

# Plano de Contingência para a infecção por Coronavírus



# Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



| <b>Índice</b>                                                                         | <b>Págs.</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Introdução                                                                            | 3            |
| Objetivos                                                                             | 3            |
| Âmbito de Aplicação                                                                   | 4            |
| Política e Princípios                                                                 | 4            |
| Pressupostos                                                                          | 5            |
| Critérios clínicos e epidemiológicos                                                  | 5            |
| Ativação do Plano                                                                     | 5            |
| Plano de Contingência do Grupo Silvestre e Silva                                      | 6            |
| Competências e responsabilidades na operacionalização do plano                        | 6            |
| Comunicação e informação interna e externa                                            | 8            |
| Trabalho-à-distância (Teletrabalho)                                                   | 9            |
| Atividades que podem ser temporariamente suspensas                                    | 9            |
| Equipamentos de Proteção Individual                                                   | 10           |
| Medicação e Vacinação                                                                 | 11           |
| Vigilância da Saúde                                                                   | 11           |
| Sintomas da Infeção                                                                   | 12           |
| Formas de Transmissão                                                                 | 12           |
| Áreas Comuns das Instalações                                                          | 12           |
| Quais os cuidados a ter nos trabalhos de limpeza de áreas de isolamento/viaturas?     | 12           |
| Produtos a utilizar para higienização de espaços e higienização individual (exemplos) | 13           |
| Procedimentos de deteção e controlo de infeção por Coronavírus                        | 13           |
| Bibliografia                                                                          | 15           |
| Anexos:                                                                               | 16           |
| - Recomendações para viajantes                                                        |              |
| - Procedimentos de vigilância dos contactos próximos                                  |              |
| - Etiqueta respiratória                                                               |              |
| - Higienização das mãos                                                               |              |

## Introdução

Face à deteção de uma nova estirpe do Coronavírus (2019-nCoV) com surtos identificados em Wuhan, China, e cuja transmissão já se verificou em outros vários países do mundo, as autoridades de saúde internacionais (OMS) e nacionais (DGS) alertam para uma situação de emergência internacional de saúde, fazendo públicas recomendações de prevenção para a sociedade em geral e para as empresas sugerem a definição de um plano de contingência.

No caso de Portugal, ainda não foram confirmados casos de infeção pelo novo Coronavírus, contudo, pela facilidade de transmissão do mesmo mantêm-se um nível de alerta elevado como forma de prevenção.

Com um plano de contingência pretende-se minimizar as possíveis consequências no caso de ocorrência de infeção por Coronavírus. Observando a realidade das empresas do Grupo Silvestre e Silva, e a especificidade da sua área de atividade, uma das consequências será a elevado absentismo dos colaboradores, levando a uma perturbação no normal funcionamento das empresas que se traduzem em custos e perdas económicas.

O presente Plano de Contingência a ser implementado às empresas do Grupo Silvestre e Silva torna-se pertinente também pelo facto de grande parte dos seus colaboradores, pela sua atividade profissional (motoristas de veículos pesados de mercadorias e também operacionais dos parques de contentores) registarem uma elevada mobilidade tanto em espaço nacional como internacional.

## Objetivos

O presente Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto duma eventual situação suspeita de um caso de infeção pelo coronavírus, de acordo com a fase de contenção da propagação do vírus, nos colaboradores e no negócio das empresas do Grupo, visando:

1. Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da pandemia e manter os serviços essenciais em funcionamento;
2. Definir a estrutura de decisão e de coordenação nas empresas do Grupo Silvestre e Silva;
3. Preparar resposta às necessidades de notificação e comunicação, para o interior e para o exterior do Grupo Plano de Comunicação e informação externa e interna);
4. Preparar o restabelecimento da situação e actividade normais tão rápido e seguro quanto possível.

### Âmbito de Aplicação

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

As empresas que deverão considerar os procedimentos aqui definidos são:

- Transportadora Ideal do Bairro de Alcântara, Lda.
- Repnunmar – Logística e Trânsitos, Lda.

Os procedimentos definidos no presente plano de contingência são aplicados nas seguintes instalações do grupo:

- Oficina de Manutenção – Rua do Cato Vale de Almornos, Almargem do Bispo
- Parque de Contentores – Quinta do Gradil - Rua Pêro Escobar Bairro de São Francisco 2680-574 Camarate
  - Terminal do Freixieiro, Estrada Nacional n.º 107, 4455-496 Perafita (Leixões)
  - Zona Industrial e Logística de Sines (ZILS)
- Armazém Maia – Rua da Boa Viagem, nº. 114, Moreira-Maia
- Serviços Administrativos/Armazém – Quinta de São João das Areias - Rua do 5º Centenário nº4 2685-870 Sacavém
- Escritórios Funchal - Caminho de Santo António, Beco Dr. Joaquim Carlos nº 9 9000 – 189 Funchal

Exclui-se deste Plano de Contingência a colaboração com a empresa de serviços externos de Medicina do Trabalho, Medempresa, Lda.

