pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico e desporto;
 - Não devem ser realizados treinos simultâneos com partilha de espaço por equipas diferentes, exceto jogos de preparação e treino pré-competições.
- f) Cumprir com as regras de etiqueta respiratória, lavagem correta das mãos e outras medidas de higienização, devidamente assinaladas e afixadas na instalação, acessível a todos:
- É obrigatório a desinfeção das mãos à entrada e saída de cada espaço;
- g) Uso de Máscara:
- Aplicando-se o Princípio da Precaução em Saúde Pública, é de considerar o uso de máscaras por todas as pessoas que permaneçam em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas, como medida de proteção adicional ao distanciamento social, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória. Assim:
- Funcionários e Equipas Técnicas:
 - Obrigatório o uso de máscara;
 - Utilizadores e Atletas:
 - Obrigatório o uso de máscara em situações de não realização de exercício físico ou durante a prática de modalidades sem esforço físico, e apenas quando a utilização de máscara não comprometer a segurança do praticante.
- h) Não é permitido o contato físico quer entre técnicos, funcionários e praticantes, quer entre os praticantes (exceto em situações de emergência ou quando a atividade assim o exigir);



- i) Evitar o uso de equipamentos com superfícies porosas (como alguns tipos de colchões);
- j) Evitar o manuseamento de produtos, equipamentos e superfícies desnecessários;
- k) Material: para além do espaço físico, o Município de Redondo apenas disponibiliza as balizas de andebol/futsal:
 - A utilização de qualquer outro material necessário ao desenvolvimento das sessões de prática de atividade física e desportiva, é da inteira responsabilidade dos utilizadores, bem como o cumprimento das regras de utilização, higienização e limpeza dos mesmos, conforme orientações da DGS;
 - O reposicionamento e/ou remoção dos equipamentos desportivos, necessários ao desenvolvimento da prática, é da inteira responsabilidade dos utilizadores, devendo, sempre, serem cumpridas as exigências definidas para a segurança dos utilizadores.
- l) Pode ser necessário reconfigurar os diferentes espaços de prática de exercício físico e desportivo, reposicionando, vedando ou removendo equipamentos;
- m) Pode ser necessário efetuar a marcação de lugares (por exemplo, marcações no chão), de forma a garantir o distanciamento físico;
- n) Para efeitos de hidratação, é da responsabilidade do próprio assegurar-se do necessário, com caráter pessoal e intransmissível.

8. SESSÕES DE TREINO EM GRUPOS (AULAS DE GRUPO)

- a) As aulas de grupo deverão contemplar a redução de participantes, assegurando que a lotação máxima é reduzida, de forma a garantir o distanciamento físico de pelo menos 3 metros entre praticantes;
- b) Recomenda-se a não retoma de sessões de grupo dedicadas a grávidas, idosos, ou pessoas com doenças crónicas, pelo risco acrescido que estas populações parecem apresentar;
- c) Arejar e promover a ventilação dos espaços das sessões de treino em grupo entre as sessões, durante pelo menos 20 minutos, abrindo portas ou janelas;



- d) Assegurar a limpeza e higienização dos espaços e equipamentos utilizados entre sessões.

9. COMPETIÇÕES DESPORTIVAS

a) A entidade promotora da competição deve elaborar um Regulamento Específico para a competição, que deve constituir um complemento a este Plano de Contingência. Este Regulamento deve incluir:

- A definição da organização e circuitos a observar nos espaços onde decorram as competições desportivas. Esta organização deve contemplar as diferentes áreas (zona técnica, bancadas, entre outras, incluindo as áreas da comunicação social e imprensa), nomeadamente as condições, os acessos e utilização dos respetivos Equipamentos de Proteção Individual (EPI), entre outros;

- A definição da organização a observar nos alojamentos e nos transportes de e para as competições e para os treinos, designadamente, os circuitos, os acessos e os EPI a utilizar, de acordo com as normas e orientações da DGS.

b) O Regulamento indicado deve ser disponibilizado e divulgado, de preferência por meios eletrónicos, a todas as pessoas envolvidas, incluindo todos os elementos das equipas e elementos da equipa de arbitragem, até 72 horas antes do início da competição;

c) A presença de público nas competições desportivas é determinada pela legislação em vigor, de acordo com parecer técnico da Direção-Geral da Saúde, sustentado na evolução da situação epidemiológica.

