



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
Junho 2022
VERSÃO 3



INDICE

1. ENQUADRAMENTO	2
2. CONCEITOS	2
3. OBJETIVOS	4
4. SITUAÇÃO	4
5. EXECUÇÃO	4
5.1 DIREÇÃO E COORDENAÇÃO	5
5.2 INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO	5
5.3 ATIVAÇÃO DO PLANO	5
5.4 AÇÕES A DESENVOLVER PELOS SERVIÇOS	6
FASE DE PREVENÇÃO	6
FASE DE RESPOSTA	7
FASE DE RECUPERAÇÃO	8
6. PROCEDIMENTOS	8
6.1 PROCEDIMENTOS PARA DESPORTISTAS, ALUNOS, EQUIPAS TÉCNICAS, FUNCIONÁRIOS E DEMAIS COLABORADORES COM SINTOMAS COVID-19	9
6.2 SALA DE ISOLAMENTO	9
6.3 PROCEDIMENTOS PARA LIMPEZA E DESINFEÇÃO DO EDIFÍCIO	10
6.4 PROCEDIMENTO PARA PREPARAÇÃO PRÉVIA À ABERTURA AO PÚBLICO	10
6.5 MEDIDAS GERAIS	11
6.6 NORMAS DE ACESSO E FUNCIONAMENTO DAS INSTALAÇÕES E ATIVIDADES DESPORTIVAS	12
6.7 SESSÕES DE TERINO EM GRUPO (AULAS DE GRUPO)	13
6.8 COMPETIÇÕES DESPORTIVAS	14
6.9 BALNEÁRIOS, CHUVEIROS E SANITÁRIOS	14
7. PROCEDIMENTO PERANTE DESPORTISTAS/ALUNOS/PÚBLICO E FUNCIONÁRIOS COM SINTOMAS/CASO SUSPEITO.....	15
8. PROCEDIMENTO PERANTE UM CASO CONFIRMADO	17
9. LOGÍSTICA	18
10. INFORMAÇÃO PÚBLICA	19
11. CONTATOS ÚTEIS	19
12. HOMOLOGAÇÃO DO PLANO	20
13. BIBLIOGRAFIA	20
14. ANEXOS	21



I. ENQUADRAMENTO

A 30 de janeiro de 2020 a Organização Mundial de Saúde declarou estado emergência de saúde pública face à epidemia SARS-CoV-2, tendo posteriormente, no dia 11 de março de 2020, declarado a COVID-19 como uma pandemia, e que, desde então, foram adotadas várias medidas urgentes e extraordinárias, com o objetivo de conter a propagação do vírus.

Na sequência da evolução epidemiológica da COVID-19, foi publicada a Resolução do Conselho de Ministros n.º 41-A/2022, bem como o Decreto-Lei n. 30-E/2022, ambos de 21 de abril de 2022, que alteram algumas medidas aplicáveis no âmbito da pandemia da doença COVID-19.

Num cenário de alinhamento com o atual panorama epidemiológico, importa que a transição das Medidas de Saúde Pública, elaboradas e publicadas no âmbito da pandemia, seja efetuada de forma adequada à minimização do risco da doença para a população, especialmente a mais vulnerável.

Uma das medidas previstas é a necessidade de todas as entidades responsáveis por equipamentos desportivos procederem à atualização dos respetivos Planos de Contingência de forma a minimizar a transmissibilidade do vírus SARS-CoV-2 (COVID-19). Nesse âmbito a Câmara Municipal de Redondo atualiza o presente Plano de Contingência, para minimizar o risco de contágio em locais com elevada afluência e rotatividade de pessoas. Em alinhamento com a Orientação n.º 003/2022, de 15 de março de 2022, atualizada a 28 de abril, da DGS, o Plano de Contingência define um conjunto de procedimentos que permite a preparação e adequação da resposta perante um caso suspeito, perante um caso suspeito validado e a vigilância de contactos próximos.

A aplicação das medidas previstas neste Plano não prejudicam a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

O sucesso da implementação deste Plano de Contingência depende do envolvimento de todos os níveis organizacionais, potenciando assim a capacidade de resiliência da organização face à situação a enfrentar.

2. CONCEITOS

a) COVID-19: Infeção pelo novo coronavírus sars-cov-2

As pessoas com esta doença podem apresentar sinais e sintomas que variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares. Nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte.

Os dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a 2ª semana da doença.

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19.

b) Período de incubação da COVID-19

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

c) Modo de transmissão da COVID-19

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com infetados pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta). A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosem ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

d) Como evitar a transmissão da COVID-19?

A infeção pode ser evitada com cuidados simples de higiene:

- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com uma solução alcoólica de desinfeção;
- Manter o distanciamento social, evitando o contacto físico (apertos de mão, beijos, etc.);
- Evitar tocar na boca, nariz e olhos;
- Praticar as regras de etiqueta respiratória, isto é, cobrir a boca e o nariz ao tossir ou espirrar fazendo uso de um lenço descartável ou da prega interna do cotovelo. Deitar fora imediatamente o lenço utilizado e lavar as mãos com água e sabão.

3. OBJETIVOS

De forma a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para a atividade desportiva do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo e cuja organização compete à Câmara Municipal de Redondo, atualizou-se o presente Plano de Contingência que constitui um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção.

O Plano define, nomeadamente:

- A estrutura de decisão, coordenação, monitorização e divulgação de informação;
- Os procedimentos a adotar de forma a conter a propagação da doença dos utilizadores e funcionários;
- Este documento não prevê ações de tratamento médico. Nestas circunstâncias deverão seguir-se as orientações da Direção-Geral da Saúde.

As situações não previstas no presente Plano deverão ser avaliadas caso a caso.

4. SITUAÇÃO

O município tem sob a sua gestão e responsabilidade o Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo, que se situa na Vila de Redondo, onde se desenvolvem atividades desportivas.