Em cenário de infeção por coronavírus, considerado já pela Organização Mundial de Saúde (OMS), uma situação de emergência internacional de saúde, que supõe a adoção de medidas de prevenção e coordenação em termos mundiais, a responsabilidade de ação não é da empresa prestadora de serviços de medicina do trabalho, mas sim da Direção Geral de Saúde (DGS), por ser uma situação de ameaça à saúde pública.

Por conseguinte, o plano será periodicamente revisto e atualizado de acordo com as orientações formuladas pelas entidades nacionais de saúde. As situações não previstas, dever ser avaliadas caso a caso.

### Política e Princípios

O Plano de Contingência a implementar nas empresas do Grupo Silvestre e Silva tem por base os seguintes princípios norteadores da sua ação:

## Plano de Contingência para infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



- 1.º. Salvar a vida de pessoas, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho (por via do contacto com colegas ou por contacto com terceiros, nomeadamente o público) e limitando a propagação no interior das instalações das várias empresas do grupo;
- 2.º. Preservar e proteger o património e a continuidade do negócio, assegurando a manutenção dos serviços essenciais;
- 3.º. Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio na resolução de uma possível situação de crise, nomeadamente a Direção Geral de Saúde;
- 4.º. Envolver as entidades/empresas que se encontram em estreita relação com as empresas do Grupo Silvestre e Silva, que se encontram na cadeia de valor dos serviços prestados ou que, pela ocorrência de uma situação nas empresas, possam ver a sua ação/atividade condicionada;
- 5.º. Gerir a informação, interna e externa, de modo a evitar situações de pânico e passar para a opinião pública uma imagem coerente e credível.

O presente Plano de Contingência por se tratar de um conjunto de procedimentos a implementar em situação de crise, envolvendo recursos internos e externos ao grupo, é presente a aprovação da Gerência.

### Pressupostos

Um cenário de emergência internacional de saúde é imprevisível, contudo, as entidades de saúde preveem que sejam afetadas parcelas significativas da população, tendo efeitos expressivos a nível social e económico. Tendo isto presente, a elaboração do Plano teve por base três pressupostos importantes:

- 1.º. Assegurar os serviços essenciais a um nível equivalente ao normal esperado;
- 2.º. Período crítico de duração da situação de emergência internacional de saúde de 20 a 30 semanas;
- 3.º. Até 40% dos colaboradores poderão estar ausentes por períodos de cerca de duas a três semanas.

### Critérios clínicos e epidemiológicos

Considera-se um caso suspeito de infecção pelo novo Coronavírus (COVID-19) é um doente que apresenta os seguintes critérios clínicos e epidemiológicos:

| Critérios clínicos                                                                                       |   | Critérios epidemiológicos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização | E | História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa <sup>4</sup> nos 14 dias antes do início de sintomas<br><b>OU</b><br>Contacto com caso confirmado ou provável de infecção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas<br><b>OU</b><br>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19 |

### Ativação do Plano

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



A gestão da situação de emergência internacional de saúde depende da pertinência das decisões e das ações levadas à prática em cada momento. Considerando a organização empresarial do grupo a estrutura operacional face a um cenário de infeção por Coronavírus é o seguinte:

1. Gerência
2. Serviço de Higiene e Segurança/Gestão da Qualidade
3. Responsáveis de cada sector (Almornos, Sacavém, Camarate, Maia, Leixões, Sines e Madeira)
4. Serviço Informático/Serviço de Manutenção

Em caso de evolução do nível de alerta da infeção e propagação dos casos de infeção pelo Coronavírus compete à Gerência das empresas do Grupo decidir e apoiar o Serviço de Higiene e Segurança sobre a ativação do plano de contingência.

### Plano de Contingência do grupo Silvestre e Silva

Um plano de contingência, é um conjunto de procedimentos levados a cabo em colaboração pela gerência do grupo e pelo Serviço de Higiene e Segurança, que visam uma resposta eficaz perante a ameaça de infeção pelo novo coronavírus, de modo a assegurar a continuidade dos serviços essenciais para o normal funcionamento da atividade de negócio das empresas.