10. BALNEÁRIOS, CHUVEIROS, SANITÁRIOS

a) Asseguradas as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação n.º 014/2020 da DGS, a utilização dos balneários é permitida;

b) Por serem espaços de uso comum e com superfícies de contato frequente, os balneários devem ser sujeitos a um aumento da frequência de limpeza e higienização;



- c) Após cada utilização dos balneários, chuveiros, bancos e cabides será efetuada a sua limpeza, higienização e desinfeção;
- d) A utilização de balneários e chuveiros deve considerar as seguintes recomendações:
- Caso disponham de alternativa, os utilizadores devem evitar a utilização dos balneários e/ou chuveiros das instalações;
 - Garantir a utilização de cabides nos balneários que permita o distanciamento físico de dois metros entre utilizadores;
 - Garantir a utilização de chuveiros que permitam o distanciamento físico de pelo menos dois metros entre utilizadores;
 - Os circuitos de circulação de funcionários e utilizadores devem, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;
 - Assinalar de forma visível quais os cabides e chuveiros que podem ser utilizados.
 - A lotação máxima nos balneários e chuveiros é definida pelo Município de Redondo, por forma a permitir a manutenção do distanciamento físico de pelo menos dois metros entre utilizadores;
- e) Caso seja estabelecida a restrição de utilização de balneários, é permitido a utilização a instalações sanitárias exteriores aos balneários.

11. HIGIENIZAÇÃO DE SUPERFÍCIES, EQUIPAMENTOS E ROUPA

- a) Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies e o tratamento de roupa disponibilizado aos funcionários e utilizadores, de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS e Orientação 008/2020 da DGS;
- b) Aumentar a frequência de limpeza e desinfeção várias vezes por dia e com recurso a agentes adequados de todas as zonas;
- d) 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;



e) Limpeza e desinfeção das superfícies porosas como pegas de equipamentos revestidas com película aderente antes e após cada utilização, e descartar a película ao final do dia.

12. LOTAÇÃO MÁXIMA POR ESPAÇO

- a. Nave – 20 pessoas, exceto turmas escolares;
- b. Círculo evolvente ao ringue – Apenas equipas técnicas, de segurança, de socorro e funcionários;
- c. Balneário 1
 - Balneário A – 6 pessoas
 - Balneário B – 6 pessoas
 - Chuveiros – 5 pessoas
- d. Balneário 2
 - Balneário C – 6 pessoas
 - Balneário D- 6 pessoas
 - Chuveiros – 5 pessoas
- e. Balneário Arbitragem 1 – 1 pessoa
 - Chuveiro – 1 pessoa
- f. Balneário Arbitragem 2 – 1 pessoa
 - Chuveiro - 1 pessoa
- g. Sala de Receção/Secretaria – Interdito (**Sala de Isolamento**);
- h. *Bancadas – Interdito a público;
- i. *Bancos de suplentes – 3 pessoas por banco;
- j. Gabinetes – Apenas equipa técnica;
- k. Sala de Funcionários e arrecadações – Apenas funcionários;
- l. Sanitários do Rés de Chão – Interditos;
- m. Sanitários do 1º Andar – Uso Exclusivo da População Escolar.



*Atendendo às regras de distanciamento social as bancadas poderão ser utilizadas como banco de suplentes

13. SALA DE ISOLAMENTO

É estabelecida uma “**SALA DE ISOLAMENTO**”- Sala de Receção/Secretaria - que deverá ter as seguintes características:

- a) Ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, com revestimentos lisos e laváveis;
- b) Espaço equipado com: cadeira ou marquesa (para descanso e conforto da pessoa, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte);
- c) Disponível um Kit com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico), solução antisséptica de base alcoólica (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel, máscara (s) cirúrgica (s) e luvas descartáveis;
- d) Instalações sanitárias privativas, preferencialmente, ou de acesso fácil, devidamente equipada com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com sintomas/caso suspeito. O circuito a privilegiar, quando uma pessoa com sintomas se dirigir para a sala de “isolamento” deve ser estabelecido por forma a evitar locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

14. CUMPRIMENTO E IMPLEMENTAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

Os responsáveis pelo cumprimento e implementação do presente Plano de Contingência são os técnicos e funcionários do Município de Redondo que trabalham no Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo.

15. PROCEDIMENTOS PERANTE CASO POSITIVO NOS TESTES PRÉ-COMPETIÇÃO

- a) A identificação de um caso positivo (sintomático ou não) de infecção por SARS-CoV-2 durante a realização dos testes moleculares deve, de imediato, ser comunicado à Autoridade de Saúde territorialmente competente e ao Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC);
- b) O caso positivo deve ser isolado, ficando impossibilitado de participar nos treinos e nas competições até à determinação de cura, nos termos do aplicável da Norma 004/2020 (sintomático) ou da Norma 010/2020 (assintomático) da DGS;
- c) Os praticantes e equipas técnicas da equipa na qual foi identificado um caso positivo são contactos de um caso confirmado. Contudo, a implementação das medidas de prevenção e controlo de infecção e, complementarmente, da realização de testes moleculares, minimiza o risco de contágio por SARS-CoV-2 entre os praticantes e equipas técnicas, pelo que a identificação de um caso positivo não torna, por si só, obrigatório o isolamento coletivo, das equipas;
- d) A determinação de isolamento de contactos (de praticantes e outros intervenientes), a título individual, é feita pela Autoridade de Saúde territorialmente competente, nos termos da legislação vigente e do previsto na Norma 015/2020 da DGS;
- e) A vigilância clínica dos contactos deve ser realizada pelo departamento médico do clube, sempre que exista, garantindo o acompanhamento clínico e o registo diário da informação, sem prejuízo da atuação da Autoridade de Saúde Local, nos termos aplicáveis da Norma 015/2020 da DGS.

