

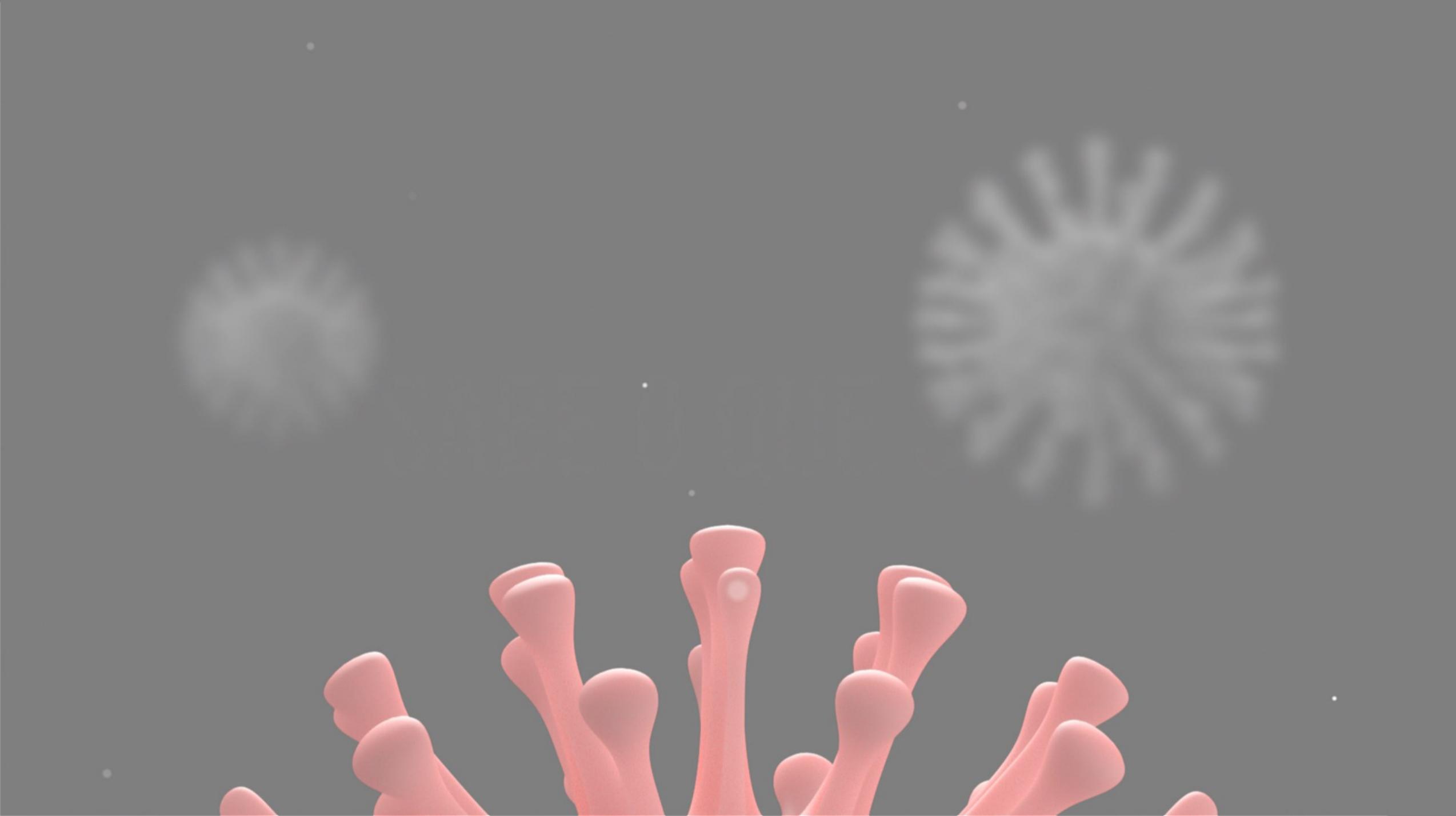


**GOVERNO  
DOS AÇORES**

**CORONAVÍRUS COVID - 19**



**Versão 1 | Empresas | 10/03/2020**





**GOVERNO  
DOS AÇORES**

**CORONAVÍRUS COVID - 19**

**Principais etapas para o estabelecimento de um Plano de  
Contingência e  
Procedimentos a adotar perante um caso suspeito**

**CIRCULAR NORMATIVA N.º DRS - CNORM/2020/11 – EMPRESAS**

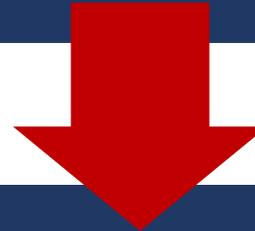


Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano.