Trata-se de um espaço propenso à aglomeração de um elevado número de pessoas o que implica o contacto direto entre indivíduos, pelo que, face à atual situação epidemiológica, consideramos no presente plano a sua especial vulnerabilidade.

Ao nível do Pavilhão Gimnodesportivo estão identificados os seguintes intervenientes:

- Desportistas;
- Alunos;
- Equipas Técnicas;
- Público;
- Funcionários;

5. EXECUÇÃO

- Este plano aplica-se a todos os desportistas, alunos, Equipas técnicas, público e funcionários do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo;

- No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão cometidas;
- A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19 pela CMR no Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo será ponderada tendo em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas autoridades de saúde e do Governo e a atuação por parte de todos os intervenientes.

5.1 DIREÇÃO E COORDENAÇÃO

De forma a garantir a continuidade dos recintos em funcionamento, é imprescindível concertar ações e promover a partilha de informação entre os intervenientes. Nesse sentido, estabeleceu-se que o presente Plano ficará sob a Direção do Senhor Vereador do Pelouro da Proteção Civil, Pedro Roma, coadjuvado por uma Equipa de Coordenação constituída pelo Responsável Técnico das Instalações das Piscinas Municipais Descobertas e pela Técnica do Serviço Municipal de Proteção Civil.

Esta equipa é responsável por:

- a) Acompanhar a evolução da situação;
- b) Elaborar e divulgar relatórios de situação;
- c) Promover a disponibilização do Plano no site do Município na internet;
- d) Realizar alterações ao Plano de Contingência.

5.2 INFORMAÇÃO E MONITORIZAÇÃO

A equipa, nomeará um Gestor do Plano, responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência no Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo, centralizar a informação, elaborar relatórios e reportar os dados à Equipa de Coordenação, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

A articulação com a DGS será garantida pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, que assegurará a divulgação de informação considerada pertinente ao Gestor do Plano.

5.3 ATIVAÇÃO DO PLANO

O Plano é ativado pelo Senhor Vereador do Pelouro da Proteção Civil, Pedro Roma (Diretor do Plano), como apoio técnico da Equipa de Coordenação, atendendo a uma das seguintes situações:

- a) Orientações emanadas pela DGS;
- b) Na iminência da proliferação generalizada de casos de COVID-19 no concelho;
- c) Surgimento de um caso de contaminação ou suspeita de contaminação COVID-19 no Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo.

A desativação do Plano de Contingência é da responsabilidade do Diretor do Plano, em articulação com a Equipa de Coordenação.

5.4 AÇÕES A DESENVOLVER PELOS SERVIÇOS

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos: fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação. As ações descritas em cada umas das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

FASE DE PREVENÇÃO

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a) Divulgação do Plano no sítio do Município na Internet;
- b) Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes (EM ANEXO);
- c) Reforço de medidas de limpeza do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo;
- d) Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo;
- e) Identificação das tarefas essenciais dos Serviços da Câmara Municipal de Redondo;
- f) Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais;
- g) Aquisição de equipamentos, kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19;
- h) Nomear um responsável pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;
- i) Preparar um espaço no Pavilhão Gimnodesportivo, onde tal seja possível, com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas da fonte potencial de infeção;
- j) Deverá também ser indicado qual o Responsável pelo Kit e Sala de Isolamento designado para acompanhamento ao espaço de isolamento, de eventual suspeito de infeção;

- k) Disponibilizar solução de base alcoólica de desinfecção na entrada e saída do Pavilhão Gimnodesportivo;
- l) Disponibilizar material de divulgação no sentido de incentivar a lavagem frequente de mãos e sua desinfecção;
- m) Todos os colaboradores 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;
- n) Monitorizar e acompanhar a situação.

FASE DE RESPOSTA

Esta fase é desencadeada pela diferenciação de possíveis casos de contágio em qualquer participante, e compreende as seguintes ações:

- a) Reforço da divulgação de informação sobre as medidas de prevenção a todos os desportistas, alunos, Equipas Técnicas, Público e Funcionários;
- b) Reforço da limpeza do Pavilhão Gimnodesportivo;
- c) Garantia da reposição dos kits de proteção individual;
- d) Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas por infeção por COVID-19 no Pavilhão Gimnodesportivo durante o seu funcionamento:
 - i. Implementação de medidas com vista à contenção da disseminação da doença, providenciando meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), a entrega de um kit de proteção individual e encaminhamento para um espaço de confinamento.
- e) Informação aos desportistas, alunos, Equipas Técnicas, Público e Funcionários do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo;
- f) Emissão de relatórios com informação direcionada às autoridades de saúde, dirigentes, demais trabalhadores e comunicação social.
- g) Recolha da identificação dos funcionários que estiveram em contato com um caso suspeito de infeção.

FASE DE RECUPERAÇÃO

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos, pela recuperação clínica, dos últimos infetados e pelo regresso gradual à normalidade, culminando com a desativação do Plano.

É caracterizada pelas seguintes ações:

- a) Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo;
- b) Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subseqüentes de infeção;
- c) Informação aos munícipes sobre a retoma do funcionamento do Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo.