16. PROCEDIMENTO CASO SUSPEITO COVID-19

O alerta de um utilizador, membro da equipa técnica ou funcionário com sintomas e ligação epidemiológica, deve ser de imediato comunicado ao Diretor do Plano, e este deve dirigir-se à **SALA DE ISOLAMENTO**, e colocar máscara e luvas.

- a) Nas situações em que o utilizador, membro da equipa técnica ou funcionário com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), para a zona de isolamento, o funcionário, membro da equipa técnica ou utilizador que acompanha (m) ou presta (m) assistência ao doente devem 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 quanto à higiene das mãos, após contacto com a pessoa doente;

- b) Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança superior a 2 metros do doente;
- c) O utilizador, membro da equipa técnica ou funcionário com sintomas já na sala de “isolamento”, contacta o **SNS 24 (808 24 24 24)**;
- d) Se o Caso Suspeito Não For Validado, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da pessoa. A pessoa informa o Diretor do Plano da não validação.

17. PROCEDIMENTO CASO SUSPEITO VALIDADO

- a) No caso de um Caso Suspeito Validado, a DGS ativa a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos;
- b) A pessoa doente deverá permanecer na sala de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- c) O acesso das outras pessoas à zona de “isolamento” fica interditado (exceto a quem presta assistência);
- d) A sala de “isolamento” fica interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde;
- e) O Município/SMPC colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- f) O Município/SMPC informa os Serviços Saúde do Trabalho, se aplicável;
- g) O Município/SMPC informa os restantes utilizadores, funcionários e elementos das equipas técnicas da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais;



- h) A Autoridade de Saúde Local informa o Município dos resultados dos testes laboratoriais;
- i) Se o Caso For Invalidado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais incluindo de limpeza e desinfeção.

18. PROCEDIMENTO CASO CONFIRMADO

- a) Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da sala 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;
- c) Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micrón) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para um operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- d) A Autoridade de Saúde Local, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas no Município, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

19. VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

- a) Considera-se “contacto próximo” uma pessoa 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;
- b) O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- “Alto risco de exposição” que é definido como:

- Trabalhador do mesmo posto de trabalho do Caso;
- Pessoa que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;

- Pessoa 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.

- “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:
 - Pessoa 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);
 - Pessoa (as) 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).

- Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia;

- Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o Município/SMPC e o médico do trabalho, deve:
 - Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
 - Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).



Vigilância de contactos próximos

Alto Risco de Exposição	Baixo 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
Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar	Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho
Restringir o contacto social ao indispensável	
Evitar viajar	
Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição	
A auto monitorização diária, feita pela própria pessoa, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar	
Se se verificarem sintomas da COVID-19 e a pessoa estiver no Pavilhão, devem-se iniciar os "Procedimentos num Caso Suspeito	
Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19	

20. CONTACTOS ÚTEIS

Entidade	Nome	Contacto
<i>Autoridade de Saúde</i>	Dr. Augusto Brito	967 611 198
<i>Delegado Saúde Pública Municipal</i>	Dr. Manuel Galego	967 611 199
<i>Diretor do Plano</i>	Vereador SMPC	965 391 661
<i>José Portel</i>		
<i>Linha SNS 24</i>	-	808 24 24 24
<i>Numero Europeu de Emergência</i>	-	112
<i>Centro de Saúde de Redondo</i>	-	266 989 110
<i>Bombeiros Voluntários de Redondo</i>	-	266 989 140
<i>ARS Alentejo</i>	-	266 758 770
<i>Câmara Municipal de Redondo</i>	-	266 989 210
<i>Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC)</i>	Helena Roque	965 391 684
<i>Coordenador Desporto</i>	Eduardo Marreiros	968 587 169

21. BIBLIOGRAFIA

- Plano de Contingência COVID-19 Município de Redondo, março de 2020;
- Orientação 030/2020, de 29/05/2020 da DGS;
- Orientação 036/2020, de 25/08/2020 da DGS.

18 de setembro de 2020

Presidente da Câmara Municipal,


António José Rega Matos Reto

22. ANEXOS

ANEXO 1

FICHA	TÉCNICA	E	DE	SEGURANÇA	SOLUÇÃO	ALCOOLICA
-------	---------	---	----	-----------	---------	-----------



BIORAH BIOSCIENCES

BIOGRAPHY - BIORAH - Bioactive Research Institute
www.biorah.pt
+351 217 50 50 01
+351 961 333 770
info@biorah.pt
www.biorah.pt
www.biorah.com

FICHA TÉCNICA

AGEL Álcool - Gel desinfectante

Descrição

O AGEL é uma solução alcoólica de limpeza e desinfecção. Está indicado para a limpeza e higienização de todas as superfícies compatíveis e na desinfecção de mãos, de acordo com os critérios e recomendações da DGS e OMS¹². O AGEL apresenta excelentes propriedades desinfetantes e de secagem, sem deixar resíduo. Incorpora substâncias gelificantes especiais que permitem a optimização da acção desinfetante, com tempo de contacto mínimos.