Por conseguinte, tendo em atenção a forma de organização interna do Grupo Silvestre e Silva e tendo presentes as orientações já publicadas pela Direção Geral de Saúde (DGS) devem ser consideradas as seguintes responsabilidades e competências, lembrando que em termos de cadeia de gestão os sectores/colaboradores a seguir identificados funcionam em coordenação direta com os membros da gerência do Grupo.

### Competências e responsabilidades na operacionalização do plano

#### 1. Gerência/Serviço de Recursos Humanos – Carlos Silvestre/Rui Silvestre/Patricia Simões

- Identifica serviços essenciais, com vista a facilitar a aplicação dos procedimentos definidos pelo estado e autoridades de saúde na preparação para a resposta à emergência internacional de saúde de infeção pelo Coronavírus. declarada pela Organização Mundial de Saúde (OMS).
- Identifica as condições, recursos e meios para assegurar o funcionamento dos serviços essenciais com recurso a formas alternativas de trabalho, nomeadamente:
  - Definir equipas e postos de trabalho essenciais;
  - Respetivas condições de trabalho (no local de trabalho habitual, trabalho à distância (teletrabalho) e meios e recursos informáticos, para contornar possível ordem externa de restrição social (isto é diminuição de contacto com outros), como realização de reuniões por vídeo e teleconferência, e acesso remoto de clientes (se aplicável, deve-se reforçar as infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação em coordenação com o Serviço Informático);
- Postos de trabalho que possam ficar temporariamente desativadas e os respetivos trabalhadores ausentes do trabalho;
- Instalações que possam ser temporariamente desativadas (encerramento das instalações parcial ou totalmente);

- Bolsa de potenciais substitutos internos e externos (antigos trabalhadores com a experiência requerida); recurso à subcontratação de empresas de transporte de mercadorias; recurso à contratação temporária direta ou por intermédio de empresa de trabalho temporário;
- Obter e consolidar a informação das áreas operacionais; designar os seus interlocutores em cada uma das instalações;
- Identificar os clientes considerados muito importantes que devem ser considerados nos serviços essenciais e incluídos no plano de comunicação.
- Identificar os fornecedores de serviços e matérias-primas essenciais para o funcionamento da atividade das empresas e que devem ser incluídos no plano de comunicação;
- Identificar os trabalhadores que pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infeção por COVID 19 (exº.: trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público, trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade).
- Estabelecer se necessário, a restrição de viagens a trabalho (em caso de confirmação de transmissão ativa sustentada na comunidade).

## 2. Serviço de Higiene e Segurança/ Gestão da Qualidade – Carina Gonçalves/Inês Simões

- Coordenar as atuações ao nível global
- Coordenar e decidir sobre a gestão da crise/emergência na Empresa
- Identificar a necessidade de garantir previamente determinados equipamentos de proteção individual contra a propagação da infeção do Coronavírus, em especial para o pessoal operacional (luvas, máscaras, varas, pinças...)
- Informar/notificar as autoridades de saúde na ocorrência de casos confirmados/suspeitos de doença e seguir os procedimentos definidos pelo estado e autoridades de saúde na preparação para a resposta à emergência internacional de saúde de infeção pelo Coronavírus (isolamento de doentes, rastreio, quimioprofilaxia e quarentena de contactos);
- Utilizar os canais de comunicação e consulta de informação com as entidades de saúde e proteção civil (caso necessário). Utilizar os seguintes contactos:
  - **Site da Direção Geral de Saúde:** [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)  
**Telefone: 218430500**
  - **Linha Saúde 24:** 808 24 24 24
  - **Autoridade Nacional de Proteção Civil:** [www.proteccaocivil.pt](http://www.proteccaocivil.pt)
- Estabelecer e aplicar o plano de comunicação com os colaboradores do grupo, utilizando para o efeito, os suportes já existentes a nível interno (sms, email, instruções de trabalho e/ou P.1-4 Comunicação Interna). Este plano deverá compreender na presente fase:
- Procedimentos a observarem para prevenir, limitar o contágio e propagação da doença (dirigido a funcionários), se se confirmarem casos de transmissão ativa sustentada na comunidade a nível nacional) com recurso à distribuição de folhetos informativos (em suporte de papel ou digital com recurso ao email da empresa ou pessoal);
- Informação quanto à sintomatologia da doença;
- Informação dos canais de contacto recomendados com as autoridades de Saúde a nível nacional e internacional (dirigida a todos os funcionários);