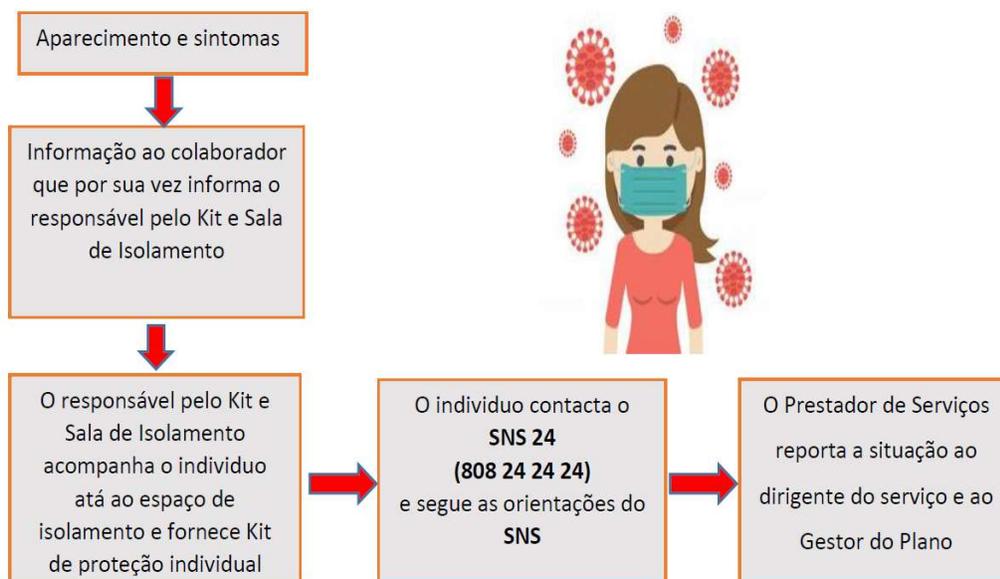
Com a desativação do Plano:

- a) Desativar o espaço de isolamento;
- b) Recolher os kits de proteção individual, não utilizados;
- c) Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;
- d) Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

6. PROCEDIMENTOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença.

6.1 PROCEDIMENTOS PARA OS DESPORTISTAS, ALUNOS, EQUIPAS TÉCNICAS, FUNCIONÁRIOS E DEMAIS COLABORADORES COM SINTOMAS COVID-19



6.2 SALA DE ISOLAMENTO

É estabelecida uma “SALA DE ISOLAMENTO”, Sala de Recepção/Secretaria - a qual deverá ter as seguintes características:

- Ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, com revestimentos lisos e laváveis;
- Espaço equipado com: cadeira ou marquesa (para descanso e conforto da pessoa, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte);
- 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;
- 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.

6.3 PROCEDIMENTO PARA LIMPEZA E DESINFEÇÃO DO EDÍFICIO

Os materiais a utilizar na desinfeção bem como os equipamentos de proteção individual, seguem o disposto na Orientação n.º 003/2022, na sua versão atual, “Adequação das Medidas de Saúde Pública” da DGS.

Os objetos e superfícies de toque comum e regular (ex: corrimãos, maçanetas das portas) devem ser desinfetados com maior regularidade. (Anexo 6 e 7)

6.4. PROCEDIMENTO PARA A 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 referentes às instalações sanitárias, balneários bem como objetos e superfícies de uso comum e toque frequente, de acordo com as Orientações n.º 014/2020, na sua versão mais atual, 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) Garantir todos os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) necessários aos funcionários e colaboradores, bem com a sua correta utilização;
- g) Informar os funcionários e colaboradores de que não devem frequentar os espaços onde decorre a prática de desporto, caso apresentem sinais ou sintomas sugestivos da COVID-19. Caso apresentem sintomas deverão contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e seguir as recomendações que lhes forem dadas;
- h) Afixar, de forma acessível a todos, as regras de etiqueta respiratória, da higienização correta das mãos, da utilização, e normas de funcionamento das instalações;



i) 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.

6.5 MEDIDAS GERAIS

a) Todos os espaços, materiais e equipamentos utilizados no decorrer da prática de desporto são submetidos a limpeza e desinfeção, nos termos da Orientações 014/2020 e 003/2022 da DGS, nas versões atuais;

b) Os espaços onde decorre a prática de desporto e competições desportivas devem assegurar que todas as pessoas que trabalham ou frequentam o Pavilhão Gimnodesportivo estejam sensibilizadas para o cumprimento das regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental;

c) Os praticantes, elementos das equipas técnicas e os funcionários/colaboradores, ou outros, devem lavar as mãos, à entrada e à saída das instalações, e após contato com superfícies de uso comum, com recurso a água e sabão ou, em alternativa, desinfetar as mãos, usando os dispensadores de produto desinfetante de mãos dispersos pelas instalações:

i) Providenciar a colocação de dispensadores de produto desinfetante de mãos, junto da receção, entrada e saída do espaço de prática de desporto e outros locais estratégicos, de fácil acesso;

d) Deve ser assegurado que, em todos os espaços fechados e abertos, é garantido o distanciamento físico mínimo de:

i) Pelo menos dois metros entre pessoas com contexto de pessoas mais vulneráveis bem como para pessoas que não vacinadas com o esquema vacinal completo;

ii) Sempre que possível, importa que seja garantindo um distanciamento físico em aglomerados de pessoas, nomeadamente nas áreas de espera e atendimento;

iii) Não devem ser realizados treinos simultâneos com partilha de espaço por equipas diferentes, exceto jogos de preparação e treino pré- competições;

e) Em todos os espaços fechados, que envolvam a proximidade entre pessoas, em cumprimento da legislação em vigor, a utilização correta de máscara adequada é obrigatória para:

i) Equipas técnicas;

ii) Colaboradores e funcionários dos clubes, das infraestruturas desportivas, e demais *staff* logístico e de limpeza;



- iii) Praticantes 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;
- f) Deve ser assegurada uma boa ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado). Nestes casos, deve ser garantida a limpeza e manutenção adequadas, de acordo com as recomendações do fabricante, e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica (quando esta funcionalidade esteja disponível);
- g) Na utilização de balneários, chuveiros, sanitários, bebedouros devem ser cumpridas as recomendações descritas na Orientação 030/2020 da DGS, na sua versão atual;
- h) Deve ser mantido um registo, devidamente autorizado, dos funcionários, equipas técnicas e praticantes (nome, email e contacto telefónico), que frequentaram os espaços de prática de desporto, por data e hora (entrada e saída), para efeitos de apoio no inquérito epidemiológico da Autoridade de Saúde;
- i) 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, na versão vigente;
- j) Os clubes devem garantir uma avaliação médica periódica e adequada de forma a identificar precocemente qualquer sintoma sugestivo de COVID-19, nos termos da Norma 004/2020, na versão vigente.