A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.



Uma vez que existe um risco de transmissão do vírus na população em geral



**OBJETIVOS:**

Retardar a propagação do vírus

Identificar e tratar os possíveis infetados precocemente

Contribuir para a diminuição da mortalidade.



## Período de Incubação

Intervalo de tempo que ocorre entre o momento em que uma pessoa se infeta e o aparecimento dos primeiros sintomas:

**- Pode durar até 14 dias.**

## Tratamento

O tratamento para a COVID-19 é dirigido aos sinais e sintomas que os doentes apresentam.

Ainda não existe tratamento específico para esta infeção .



## Principais Sintomas





## Transmissão

Passagem de um vírus de uma pessoa infetada para outra saudável:

- De pessoa-a-pessoa através de gotículas respiratórias (tosse, espirros ou fala);
- Por contacto direto com secreções infetadas;
- Por contacto das mãos com uma superfície ou objeto infetado se em seguida existir contacto com a boca, nariz ou olhos.

## ATENÇÃO

**O coronavírus pode permanecer ativo nas superfícies!**

Cuidado com as maçanetas das portas, teclados de computadores, ratos, etc.



## O que facilita a transmissão?

- Deficiente higienização das mãos.
- Deficiente limpeza e higienização dos espaços físicos.
- Permanência em ambientes fechados e com pouco arejamento.
- Proximidade entre pessoas – distância inferior a 1 metro.
- Cumprimentos pessoais.



## Medidas Preventivas

### Comportamentos individuais

- Higiene das mãos 
- Etiqueta respiratória 
- Evitar o contacto com doentes 
- Não partilhar objetos nem comida 

### Ambientes apropriados

- Higiene das Instalações

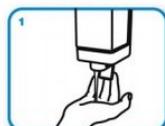


## Água e Sabão

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



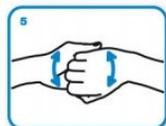
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



Palma com palma com os dedos entrelaçados



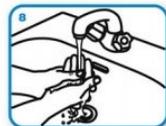
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



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



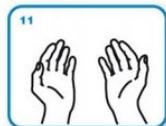
Enxague as mãos com água



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.

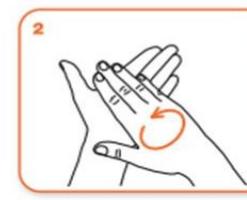
# CORONAVÍRUS COVID - 19

## Solução Antisséptica de Base Alcoólica

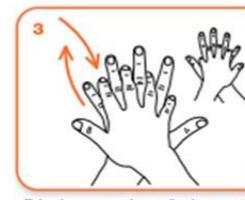
 Duração de todo o procedimento: 20 a 30 seg



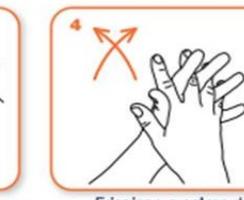
Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



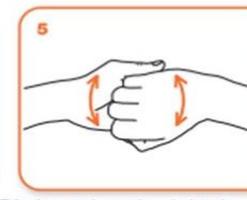
Fricione as palmas das mãos entre si.



Fricione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



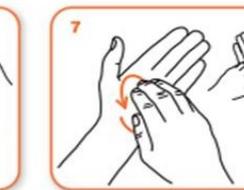
Fricione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



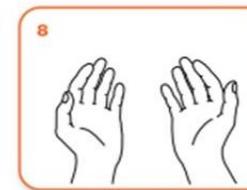
Fricione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



Fricione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



Fricione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa.



Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.