- Informação relativamente à importância da vacinação para a gripe sazonal;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa com os respetivos colaboradores, clientes e fornecedores;
- Gerir a informação da opinião pública, caso haja divulgação nos media;
- Identificar necessidades de formação acelerada para potenciais substitutos;
- Equacionar a reserva de recursos para a formação: instalações para formação e formadores;

### **3. Responsáveis de cada sector (interlocutores de cada uma das instalações do Grupo) – António Teixeira; Rui Dias; Bruno Prates; João Cortês; Hugo Guimarães; Ricardo Santos; Carlos Duarte; Pedro Prates; Luis Pinto; Antonio Braz; Filipa Figueira; António Simões.**

- Informar a gerência quanto ao ponto da situação das áreas operacionais;
- Informar o Serviço de Higiene e Segurança a ocorrência, suspeita ou confirmada de casos de infeção pelo Coronavírus, na área operacional (estabelecer com este serviço uma área de isolamento em cada uma das instalações para evitar a propagação da doença e permitir o distanciamento social do trabalhador doente).

### **4. Serviço Informático /Serviço de Manutenção/Compras - Nuno Mendes/Rui Silvestre /Rui Marques**

- Identificar eventuais necessidades de aumentar temporariamente a aprovisionamento/reservas de materiais para eventuais dificuldades na cadeia de fornecimento habitual;
- Contactar com os fornecedores essenciais e conhecer os seus planos de contingência.
- Equacionar a necessidade de reforçar as infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação, caso seja necessário estabelecer formas alternativas de trabalho, nomeadamente, teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências);

## **Comunicação e Informação Interna e Externa**

No plano de comunicação/ informação devem ser considerados os seguintes alvos:

#### **- Colaboradores:**

Informação sobre a situação em casos de ocorrência de casos suspeitos ou confirmados no universo das empresas;

Informação preventiva sobre os procedimentos a observar para limitar o contágio e propagação da doença e/ou equipamentos de proteção individual a utilizar (folhetos, comunicações internas);

#### **- Clientes (considerados importantes):**

Informação sobre o plano do grupo para tranquilização;

Medidas a ser tomadas para controlo da situação e minimização do impacto na atividade das empresas;

#### **- Fornecedores (considerados importantes para a manutenção normal da atividade):**

Informação sobre o plano do grupo para tranquilização;

Medidas a ser tomadas para controlo da situação e minimização do impacto na atividade das empresas;

Conhecimento dos planos de contingência a aplicar;



## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



- Entidades externas;

- Opinião pública caso haja divulgação nos media;

### Trabalho-à-distância (Teletrabalho)

De forma a diminuir o risco de contágio, aplicável apenas em casos confirmados de transmissão ativa sustentada na comunidade pelo COVID-19, uma das alternativas a considerar é o trabalho à distância ou o teletrabalho, para todos os postos de trabalho que não impliquem a presença ou operação direta a partir do local de trabalho.

Uma vez que esta forma de trabalho implica a ligação remota à rede interna do Grupo Silvestre e Silva, e o número de ligações de acesso remoto, é limitado, é necessário definir as atividades básicas para que sejam assegurados apenas os serviços essenciais do grupo.

Estes trabalhadores poderão em qualquer altura ser chamados para substituir outros trabalhadores em atividades de acordo com o seu perfil de competências. Tendo em conta a importância de cada serviço para a atividade da empresa, será aconselhável a flexibilização do horário de trabalho através da definição de turnos de acesso remoto ao servidor, isto é, definir para cada sector um período/horário diário específico de acesso informático.

### Atividades que podem ser temporariamente suspensas

De acordo com a evolução da situação de alerta poderá ser aconselhável, para diminuir os riscos de contágio, suspender temporariamente as atividades que não sejam absolutamente necessárias para a prestação dos serviços essenciais. Por conseguinte, a comparência dos colaboradores no local de trabalho é dispensada temporariamente, até novas indicações.

A suspensão temporária das atividades poderá ser deliberada pela Gerência do Grupo, ou em alternativa, por agravamento da situação de saúde pública, a Direção Geral de Saúde poderá impor a encerramento das instalações para controlo dos contágios e disseminação da doença.