6.6. 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 e lazer;
- 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) 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;

f) Uso de Máscara:

- É recomendado o uso de máscara para pessoas vulneráveis, nomeadamente pessoas com doenças crónicas ou estados de imunossupressão com risco acrescido para COVID-19 grave, sempre que em situação de risco aumentado de exposição;

- É recomendado o uso de máscara por pessoas em contato com pessoas mais vulneráveis;

- É recomendado o uso de máscara por qualquer pessoa com idade superior a 10 anos, sempre que se encontre em ambientes fechados, em aglomerados;

g) Evitar o manuseamento de produtos, equipamentos e superfícies desnecessários;

h) Material: para além do espaço físico, a Câmara Municipal 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.

i) Pode ser necessário reconfigurar os diferentes espaços de prática de exercício físico e desportivo, reposicionando, vedando ou removendo equipamentos;

j) Pode ser necessário efetuar a marcação de lugares (por exemplo, marcações no chão), de forma a garantir o distanciamento físico;

k) Para efeitos de hidratação, é da responsabilidade do próprio assegurar-se do necessário, com caráter pessoal e intransmissível.

6.7 SESSÕES DE TREINO EM GRUPOS (AULAS DE GRUPO)

a) As aulas de grupo não apresentam limitações de alunos cumprindo a lotação máxima do recinto;

b) 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;

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

6.8 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.

6.9 BALNEÁRIOS, CHUVEIROS, SANITÁRIOS

a) Asseguradas as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação n.º 014/2020 da DGS, na sua versão atual, 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;

e) Caso seja estabelecida a restrição de utilização de balneários, é permitida a utilização a instalações sanitárias exteriores aos balneários.

7. PROCEDIMENTO PERANTE DESPORTISTAS/ALUNOS/PÚBLICO/FUNCIÓNÁRIOS COM SINTOMAS/CASO SUSPEITO

É considerado caso suspeito de COVID-19 qualquer pessoa que apresente, pelo menos, um dos seguintes sintomas compatíveis com a COVID-19, estabelecidos na Norma 004/2020 da DGS, independentemente do seu estado vacinal:

- a. Tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual;
- b. Febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$) sem outra causa atribuível;
- c. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.
- d. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

- O utilizador da piscina ou funcionário com sintomas, ou aquele que identifique uma pessoa com sintomas compatíveis com a COVID-19, informa o funcionário responsável das Piscinas Municipais Descobertas da situação.

- O funcionário responsável deve contactar, de imediato, o coordenador do Plano de Contingência pelas vias previamente estabelecidas

- Recomenda-se que o caso suspeito se dirija para a área de isolamento através dos circuitos definidos no Plano de Contingência para a COVID-19. Sempre que, por motivos de saúde, esta deslocação não seja possível, o caso suspeito deve permanecer no local.

- Deve-se restringir, ao mínimo indispensável, da pessoa com sintomas/caso suspeito com outras pessoas.

- Caso a pessoa com sintomas necessite de auxílio (ex. dificuldade de locomoção), o funcionário responsável assegura que seja prestada a assistência.

- Sempre que possível, o caso suspeito deve manter a distância de segurança mínima de 2 metros de outras pessoas.

- A(s) pessoa(s) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao caso suspeito deve(m), antes de iniciar a assistência, colocar uma máscara cirúrgica e calçar luvas descartáveis, de forma adequada, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à lavagem e desinfeção das mãos.
- A pessoa com sintomas deve usar de forma adequada uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo por ela própria. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada. Sempre que a máscara estiver húmida, ou degradada, deverá ser substituída por outra.
- O caso suspeito, já na área de isolamento, contacta o Centro de Contacto SNS24 (808242424) ou, de forma complementar, outras linhas telefónicas criadas para o efeito (pelas Administrações Regionais de Saúde, em articulação com os Agrupamentos de Centros de Saúde, em Unidades de Saúde Familiar ou Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados) e divulgadas a nível regional e local, nos termos da Norma 004/2020 da DGS, na sua versão atualizada.
- Após avaliação, o SNS 24 informa o funcionário ou espetador:
 - a. Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica da pessoa. Caso se trate de um funcionário da Câmara, o trabalhador informa a chefia sobre a não suspeição de COVID-19 e é cessada a ativação do Plano de Contingência.
 - b. Caso se trate de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 presta informações quanto ao encaminhamento que a pessoa deve seguir. O funcionário informa a chefia de que foi validado enquanto caso suspeito. Ao regressar do trabalho para o domicílio não deve utilizar transportes públicos.
 - c. O caso suspeito validado pelo SNS 24 é submetido a teste laboratorial para SARS-CoV2 nos termos da Norma 019/2020 da DGS, na sua versão atual.
 - d. Na existência de caso suspeito validado pelo SNS 24, o Coordenador do Plano interdita e restringe o acesso de outros funcionários à área de isolamento (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência) até ser devidamente limpa e desinfetada;
 - e. Confirma a efetiva implementação das medidas de prevenção definidas no Plano de Contingência da Câmara Municipal de Redondo, na sua versão mais atualizada.



8. PROCEDIMENTO PERANTE UM CASO CONFIRMADO

- O funcionário com resultado de teste laboratorial positivo para SARS-CoV-2 (caso confirmado), nos termos das Normas 019/2020 e 020/2020, ambas da DGS, é seguido, nos termos da Norma 004/2020 da DGS, ficando em isolamento, sendo determinado pela Autoridade de Saúde territorialmente competente o confinamento obrigatório, de acordo com a legislação vigente. Durante o seguimento até ao fim do isolamento, o acompanhamento clínico é assegurado por enfermeiro ou médico, da equipa de saúde da USF / UCSP do local do confinamento. O término do isolamento do caso confirmado e o regresso ao trabalho só se concretizam após o cumprimento cumulativo dos critérios estabelecidos na Norma 004/2020 da DGS, na sua versão atual.