Características Físico-Químicas

Aspecto: Líquido, translúcido.

Cor: Incolor

Odor: Alcoólico, característico.

6 < pH < 8

Massa volémica: Entre 0,85 – 0,95 g/cm³

Biodegradabilidade: Totalmente biodegradável.

Aplicações

Desinfecção de mãos e superfícies compatíveis com soluções alcoólicas.

Dosagem

Usar puro.

Apresentação

Embalagens de plásticos de 5L, 25L, 200L e 1000 Litros de capacidade.

12. World Health Organization. International guidelines for hand hygiene in health-care settings. Geneva, Switzerland: WHO Press; 2009. Available at: http://www.who.int/gpsc/5may_2009/en_han.pdf

As presentes informações são de natureza técnica, destinadas a profissionais de saúde, e não destinadas ao consumidor final, nem ao público em geral. A responsabilidade pelas informações contidas no documento é exclusiva da BIORAH - Bioactive Research Institute, S.A., que é a única responsável por todo o seu conteúdo, que deve ser considerado de propriedade da mesma. Nenhuma parte do documento pode ser utilizada, reproduzida ou transmitida, de forma total ou parcial, sem a autorização escrita da BIORAH - Bioactive Research Institute. O consumo de álcool é prejudicial à saúde. As pessoas que dirigem veículos, máquinas agrícolas, máquinas industriais, embarcações, aeronaves e outros tipos de veículos motorizados devem evitar o consumo de álcool, uma vez que este pode levar a perda de controlo e a capacidade de reacção. O álcool é um estimulante que pode causar irritação e sensação de excitação. A ingestão excessiva de álcool pode causar depressão, letargia, sonolência, confusão, desequilíbrio, convulsões, coma e morte. A ingestão excessiva de álcool pode causar danos permanentes ao fígado, coração, cérebro e outros órgãos. A ingestão excessiva de álcool pode causar danos permanentes ao fígado, coração, cérebro e outros órgãos.





ANEXO 2

HIGIENIZAÇÃO PESSOAL/LAVAGEM DAS MÃOS

Recomenda-se lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas.

Lavagem das mãos



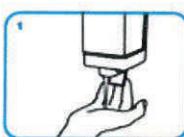
Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas.

Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

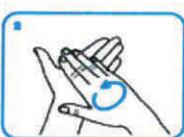
Duração total do procedimento: 40-60 seg.



Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



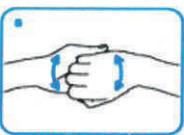
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



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



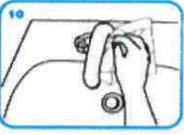
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



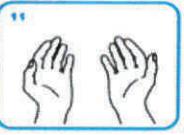
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.



Técnica de Higiene das Mão com SABA

Fricção Antissética das mãos

Higienize as mãos, friccionando-as com solução antissética de base alcoólica (SABA). Lave as mãos quando estão visivelmente sujas.



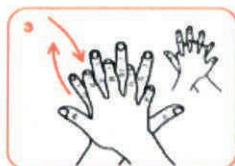
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



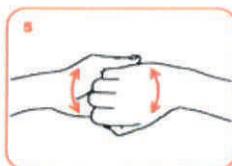
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



As palmas das mãos com dedos entrelaçados



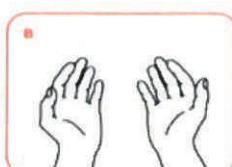
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



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



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



Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.

Ministério da Saúde
www.saude.gov.pt



ANEXO 3

PROCEDIMENTOS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA E DE CONDUTA SOCIAL



Quando tossir, **proteger o nariz e a boca com um lenço ou com o antebraço**. Deitar o lenço de papel no lixo e lavar mãos de seguida.



Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Evitar o contacto físico com pessoas com infecção respiratória.



PROCEDIMENTOS DE COLOCAÇÃO DE MÁSCARAS

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 ESPIRAR**



- 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.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPÚBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODA DGS



ANEXO 4

FICHA TÉCNICA DO PRODUTO DE DESINFEÇÃO E LIMPEZA

clean technology



As substâncias activas (SA) do CLEANICS foram reportadas como eficazes na destruição de vírus como o TGEV (vírus da gastroenterite suína), MHV (vírus da gripe do rato) e SARS-CoV-2 (coronavírus humano), a 6 de Janeiro de 2020 (Journal of Virology, 104, (2020), 246-251).

Informação Técnica

Aspecto: Líquido transparente.

Cor: Azul.

Odor: Característico.

pH: 5.5-6.5.