Para a suspensão das atividades há que considerar os locais de trabalho e as atividades desenvolvidas em cada um. Assim temos:

**Sacavém:** Serviço de Tráfego (nacional/internacional); Trânsitos Marítimos; Serviço de Contabilidade e Facturação; Serviço Informático; Serviço Tesouraria; Serviço Jurídico/Gestão da Qualidade; Serviço de Higiene e Segurança; Armazém: receção e expedição de mercadoria;

**Maia:** Armazém: receção e expedição de mercadoria; Serviço de Tráfego;

**Almornos:** Serviço de Manutenção; Serviço de Compras (consumíveis essenciais para a atividade da frota);

**Camarate/Leixões/Sines:** Gestão e Manutenção de Contentores: gate in/gate out;

**Funchal:** Distribuição.

Para além destes postos de trabalho fixos há que considerar também os postos de trabalho móveis, isto é, os motoristas que fazem parte da equipa operacional do grupo e que garantem a realização do transporte. É de considerar que em cenário de emergência internacional de saúde por infeção do COVID-19, poderá ser determinado, por decisão externa o encerramento de fronteiras ou a limitação das deslocações a nível nacional (regime de quarentena).

Verificar igualmente a necessidade de deslocações a trabalho dos colaboradores, entre instalações das empresas, equacionando-se a sua restrição.

### Equipamentos de Proteção Individual

A utilização de equipamento de proteção individual será decidida pelos Serviço de Higiene e Segurança, considerando as indicações e recomendações das autoridades nacionais de saúde e a evolução da situação a nível nacional e local.

Os equipamentos de proteção individual a considerar para distribuir a todos os colaboradores, caso a situação de alerta se agrave são:

- **Máscaras tipo cirúrgico ou de proteção tipo FFP2 (deverá ser ponderada a aquisição de um lote inicial, para ter em stock);**
- **Luvas de uso único não esterilizadas (deverá ser ponderada a aquisição de um lote inicial, para ter em stock);**
- **Óculos com proteção lateral/viseira;**
- **Bata impermeável (de uso único, com abertura atrás. Esta deve ser utilizada no caso de necessidade de limpeza de salas de isolamento/viaturas ou se necessário entrar em contacto com caso suspeito da infeção).**

Para além da utilização de EPI'S, os contactos livres face-a-face com clientes, fornecedores e entre colaboradores deverá ser limitado, isto é, devem ser privilegiadas outras formas de comunicação como, telefone, email e evitar as formas de cumprimento com aperto de mão ou beijo na face.

No caso particular dos motoristas, devem ser divulgadas medidas de proteção e prevenção anti-gripal, caso se realizem viagens de transporte de mercadorias para zonas com casos confirmados de infeção pelo Coronavírus, COVID-19, (ver anexos – Recomendações para viajantes). A estes, por uma questão de prevenção devem ser atribuídos máscaras de proteção respiratória e luvas como prevenção.

Considerando os operacionais dos parques de contentores, que realizam tarefas de manutenção em contentores marítimos com origem da China, não se verificando casos confirmados da infeção por COVID-19 em Portugal, recomenda-se o respeito das regras de etiqueta respiratória, caso se encontrem ou não constipados, assim como a higienização frequente das mãos e evitar o consumo de produtos de origem animal, crus ou mal cozinhados.

Considerando o tempo de viagem de um contentor marítimo, o COVID-19, não sobrevive muito tempo em objetos, nomeadamente envelopes e encomendas, sendo particularmente sensível a detergentes. Ter apenas em atenção se a mercadoria for de natureza orgânica. Neste caso, devem ser utilizados os EPIS identificados e ter em consideração a Instrução de Trabalho I.10-4 – Especificações e procedimentos na lavagem de contentores.

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



Recomenda-se a todos os colaboradores a lavagem frequente da roupa de trabalho e que mantenham hábitos de higiene pessoal frequente, em especial após cada viagem (internacional).

Deve-se promover igualmente a higienização frequente do interior da cabine das viaturas, em especial as superfícies de maior contacto, como a consola e volante durante e após cada viagem.

### Medicação e Vacinação

Relativamente à medicação e vacinação de prevenção e tratamento da infeção pelo COVID-19, não existe ainda uma vacina desenvolvida, pelo que, em caso de infeção a pessoa é tratada pelos sintomas ficando em regime de isolamento com restrição de visitas. É aconselhável a constituição de uma reserva da vacina, assim que esta seja desenvolvida, para eventual distribuição aos colaboradores do grupo. A utilização e administração desta vacina deverá respeitar as autorizações e indicações necessárias das autoridades de saúde nacionais (DGS).

Na fase de alerta da emergência internacional de saúde em que nos encontramos, e não existindo vacina ou medicação disponível para esta infeção as medidas a ter em conta, são apenas para prevenção e eventual contenção de contágio da infeção.