- O conhecimento de caso confirmado, de acordo com o ponto anterior, obriga à Câmara Municipal a realizar/reforçar a limpeza e desinfeção das instalações em geral do edifício municipal, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo caso confirmado. Deve ser dada especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do caso confirmado e aos espaços comuns, nomeadamente instalações sanitárias, balneários e vestiários utilizados por este.

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

- Informar, sobre o caso confirmado, o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador.

- Realizar uma nova avaliação de risco pelos Serviços de SST, visando reavaliar as medidas preventivas estabelecidas para a Câmara Municipal no âmbito da COVID-19. Nesta (re)avaliação devem ser consideradas as medidas preconizadas pela Autoridade de Saúde Local, caso existam.

- Comunicar aos trabalhadores a ativação da Fase “Caso Confirmado” do Plano de Contingência da Câmara Municipal de Redondo para a COVID-19.

9. LOGÍSTICA

Para a implementação deste Plano é fundamental o envolvimento e apoio de vários serviços, nomeadamente:

Seção de Desporto e Tempos Livres

- Garante a monitorização do cumprimento das regras definidas no presente Plano;

Divisão Administrativa e Financeira

- Assegura a revisão dos contratos de limpeza para desinfeção do espaço de permanência de casos suspeitos no Pavilhão Gimnodesportivo;

Serviço de Aprovisionamento

- Assegura a reposição e reforço de stocks de bens essenciais e indispensáveis ao funcionamento dos serviços (produtos de higiene, limpeza, kits de proteção individual, etc.);
- Assegura a distribuição de produtos e equipamentos de proteção individual;
- Assegura a distribuição dos produtos necessários à implementação de medidas de distanciamento social;

Serviço Municipal de Proteção Civil

- Garante a monitorização do cumprimento das regras definidas no presente Plano;
- Articula procedimentos com a DGS caso sejam necessários;

Divisão Técnica de Obras e Serviços Urbanos

- Assegura a higienização e limpeza do Pavilhão Gimnodesportivo;

Força Policial Territorialmente Competente

- Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento do Pavilhão Gimnodesportivo.

10. INFORMAÇÃO PÚBLICA

Numa perspetiva de conjugação de esforços para assegurar a difusão alargada de comportamentos e medidas de autoproteção, a informação a divulgar respeitará simultaneamente as orientações das autoridades de saúde e os procedimentos definidos no presente Plano.

Procedeu-se à reprodução de materiais informativos sobre os cuidados a ter para reduzir o risco de contágio e disseminação da doença. Estes materiais foram distribuídos pelo Pavilhão Gimnodesportivo de Redondo.

11. CONTACTOS ÚTEIS

<i>Entidade</i>	<i>Nome</i>	<i>Contacto</i>
<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 Pedro Roma	967 223 129
<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>GNR Redondo</i>	-	266 909 101
<i>Câmara Municipal de Redondo</i>	-	266 989 210
<i>Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC)</i>	Helena Roque	965 391 684
<i>Seção e Desporto e Tempos Livres</i>	Joaquim Saldanha	962 706 605

12. HOMOLOGAÇÃO DO PLANO

Entrada em vigor

Este Plano de Contingência entra em vigor imediatamente e deve ser amplamente divulgado internamente e externamente.

13. BIBLIOGRAFIA

- Orientação 003/2022, de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022 da DGS;
- Norma 004/2020, de 23/03/2020, atualizada a 21/04/2022, da DGS;
- Orientação 014/2020, de 21/03/2020, atualizada a 28/10/2021, da DGS;
- Plano de Contingência COVID-19 Município de Redondo, abril de 2022.

23 de junho de 2022

Presidente da Câmara Municipal,

David Manel Fialho Galego



14. ANEXOS

ANEXO 1

FICHA TÉCNICA E DE SEGURANÇA SOLUÇÃO ALCOÓLICA



BIORAH BIOSCIENCES

Edifício ICAT - TECLABS, Centro de Inovação
Campus da Faculdade de Ciências
Universidade de Lisboa - Campo Grande
1740 - 016 LISBOA | PORTUGAL



www.biorah.com



+351 211 500 541
+351 186 444 580



info@biorah.com
sales@biorah.com
support@biorah.com

FICHA TÉCNICA

AGEL Álcool - Gel desinfetante

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 OMS ⁽¹⁾. 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 volúmica: 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.

1. World Health Organization Laboratory biosafety guidelines related to coronavirus disease 2019 (COVID-19), 12 February, 2020