Densidade: Aproximadamente 1g/cm³.

Modo de Aplicação

Conforme a Tabela de Aplicações e Doseagem respectiva. Pode aplicar-se puro ou diluído, por pulverização ou enxaguamento das superfícies. Especialmente útil em áreas exigentes ou críticas que exigem procedimentos de higienização e desinfecção eficazes e duradouros.

Apto para pulverização de pavimentos, bancadas de trabalho e superfícies verticais em indústrias, instituições de cuidados de saúde e de segurança, escolas, empresas, etc.

Utilizar sem misturar com quaisquer detergentes ou outros compostos químicos, que podem comprometer a eficiência e rapidez na ação do produto.

CLEANICS®

Desinfecção de Equipamentos, Pavimentos e outras Superfícies

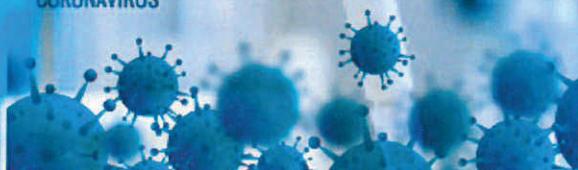
CLEANICS. Desinfecção Eficaz, em Segurança.

O CLEANICS é um desinfectante de superfícies, concentrado, muito eficaz, com ação rápida e formulado através da combinação de alquilamônios, tensioactivos não iónicos e ácidos orgânicos de fontes naturais que, juntos, permitem **ações bactericida, fungicida e virucida**, simultânea. O CLEANICS está isento de agentes oxidantes tais como compostos clorados e peróxidos. Também não contém aldeídos e fenóis. As substâncias actives do produto são rapidamente biodegradadas no meio Ambiente, em menos de 13 dias.

Uma Solução Diferenciadora e de Aplicação Transversal.

O CLEANICS faz parte dos produtos biocides que foi notificado à Direção Geral de Saúde (DGS) (TP2). Devido à sua natureza não oxidante, pode ser usado em todas as superfícies de forma segura conseguindo excelentes resultados de desinfecção, em poucos minutos. Uma vez que a eficácia depende da carga microbiológica inicial e da quantidade de interferentes (carga orgânica das superfícies), foram realizados testes que comprovam a eficácia em diferentes condições de ensaio de acordo com as Normas AFNOR EN1040, AFNOR EN1275, AFNOR EN1276, AFNOR EN1650, AFNOR EN13697.

COVID-19 CORONAVIRUS



Eficácia Microbiológica e Ação Anti-Estática.

Para além dos estudos relativos à eficácia das SA que compõem o produto e dos testes independentes realizados com CLEANICS, o seu desempenho enquanto agente de higienização e desinfecção, permite anular a electricidade estática das superfícies tratadas.

Esta capacidade permite agilizar as operações de limpeza e reduzir a acumulação de poeira nas superfícies.



A mesma capacidade pode ser aproveitada na lavagem de peças e equipamentos, deixando actuar o produto na sua forma pura, por alguns minutos e enxaguando de seguida.





CLEANICS®

Desinfecção de Equipamentos, Pavimentos
e outras Superfícies

Vantagens da Ação Desinfectantes com Coadjutantes.

Uma das questões mais importantes associadas à utilização de um produto desinfectante é a possibilidade do desenvolvimento de resistência por parte de alguns microorganismos. O fenómeno é particularmente importante em operações de higienização e desinfecção recorrentes ao longo do tempo. Por esta razão, a fórmula de CLEANICS contém agentes coadjuvantes da ação desinfectante onde, até ao momento, não foram demonstrados fenómenos de resistência. Por outro lado, os mesmos coadjuvantes apresentam uma forte capacidade de remoção de biofilmes, melhorando a ação da SA do produto.



COMPROVADAMENTE EFICAZ, DE APLICAÇÃO TRANSVERSAL, SEGURO, AMBIENTALMENTE SUSTENTÁVEL E NOTIFICADO ÀS AUTORIDADES COMPETENTES, O CLEANICS É UMA SOLUÇÃO DE DESINFECÇÃO INTELIGENTE.

CLEANICS - Aplicações, Dosagens e Procedimentos

Aplicação	Dosagem SANIVIR PRO	Procedimento
Desinfecção de Pavimentos	Aplicar puro ou em diluições até 4% (Ex.: pavimentos exteriores).	Aplicar por pulverização deixando actuar, pelo menos, 20 minutos.
Desinfecção de Veículos	Aplicar puro ou em diluições até 20% (Ex.: veículos de transporte público).	Aplicar por pulverização deixando actuar, pelo menos, 5 minutos.
Desinfecção de Equipamentos	Aplicar puro (Ex.: equipamentos de ginástica ou exercício físico).	Aplicar por pulverização ou com um pano embebido em produto, deixando actuar, pelo menos, 5 minutos.
Limpeza e Desinfecção de WC ou áreas equiparadas	Aplicar puro sempre após as anteriores operações de limpeza e higienização (Ex.: lavagem de loiças e pisos de WC).	Aplicar por pulverização ou enxaguamento com o produto, deixando actuar, pelo menos, 15 minutos.
Lavagem de Utensílios e Peças	Aplicar puro (Ex.: peças mecânicas, utensílios pedagógicos).	Aplicar por submersão dos utensílios ou peças, deixando actuar, pelo menos, 5 minutos.