GOVERNO  
DOS AÇORES

# Etiqueta respiratória

## CORONAVÍRUS COVID - 19

**proteja os outros da sua TOSSE**

Quando tosse ou espirra cubra o nariz e a boca com lenço descartável

**ou**

Cubra o nariz e a boca com o braço

Coloque os lenços usados no lixo **e Higienize as suas mãos** depois de tossir ou espirrar

Lave com água e sabão

**ou**

Friccione com solução alcoólica

Poderão pedir-lhe que coloque uma máscara cirúrgica.

Deixe de espalhar microrganismos que provocam doenças



## PLANOS DE CONTINGÊNCIA (PC)

- ✓ As empresas devem ter um PC específico para responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus.
- ✓ A elaboração deste plano deve envolver os Serviços de Segurança e Saúde do Trabalho, os trabalhadores e seus representantes.





## PLANOS DE CONTINGÊNCIA (PC)

- ✓ O objetivo do PC é **manter a atividade da instituição**, em face dos possíveis efeitos de epidemia.
- ✓ Consiste num conjunto de **medidas e ações** que deverão ser aplicadas, de modo articulado, em cada fase da evolução de epidemia.
- ✓ A elaboração do PC é da responsabilidade de cada instituição e inicia-se com a análise das possíveis **consequências no seu funcionamento**.
- ✓ As **medidas** necessárias, a sua **calendarização**, bem como as **responsabilidades** de cada pessoa dentro da instituição, devem ser ajustadas aos diferentes cenários de evolução da epidemia.



## PLANOS DE CONTINGÊNCIA (PC)

1. **Quais os efeitos** caso parte ou a totalidade dos trabalhadores não possa ir trabalhar?
2. **O que preparar** para fazer face a um caso suspeito de infeção?
3. **O que fazer** numa situação em que existe um caso suspeito?





## 1. Quais os efeitos caso parte ou a totalidade dos trabalhadores não possa ir trabalhar?

### Neste contexto é importante avaliar:

- ✓ As **atividades** desenvolvidas pela empresa que são imprescindíveis;
- ✓ Os **recursos** essenciais;
- ✓ Os **trabalhadores** que são necessários garantir.
  - ✓ Deve-se equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais (contratados, trabalhadores com outras tarefas, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da empresa e, se possível, formá-los.
- ✓ **Formas alternativas de trabalho** ou de realização de tarefas (teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências e o acesso remoto dos clientes).



## 2. O que preparar para fazer face a um caso suspeito de infeção?

Neste contexto é importante:

- 2.1 Estabelecer área(s) de “**isolamento**” e os circuitos até à mesma
- 2.2 Estabelecer **procedimentos** específicos
- 2.3 Definir **responsabilidades**
- 2.4 Identificar os profissionais de saúde e seus **contactos**
- 2.5 Adquirir e disponibilizar **equipamentos** e produto
- 2.6 **Informar** e **formar** os trabalhadores



## 2.1. Estabelecer área (s) de “isolamento” e os circuitos até à mesma.

### Área(s) de “isolamento”:

- Ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica
- Revestimento liso e lavável
- Telefone
- Cadeira ou outro
- Água
- Alimentos não perecíveis
- Contentor de resíduos de abertura não manual com saco de plástico
- Solução antisséptica de base alcoólica – à entrada e dentro
- Toalhetes de papel
- Máscaras
- Luvas descartáveis
- Termómetro
- Instalação sanitária dentro ou próximo para uso exclusivo (doseador de sabão e toalhetes de papel)

**Circuitos:** longe das pessoas.



## 2.2. Estabelecer procedimentos específicos relativamente:

- Ao processo de alerta de caso suspeito
- À higienização das mãos
- À etiqueta respiratória
- À colocação de máscara
- À conduta social
- Ao registo de contactos com o caso suspeito



### 2.3. Definir responsabilidades

- Trabalhador deve reportar à chefia direta o caso suspeito
- Chefia direta deve informar superior ou pessoa indicada
- Caso seja necessário acompanhamento, definir quem acompanha o caso suspeito, distância de segurança > 1m