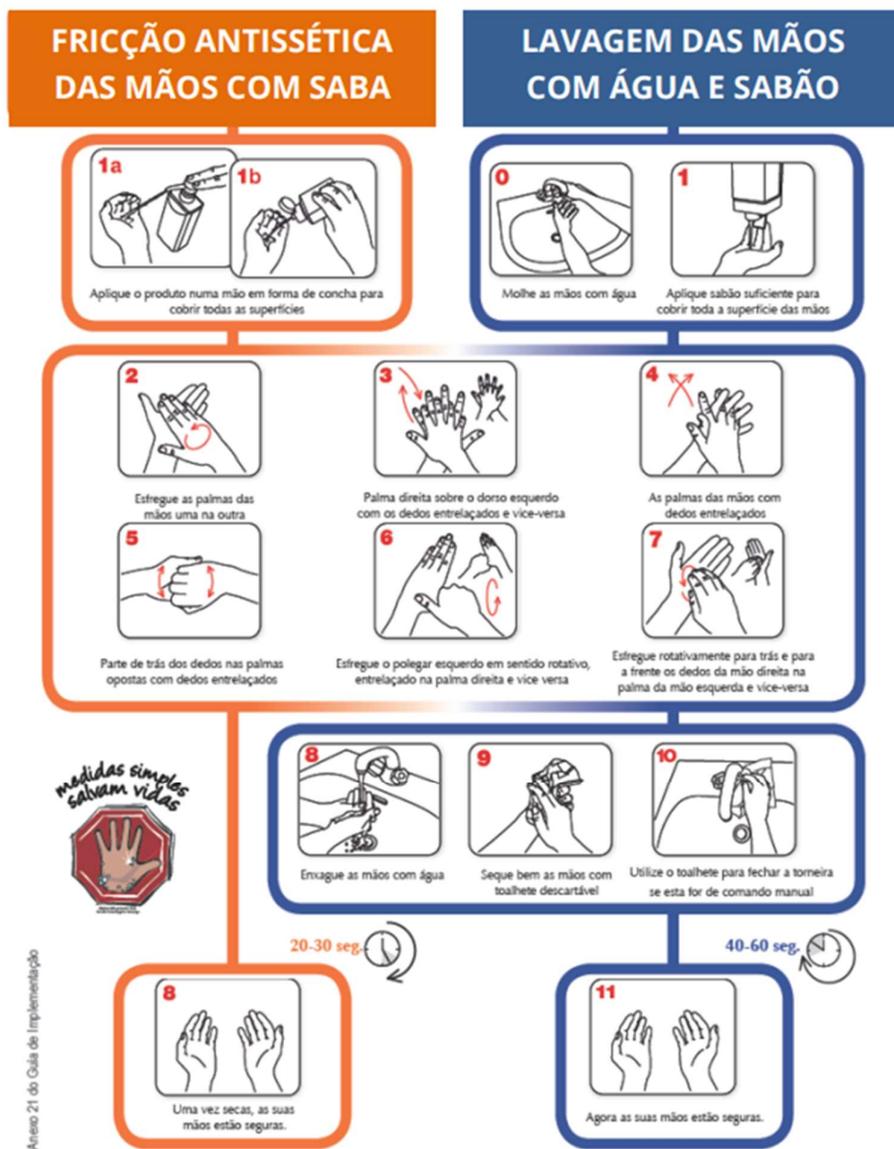
A informação contida nesta Ficha Técnica, são meramente indicativas, baseando-se em característicos técnicos validados experimentalmente e dados algorítmicos pelo fabricante de referência do produto, podendo ser alterada a qualquer momento sem aviso prévio. Devido que a utilização do produto não está controlada pela BIORAH, Biosciences, a esta não poderá ser imputada de qualquer responsabilidade por danos ou perdas ocasionadas por uma utilização incorreta de informação. O produto não deve utilizar-se para fins que não sejam os especificados, sem ter primeiro uma instrução escrita do seu desenvolvimento. É sempre responsabilidade do utilizador tomar as medidas necessárias a fim de cumprir as exigências regulamentares na legislação vigente. A informação contida neste documento é uma descrição resumida de características físico-químicas, aplicações, dosagem e apresentação do produto e não deve ser considerada como uma garantia dos seus propósitos. Esta informação está correcta no melhor conhecimento do nosso departamento à data de sua publicação. A informação apresentada não oferece qualquer garantia sobre o produto e poderá não ser válida se o produto for alvo de combinação ou mistura com qualquer outro produto ou processo. A informação é apresentada de forma a ser sempre garantida e não implica no que diz respeito à qualidade ou segurança do produto. O utilizador deverá assegurar-se que o produto é o adequado para o fim a que se destina. © 2022 BIORAH BIOSCIENCES, S.A. Lda. Todos os direitos reservados.





ANEXO 2

TÉCNICA DA HIGIENE DAS MÃOS



Fonte: Orientação n.º 003/2022 de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022



ANEXO 3

ETIQUETA RESPIRATÓRIA

COVID-19

ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Porque é tão importante?

Quando **tosse, espirra ou fala, liberta gotículas ou secreções** que podem ser inspirados por outras pessoas ou depositar-se em objetos e superfícies que o rodeiam.



Quando espirrar ou tossir, **tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço.**

Deite o lenço no lixo, e lave as mãos.



Com medidas de etiqueta respiratória consegue **proteger as outras pessoas.**

EM CASO DE SINTOMAS

LIGUE SNS 24 

808 24 24 24

#SEJAMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Fonte: Orientação n.º 003/2022 de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022

ANEXO 4
AREJAMENTO E VENTILAÇÃO DOS ESPAÇOS



Fonte: Orientação n.º 003/2022 de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022



**ANEXO 5
DISTANCIAMENTO FÍSICO**



Fonte: Orientação n.º 003/2022 de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022



ANEXO 6
LIMPEZA E/OU DESINFEÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

COVID-19 LIMPEZA DE SUPERFÍCIES

COMO LIMPAR

-  **Lavar as mãos**
-  **Colocar as luvas**
-  **Limpar com produtos de limpeza doméstica adequados às superfícies** (exemplo: soluções lava tudo, detergente ou água e sabão)
-  **Desinfetar com produtos domésticos de desinfeção** (exemplo: lixívia, desinfetantes com pelo menos 70% de álcool)
-  **Deixar atuar durante 10 minutos**
-  **Enxaguar apenas com água quente** e deixar secar ao ar
-  **Retirar as luvas**
-  **Lavar as mãos**

CUIDADOS A TER

-  **Deve de utilizar luvas e roupa protetora** (exemplo: avental de plástico)
-  **Deve ter especial atenção com as zonas de contacto frequente como maçanetas das portas, interruptores de luz ou outros objetos**
-  **Os produtos utilizados devem estar dentro do prazo de validade**
-  **Durante a desinfeção, deve-se assegurar a ventilação do espaço** (abrir janelas e/ou portas para circular o ar)

Fonte: Orientação n.º 003/2022 de 15/03/2022, atualizada a 28/04/2022



ANEXO 7

FICHA TÉCNICA DO PRODUTO DE DESINFECÇÃO E LIMPEZA

BIORAH

clean technology

CLEANICS®

Desinfecção de Equipamentos, Pavimentos e outras Superfícies

CLEANICS. Desinfecção Eficaz, em Segurança.