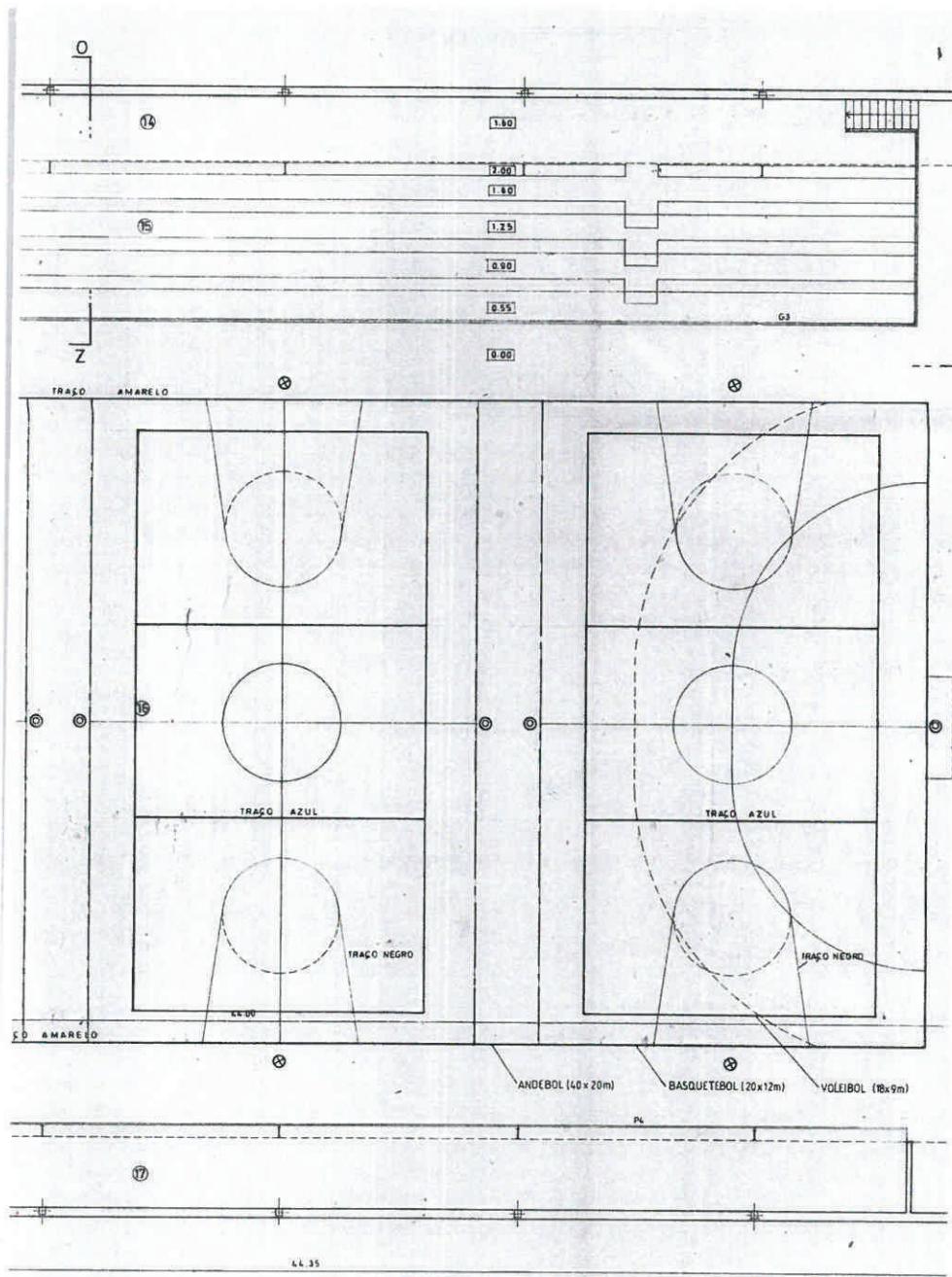
Armazenamento: Num local fresco e seco, longe de luz solar directa. Manter na embalagem original, bem fechada. Shelf-life: 1 ano em condições de armazenamento normais.