### Vigilância da Saúde

Deverá ser reforçado junto dos colaboradores a importância da vigilância da saúde, nomeadamente, evitar as urgências hospitalares e contactar antes a linha SNS 24, descrevendo os sintomas e respeitando as indicações dos profissionais de saúde. Relativamente ao nível da saúde ocupacional deverão continuar a ser realizadas consultas de medicina de trabalho tendo em especial atenção a atualização do boletim de vacinas individual (não apenas a vacina da gripe, mas de outras doenças de natureza infectocontagiosa como é o caso da hepatite e tuberculose), em particular, no caso de novas admissões no grupo Silvestre e Silva e em particular funcionários estrangeiros.

### Sintomas de infeção pelo COVID-19

É importante também conhecer a sintomatologia da infeção pelo COVID-19, considerando a grande mobilidade dos colaboradores do grupo, em particular os que fazem deslocações para o estrangeiro.

Segundo a informação disponível pela Direcção-Geral de Saúde, os coronavírus são um grupo de vírus de genoma de RNA simples de sentido positivo (serve diretamente para a síntese proteica), conhecidos desde meados dos anos 1960.

A maioria das pessoas infeta-se com os coronavírus comuns ao longo da vida. Eles são uma causa comum de infeções respiratórias brandas a moderadas de curta duração.

Entre os coronavírus encontra-se também o vírus causador da forma de pneumonia atípica grave conhecida por SARS, o MersCov, e o novo coronavírus COVID-19.

A 7 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram na Cidade de Wuhan, um novo coronavírus (COVID-19) como agente causador da doença, que nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos. A transmissão pessoa-a-pessoa foi confirmada. A fonte da infeção é ainda desconhecida e pode estar ativa. A história natural da doença, bem como os seus reservatórios, continuam em investigação.

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade respiratória

Em casos mais graves pode levar a pneumonia/bronquite grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

No caso particular dos viajantes, estes devem seguir as precauções gerais de higiene relativamente a infeções respiratórias e estar em alerta se viajarem para áreas onde estão detetados casos de infeção pelo novo COVID-19. Se num período de 14 dias após o regresso de zonas com casos de infeção, desenvolverem os sintomas acima descritos devem contactar de imediato a [Linha SNS 24 \(808 24 24 24\)](tel:808242424) e não se dirigir às urgências hospitalares. Também os contactos próximos, familiares e outras pessoas próximas devem estar atentas ao surgimento de sintomas.

### Forma de Transmissão

O método de transmissão do novo COVID-19 é semelhante à gripe sazonal. O vírus espalha-se de pessoa para pessoa através de partículas em suspensão, quando uma pessoa fala, tosse ou espirra. Os contactos mais íntimos com uma pessoa infetada podem representar, por isso, uma situação de risco. O contágio pode também verificar-se indiretamente quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infetada - por exemplo, através do contacto com maçanetas das portas, superfícies de utilização pública, etc. Uma pessoa saudável pode, inadvertidamente, contaminar as suas mãos e levá-las aos olhos, à boca ou ao nariz.

### Áreas comuns das instalações

A utilização das áreas comuns das instalações pelos colaboradores, deverá considerar as seguintes regras gerais de higiene e etiqueta respiratória, que devem ser do conhecimento de todos e a aplicar mesmo em casos de simples gripe sazonal (ver anexos).

Nas instalações sanitárias e nos postos de trabalho partilhados deverá ser reforçada a sua limpeza e desinfecção mais frequente e disponibilizar para uso de todos equipamentos e produtos para higienização das mãos suficientes para reduzir a disseminação da infeção, como por exemplo, a utilização de toalhetes individuais e recipientes para sua eliminação, ou embalagens de solução de base alcoólica para uso generalizado por todos os colaboradores. Caso ainda se verifique a sua utilização, deverá substituir-se as toalhas turcas uma vez que são um foco generalizado de infeção. Ter em atenção a informação afixada nas casas de banho/balneário, quanto à forma correta de higienização das mãos e os cuidados a ter em caso de sintomas de gripe.

A limpeza mais frequente e com produtos de cariz industrial com características desinfetantes deve ser aplicado a todas as instalações da empresa, nomeadamente, copas e zona do café, casas de banho ou balneários, postos de trabalho partilhados.