O **CLEANICS** é um desinfetante de superfícies, concentrado, muito eficaz, com acção rápida e formulado através da combinação de alquilamónios, tensoactivos não iónicos e ácidos orgânicos de fontes naturais que, juntos, permitem **acções bactericida, fungicida e virucida**, simultâneas. O **CLEANICS** está isento de agentes oxidantes tais como compostos clorados e peróxidos. Também não contém aldeídos e fenóis. As substâncias activas 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 biocidas que foi notificado à Direcção 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

As substâncias activas (SA), do **CLEANICS** foram reportadas como eficazes na destruição de vírus como o TGEV (vírus da gastroenterite transmitível), MHV (vírus da hepatite do rato) e HCoV (coronavírus humano), a 6 de Janeiro de 2020, *Journal of Hospital Infection*, 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 Dosagem respectiva. Pode utilizar-se puro ou diluído, por pulverização ou envasamento 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 acção do produto.

Eficácia Microbiológica e Acção Anti-Estática.

Para além dos estudos relativos à eficácia das SA que compõem o produto e dos testes independentes realizados com o **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 poeiras nas superfícies.

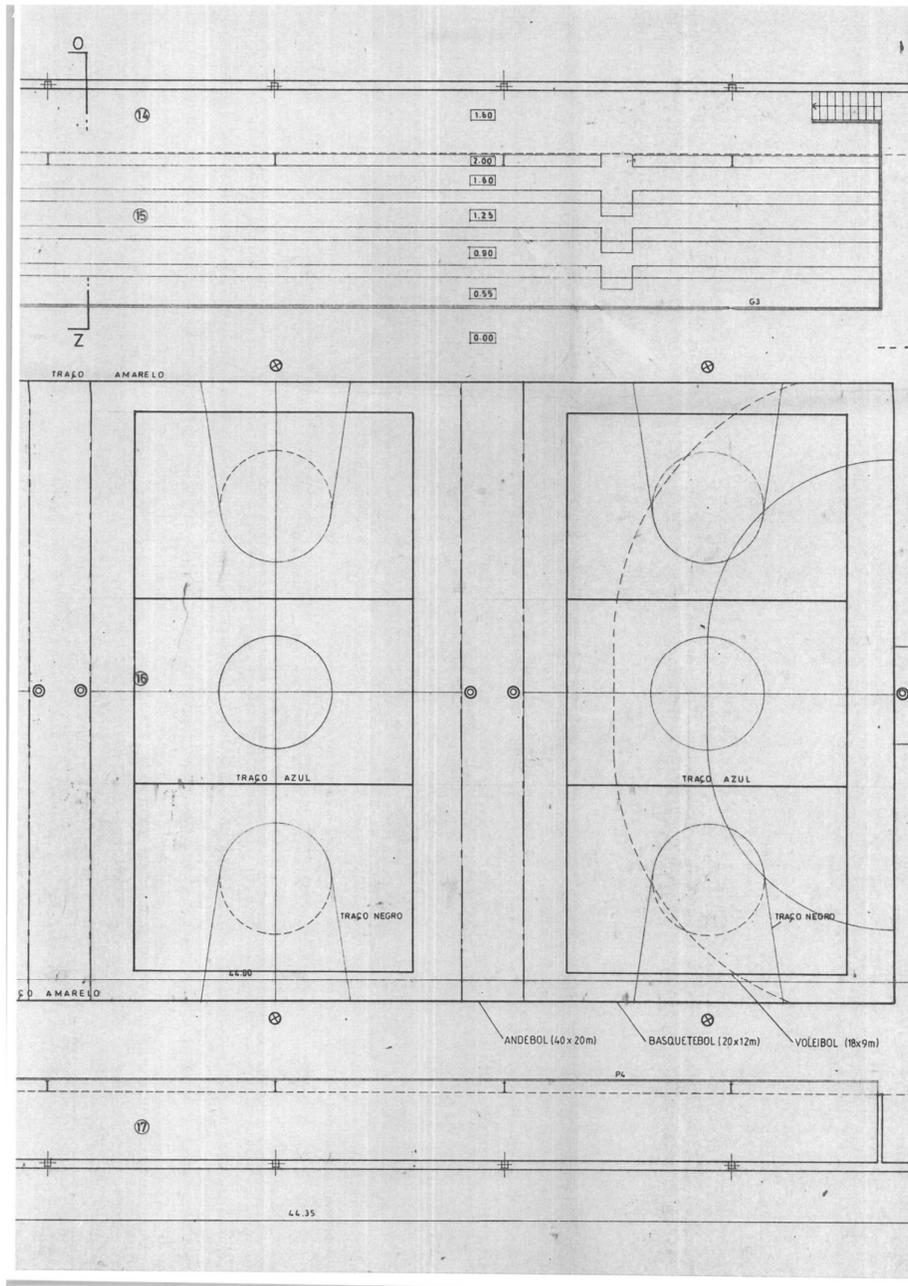
A mesma capacidade pode ser aproveitada na lavagem de peças e equipamentos, deixando actuar o produto na sua forma pura, por alguns minutos e envasando de seguida.