### 2.4. Identificar os profissionais de saúde e colocar os seus contactos em local acessível



## 2.5. Adquirir e disponibilizar equipamentos e produto em zonas estratégicas

- Solução antisséptica de base alcoólica
- Máscaras
- Luvas descartáveis
- Toalhetes de papel
- Contentor de resíduos não manual com saco de plástico
- Equipamentos de limpeza de uso único ou a desinfetar – não usar equipamento de ar comprimido
- Produtos de higiene e limpeza (desengordurante, seguido de lixívia)



## 2.6. Planear a higienização e limpeza

- Objetos e superfícies mais manuseadas (corrimões, maçanetas, botões elevadores, ...)

## 2.7. Informar e formar os trabalhadores

- Divulgar o Plano de Contingência
- Esclarecer dúvidas
- Explicar como agir face a um caso suspeito



### **3. O que fazer numa situação em que existe um caso suspeito?**

- Acionar o Plano de Contingência
- Manter atualizada a informação sobre o COVID-19 através dos meios oficiais



## Procedimentos a adotar face a um caso suspeito:

- Informar chefia direta
- Encaminhar caso suspeito para a área de “isolamento”
- Chefia direta deve informar o empregador
- Se existir acompanhante, este deve colocar máscara e luvas
- Uma vez que colocado o caso suspeito na área de “isolamento”, contactar **Linha de Saúde Açores (LSA) (808 24 60 24)**
- Caso suspeito deve colocar, se possível, máscara e permanecer na área de “isolamento” (se possível com máscara) até à chegada da equipa do pré-hospitalar



## USO DA MÁSCARA

**As máscaras só são eficazes  
quando corretamente utilizadas e descartadas**



- Colocar sobre o nariz, boca e queixo.
- Adaptar a peça flexível sobre o nariz.
- Amarrar sobre as orelhas e nuca.





## Procedimentos a adotar perante um caso suspeito validado:

- **Caso confirmado:**

- Limpeza e desinfeção da área de “isolamento”, que fica interdita até que a ASC valide a descontaminação.
- Limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso confirmado;
- Armazenamento dos resíduos do caso confirmado em saco de plástico, que deve ser fechado e enviado para um operador licenciado para a gestão de resíduos com risco biológico.



## Procedimentos a adotar perante um caso infirmado:

- Encerrado para COVID-19
- Limpeza e desinfeção
- Desativado Plano de Contingência



## Procedimentos de vigilância de contactos próximos:

- Contacto próximo - pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado.
  - Alto risco de exposição
  - Baixo risco de exposição



## Procedimentos de vigilância de contactos próximos:

- **Alto risco de exposição:**

- Monitorização ativa pela ASC durante 14 dias desde a última exposição
- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19 (febre, tosse, dificuldade em respirar)
- Estar contactável, restringir o contacto social e evitar viajar

- **Baixo risco de exposição:**

- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19 (febre, tosse, dificuldade em respirar)
- Acompanhamento pelo médico do trabalho



## Higienização e Limpeza

**Na situação de Caso Confirmado**, o empregador deve:

- ✓ Providenciar a **limpeza e desinfeção** (descontaminação) da área de “isolamento”;
- ✓ **Reforçar a limpeza e desinfeção**. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado/quarto do hóspede (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- ✓ **Armazenar os resíduos** do Caso Confirmado em saco de plástico que, após ser fechado, deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.



GOVERNO  
DOS AÇORES

CORONAVÍRUS COVID - 19

**EM CASO DE DÚVIDA CONTACTE A LINHA  
DE APOIO**

**LINHA SAÚDE AÇORES**

**808 24 60 24**



## Não se esqueça:

- A maioria dos casos de infeção recupera sem sequelas;
- Mantenha-se atento à atualização de informação, por parte das autoridades competentes.





# Informação complementar

- [http://www.azores.gov.pt/Portal/pt/entidades/srs-drs/textoImagem/coRONAVIRUS\\_S1.htm](http://www.azores.gov.pt/Portal/pt/entidades/srs-drs/textoImagem/coRONAVIRUS_S1.htm)
- <https://www.dgs.pt/corona-virus.aspx>