### Quais os cuidados a ter nos trabalhos de limpeza da área de isolamento/viaturas:

-Utilizar equipamento de limpeza descartável ou dedicado a esta tarefa sendo depois descontaminado;

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



- Utilizar produtos de limpeza desinfetantes e desengordurantes na limpeza;
- A limpeza deve ser realizada por pessoa com formação e a utilizar os EPIS identificados. Se necessário recorrer a empresas externas deste tipo de serviços.
- Reforçar a limpeza e desinfecção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfecção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

### Produtos a utilizar para higienização de espaços e higienização individual (exemplos)

EKOLIT CL PLUS - Detergente e desinfetante clorado para a indústria alimentar e uso geral. Produto utilizado para desinfecção de equipamentos, utensílios, áreas de preparação, balcões, câmaras frigoríficas, pavimentos, paredes, caixotes do lixo, superfícies em geral, etc. Bactericida e germicida com excelente atuação contra *Salmonella choleraesuis*, *Staphylococcus aureus* e *Escherichia coli*.

Embalagem de 5 a 10 litros

EKODET HIG- Detergente bactericida inodoro. Fórmula especialmente desenvolvida para limpeza e desinfecção de superfícies onde é necessária desinfecção e desodorização agradável. Excelente desinfetante perfumado, bactericida e germicida com excelente atuação contra *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus* e *Salmonella choleraesuis*. A sua fórmula complexa garante uso ilimitado.

Gel higienizante de mãos (Alcogel)- Desinfetante hidroalcoólico em gel com propriedades hipoalergénicas, concebido para ser usado na limpeza de mãos de profissionais que atuam em áreas críticas em termos de contaminação: em hospitais, clínicas médicas e odontológicas, laboratórios de análises e de pesquisa e em comércio de alimentos em geral, como peixarias, supermercados, restaurantes, cozinhas industriais, indústrias alimentícias, além de indústrias de medicamentos, farmácias. Pode ser facilmente encontrado em super e hipermercados, ou parafarmácias.

### Procedimentos de deteção e controlo da propagação da infeção por COVID-19:

- **Deteção de um caso suspeito nas instalações das empresas do grupo Silvestre e Silva ou a serviço destas:**

Qualquer pessoa que durante a permanência nas instalações das empresas ou a serviço deste detete ou apresente sintomas que possam levar à suspeita de infeção pelo novo COVID-19, deve de imediato contactar o responsável de cada sector de

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



atividade e de seguida este encaminhará a informação para o Serviço de Higiene e Segurança das empresas do grupo Silvestre e Silva, que deve pedir as seguintes informações:

-Localização do trabalhador (instalações da empresa; viagem de serviço (neste caso perguntar se está ou esteve nas instalações do cliente e se fez alguma paragem).

-Sintomas apresentados;

- Local onde esteve nos últimos 14 dias caso tenha viajado para fora do país;

- Definir na altura a área de isolamento do caso suspeito, dependendo da sua localização (o contacto deve ser limitado). Se a sala escolhida estiver ocupada por outros funcionários, estes devem sair e apenas voltar com a desinfecção e limpeza do local realizada e após indicações do Serviço de Higiene e Segurança das empresas (idealmente, uma área de isolamento com acesso a instalação sanitária de uso exclusivo);

Deve ter um balde do lixo de pedal com saco, uma cadeira (para descanso e conforto do trabalhador, enquanto aguarda a validação do caso e eventual transporte do INEM). A área de isolamento deve ter ventilação natural e facilmente higienizada (sem tapetes, por exemplo). Deve-se ter disponível na área de isolamento água e alguns alimentos não perecíveis, bem como toalhetes individuais e soluções de base alcoólica (alcooolgel).

No caso de um motorista a própria viatura, se estiver em viagem, é a área de isolamento;

- O trabalhador com suspeita de infeção por COVID-19 deverá usar uma máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita. A máscara deverá ser colocada pelo próprio doente, sendo realizado o teste de ajuste da máscara, para ficar bem colocada, cobrindo na totalidade a boca, nariz e partes laterais da face. Caso use barba, poderá ser feita uma adaptação e, juntar à máscara um lenço de papel. Sempre que a máscara estiver húmida deverá ser substituída por outra;

- Devem permanecer na área de isolamento, apenas as pessoas necessárias à avaliação/assistência ao trabalhador com os EPIS identificados e devem cumprir as regras básicas de controlo de infeções, nomeadamente higienização de mãos e etiqueta respiratória, antes e após o contacto direto com o caso suspeito.