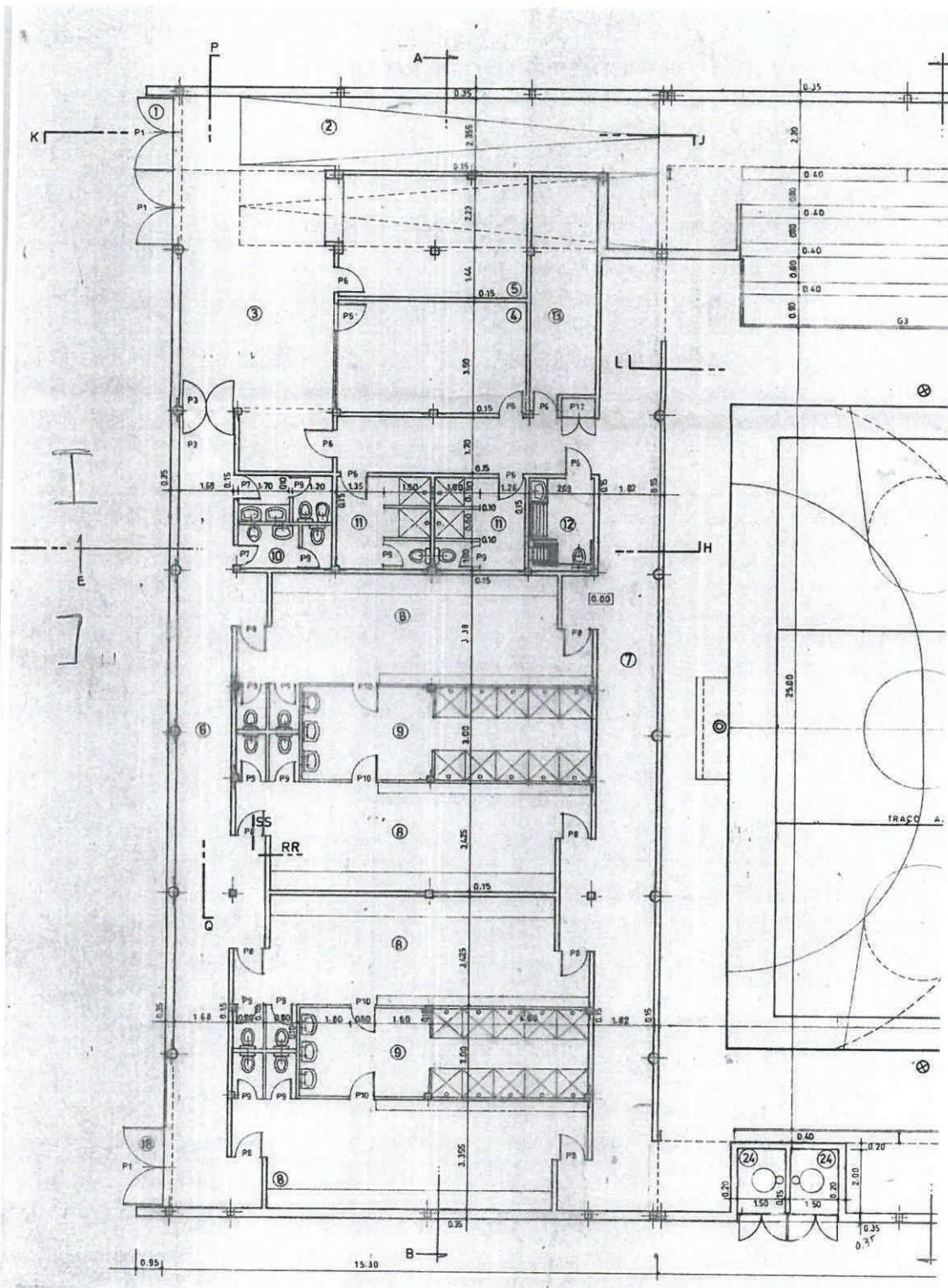


ANEXO 5

PLANTA DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DE REDONDO

R/ch

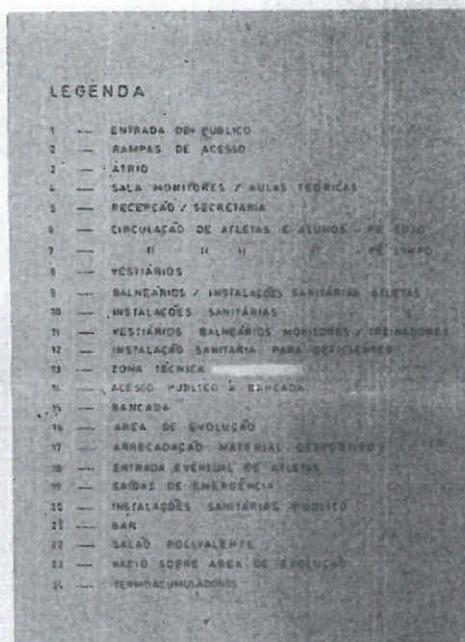






**PLANO DE CONTINGÊNCIA
PAVILHÃO
GIMNOS DESPORTIVO DE
REDONDO
Novo Coronavírus (SARS-CoV-2)**

Data: 18/09/2020
Versão: 1.0

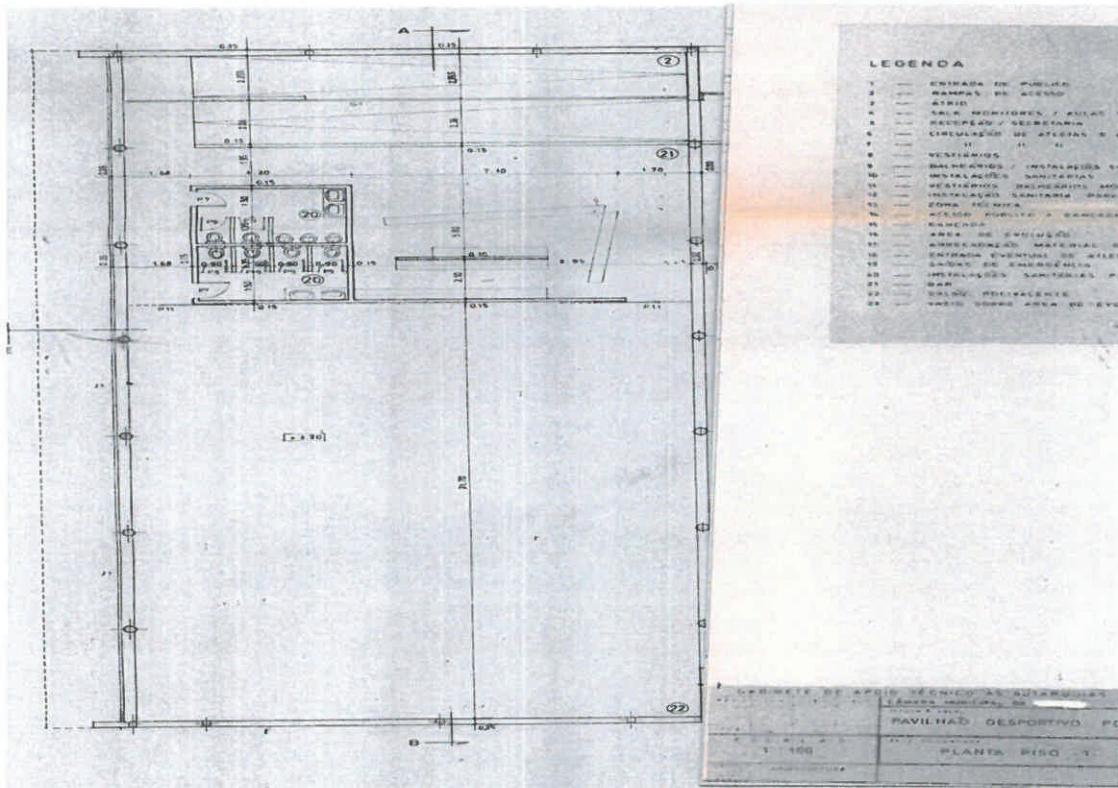


1 - ANDEBOL —— 1 UNIDADE
2 - BASQUETEbol — 3 UNIDADES
3 - VOLEIBOL —— 3 UNIDADES
④ - LOCALIZAÇÃO DAS TABELAS DE BASQUETEbol - 6 UNIDADES
⑤ - CAIXA PARA FUNDADAo DAS FLANDES DOS POSTES AMOVIVEIS DE
VOLLEIBOL - 5 UNIDADES

GABINETE DE APOIO TÉCNICO AS AUTARQUIAS LOCAIS	
CÂMARA MUNICIPAL DE [REDACTED]	
PREFEITO: [REDACTED]	
PAVILHÃO DESPORTIVO POUVALENTE	



1.º andar





ANEXO 6

IDENTIFICAÇÃO DE ENTRADA E SAÍDA DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DE REDONDO





ANEXO 7

TERMO DE RESPONSABILIDADE / AUTORIZAÇÃO DE REGISTO DE ENTRADA E EVENTUAL CONTROLO DE TEMPERATURA

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, portador do documento de identificação n.º _____, agente desportivo federado da modalidade de _____ no clube _____, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infecção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.
7. Autorizo o Município de Redondo e clube/associação a efetuar o registo de acesso às instalações desportivas municipais, bem como o eventual controlo de temperatura corporal à entrada das instalações, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica.

____ de _____ de 202____

Assinatura:

Contacto telefónico:

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):



**PLANO DE CONTINGÊNCIA
PAVILHÃO
GIMNOSDESPORTIVO DE
REDONDO
Novo Coronavírus (SARS-CoV-2)**

Data: 01/09/2020
Versão: 1.0

ANE

Registo de Acesso

Entrada (hora)

Saída (hora)

Email

Contacto

Nome

Registo efetuado por:

Entidade:



**PLANO DE CONTINGÊNCIA
PAVILHÃO
GIMNOSDESPORTIVO DE
REDONDO
Novo Coronavírus (SARS-CoV-2)**

Data: 01/09/2020
Versão: 1.0