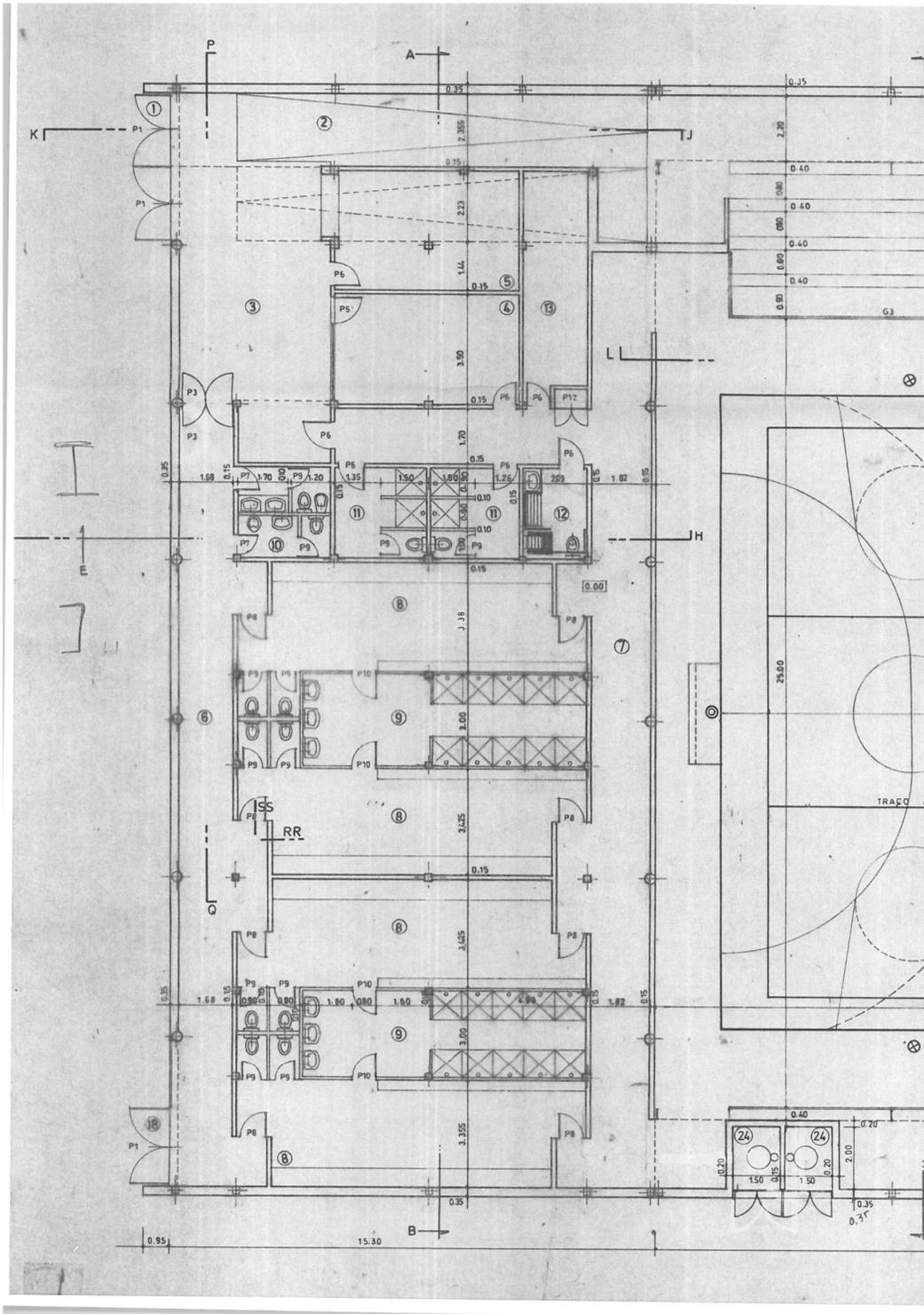
BIORAH, BIOSCIENCES Lda. TEC LABS Instituto de Ciência Aplicada e Tecnologia | Campus da Faculdade de Ciências | Universidade de Lisboa | Campo Grande 1746 - 019 Lisboa. | laboratorio@bion3.org | sales@bion3.org | www.biorah.com |



ANEXO 8

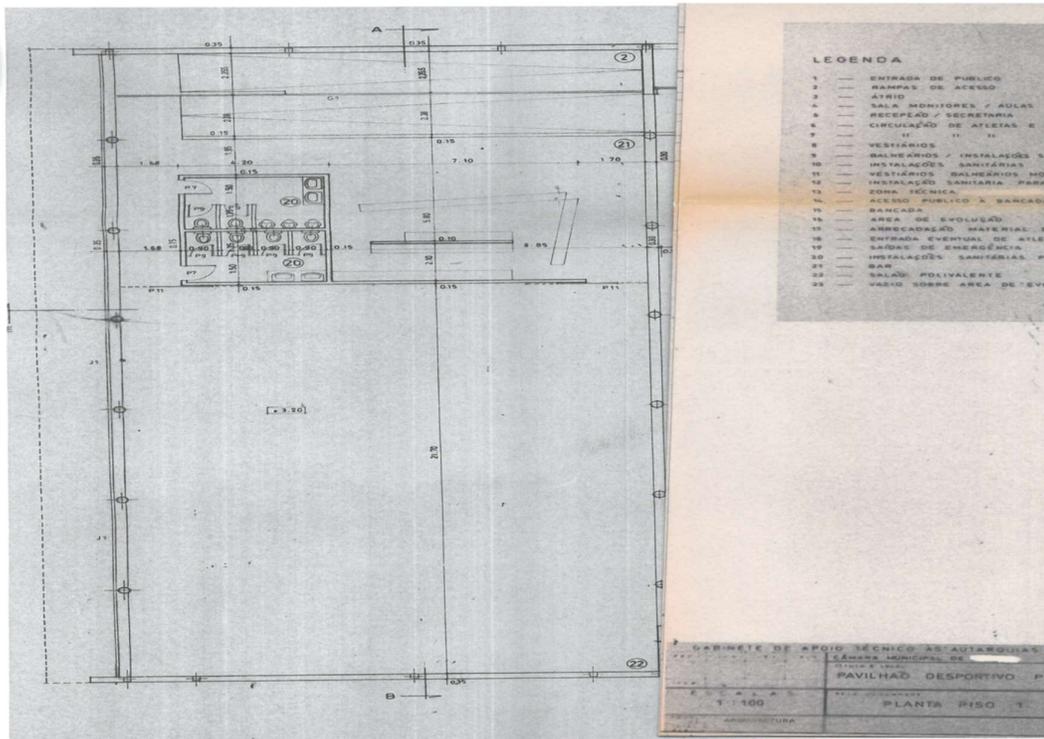
PLANTA DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DE REDONDO R/ch







1.º ANDAR





ANEXO 9

IDENTIFICAÇÃO DE ENTRADA E SAÍDA DO PAVILHÃO GIMNOSDESPORTIVO DE REDONDO