**Nota:** A área/espço onde o doente com suspeita de infeção por COVID-19 permaneceu, como por exemplo a área de isolamento ou viatura ficam interditas até validação pela Autoridade de Saúde, para posterior limpeza e desinfecção, antes de serem utilizadas novamente. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

- Entrar em contacto com a linha **SNS 24 (808242424)** e comunicar todas as informações recolhidas. Se for o caso o próprio trabalhador deverá contactar diretamente esta linha e aguarda as indicações adequadas à sua situação clínica.

### **A linha SNS 24 avalia a situação clínica do trabalhador e informa:**

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

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



– Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeita. Desta validação o resultado poderá ser:

– **Caso Suspeito Negativo**, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o responsável das instalações do resultado negativo, e este último deverá informar o Serviço de Higiene e Segurança. O Plano de Contingência da empresa é desativado.

– **Caso Suspeito Positivo**, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O responsável das instalações informa o Serviço de Higiene e Segurança a existência de um caso suspeito positivo na empresa. O doente deve ser mantido em isolamento (de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste trabalhador com outro(s) trabalhador(es) até chegada do INEM, que, entretanto, será ativado pela Direção Nacional de Saúde, para o transportar para o Hospital de referência. Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações da empresa.

O Serviço de Higiene e Segurança deverá providenciar uma lista de contactos próximos com todos os dados pessoais para identificação e assim garantir-se a vigilância pela Direção Nacional de Saúde.

A informação de casos suspeitos/confirmados de infeção pelo COVID-19 deve ser comunicada à empresa externa de Medicina do Trabalho. Devem também ser informados os restantes trabalhadores.

Comunicar igualmente à Autoridade de Saúde Local informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

Verificando-se a existência de um Caso Suspeito Positivo o deve ser considerada juntamente com as Autoridades de Saúde a necessidade de aplicar o regime de quarentena aos restantes trabalhadores.

### Bibliografia:

- Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.
- Orientação nº 004/2020 de 01/02/2020 - Infeção por novo Coronavírus (2019-nCoV). Procedimentos de vigilância de aeroportos e viajantes por via aérea
- Orientação nº 003/2020 de 30/01/2020 - Prevenção e Controlo de Infeção por novo Coronavírus (2019-nCoV)
- Orientação nº 002/2020 de 25/01/2020 - Infeção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV)
- Serviço Nacional de Saúde - <https://www.sns.gov.pt/>
- Direção Geral de Saúde - <https://www.dgs.pt>



## Plano de Contingência para infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



## Anexos<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Nos anexos devem constar para além da documentação referida no índice do presente plano, uma lista com as actividades que poderão ser temporariamente suspensas, identificação de instalações que poderão ser encerradas, identificação das equipas e definição de horários de teletrabalho, lista com os clientes importantes aos quais devem ser assegurados os serviços essenciais e os fornecedores base para assegurar a continuidade da atividade de transporte.

### Recomendações para viajantes

Não existem recomendações internacionais para restrições de viagens ou de trocas comerciais

Os viajantes que chegam de Wuhan, província de Hubei, China, ou outro qualquer país com casos confirmados, há menos de 14 dias, e que apresentem sinais e sintomas de infeção respiratória aguda, com febre, tosse, dispneia sem nenhuma outra causa que explique a sintomatologia devem:

- Ligar para o centro de contato SNS24 – 808 24 24 24, antes de recorrer a serviços de saúde, e referir sempre o histórico de viagens, e/ou contato com animais e/ou pessoas doentes, seguindo as orientações que lhes forem dadas;
- Restrição/isolamento social;
- Evitar cumprimentos com contacto físico.
- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória - tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos);
- Deitar o lenço de papel no lixo;
- Lavar as mãos logo de seguida;
- Utilizar máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir.
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;

### Os viajantes que forem para uma área afetada devem:

- Seguir as recomendações das autoridades de saúde do país;

## Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020



- Evitar o contato próximo com doentes com infeções respiratórias agudas;
- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com uma solução de base alcoólica, especialmente após contacto com uma pessoa infetada ou partilha do seu espaço;
- Evitar o contato com animais;
- Evitar o consumo de produtos de origem animal, crus ou mal cozinhados.
- Evitar cumprimentos com contacto físico.

### Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

#### “Alto risco de exposição”:

- Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso confirmado;
- Trabalhador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Trabalhador 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):

- Trabalhador 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).
- Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

| Vigilância de contactos próximos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| “alto risco de exposição”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | “baixo risco de exposição”                                                                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"><li>– Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;</li><li>– Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li><li>– Restringir o contacto social ao indispensável;</li><li>– Evitar viajar;</li><li>– Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>– Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li><li>– Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.</li></ul> |

## Plano de Contingência para infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 1

Data: 04-03-2020

