

Plano de Contingência para a infecção por Coronavírus



Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



Índice	Págs.
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	
- Tríptico Covid19	

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



Introdução

Face à deteção de uma nova estirpe do Coronavírus (2019-nCoV) com surtos identificados em Wuhan, China e cuja transmissão já se verificou numa escala global, afetando 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.

Pela facilidade de transmissão e o surgimento de novas variantes ou estirpes do vírus, foram já confirmados casos de infeção pelo novo Coronavírus em Portugal mantendo-se um nível de alerta elevado como forma de prevenção. São assim impostas várias medidas de contingência, com a declaração do Estado de Emergência, para contenção dos contactos sociais, nomeadamente, períodos de confinamento, dever cívico de recolher domiciliário, encerramento de algumas atividades económicas, limitação de horários e de deslocação entre concelhos, entre outras medidas.

A evolução da informação relacionada com os casos confirmados e o nível de alerta imposto em todo o território nacional e consequentes contingências é acompanhado diariamente nos seguintes endereços de internet: <https://covid19.min-saude.pt/>, <https://covid19estamoson.gov.pt/lista-de-concelhos-nivel-de-risco/> e <https://antram.pt/>.

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.

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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 atividade 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, 2715-244 Almargem do Bispo.
- Parque de Contentores – Estrada Nacional 10-Terminal TIR, 2615-179, Alverca do Ribatejo.
 - Terminal do Freixeiro, Estrada Nacional n.º 107, 4455-496, Perafita (Leixões).
 - Zona Industrial e Logística de Sines (ZILS).
- Armazém Maia – Rua da Boa Viagem, n.º. 114, 4470-210, Moreira-Maia.
- Armazém Palmela - Estrada dos Enxarrapais - Plataforma Logística - Palmela Gare, Sector – A, 2950-126, Palmela (instalações de cliente).
- 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, sendo uma situação de pandemia, que supõe a adoção de medidas de prevenção e coordenação em

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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, devem ser avaliadas caso a caso.

A evolução da informação a considerar para a revisão e aplicação prática deste plano de contingência é acompanhada com a consulta do seguinte endereço de internet: <https://covid19.min-saude.pt/normas/>.

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:

- 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.

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



Critérios clínicos e epidemiológicos

Considera-se um caso suspeito de infeção 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	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa ⁴ nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Ativação do Plano

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, Palmela, 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 infecção 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 infecção 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 infecção 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

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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**
 - **Telefone: 218430500**
 - **Linha Saúde 24: 808 24 24 24**
 - **Autoridade Nacional de Proteção Civil: 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);
 - Eventual controlo de temperatura a colaboradores ou outros utilizadores das instalações;
 - Disponibilização de alcoolgel para desinfeção das mãos nas várias instalações das empresas;
 - Limite de lotação de espaços comuns nas instalações, nomeadamente a copa;
 - 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 (nota: nesta fase todas as ações de formação presencial estão suspensas, por decisão ministerial no âmbito da declaração do Estado de Emergência. Se aplicável opta-se por formação em formato e-learning).

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, email);

- 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;

- 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.

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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.

Considerando a natureza operacional das atividades de trabalho das empresas do grupo Silvestre e Silva o regime de teletrabalho a aplicar será parcial e rotativo, por semana, implicando a presença dos trabalhadores no local de trabalho para arquivo e emissão de documentação relacionada com o transporte ou logística de mercadoria.

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 ou por decisão ministerial no âmbito da declaração do Estado de Emergência, 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);

Palmela: Armazém: receção e expedição de mercadoria (instalações de cliente);

Alverca/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 e períodos de confinamento).

Verificar igualmente a necessidade de deslocações a trabalho dos colaboradores, entre instalações das empresas, equacionando-se a sua restrição. Eventualmente podem ser necessárias declarações justificativas de deslocação a emitir pelo Serviço de Recursos Humanos.

Equipamentos de Proteção Individual

A utilização de equipamento de proteção individual será decidida pelo 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.

- Atualmente, as máscaras de proteção respiratória são de uso obrigatório no interior das instalações ou na partilha de transporte para deslocações profissionais;

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 periódica, para se ter em stock);**
- **Luvas de uso único não esterilizadas (deverá ser ponderada a aquisição periódica, para se 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 videoconferência 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, 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. Pressupõe-se que o vírus não tenha uma durabilidade

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.

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 (ver Plano de Higienização).

Medicação e Vacinação

Relativamente à medicação e vacinação de prevenção e tratamento da infeção pelo COVID-19, existe já uma vacina desenvolvida por vários laboratórios, mas cujo processo de inoculação em Portugal, responsabilidade governamental, está em fase de implementação, não se verificando a imunização total de toda a população. Por conseguinte, em caso de infeção a pessoa é tratada pelos sintomas ficando em regime de isolamento profilático com forte restrição de contactos sociais, ou internamento hospitalar, dependendo da gravidade da situação clínica.

A utilização e administração desta vacina deverá respeitar as autorizações e indicações necessárias das autoridades de saúde nacionais (DGS).

Apesar da existência de vacina, considerando ainda a fase de alerta elevado da emergência internacional devem ser mantidas as medidas de prevenção e eventual contenção de contágio desta infeção. Não se pode ignorar as novas variantes que vão surgindo deste vírus, bem como a juventude da vacina que não permite ter certezas quanto à capacidade e longevidade de imunização contra a COVID-19.

Vigilância da Saúde

Deverá ser reforçado junto dos colaboradores a importância da vigilância da saúde, nomeadamente, evitar as urgências hospitalares e contactar sempre 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 ou entre instalações.

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 que provoca a infeção 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 infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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

- Tosse de novo ou agravamento do padrão habitual;
- Febre (temperatura corporal $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$) sem outra causa atribuível;
- Dispneia / dificuldade respiratória sem outra causa atribuível;
- Anosmia de início súbito (perda de olfato);
- Disgeusia ou ageusia de início súbito (perda de paladar).

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 entre 10 a 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 desinfeção 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 toalhletes 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.

A abertura de janelas para ventilação natural de salas/espacos de trabalho, deve ser frequente, sempre que as condições climatéricas o permitirem.

Plano de Contingência para infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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;
- 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.

Nota: Deve ser consultado o Plano de Higienização e optar sempre que possível por empresa externa para limpeza e desinfecção de espaços ou viaturas.

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 setor de 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 10 a 14 dias caso tenha viajado para fora do país;

- Contactos sociais anteriores que teve (instalações de clientes, outros colegas, familiares)

- Definir na altura a área de isolamento do caso suspeito, dependendo da sua localização (o contacto deve ser limitado). Por exemplo, no caso de Sacavém a sala de isolamento será uma das salas do 2º andar das instalações do lote 38, do outro lado da estrada). Se a sala escolhida estiver ocupada por outros funcionários, estes devem sair e apenas voltar com a desinfeção 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).

Caso a confirmação de infeção de Covid-19 se verifique quando os colaboradores estiverem já na sua residência ou em situação de isolamento profilático, deverão ser mantidos em vigilância os seus contactos profissionais mais próximos, bem como deve ser realizada posteriormente a desinfeção e limpeza do seu posto de trabalho (nomeadamente, mesas de trabalho ou viaturas).

No caso de ser necessário o contacto com os referidos espaços deverá ser aguardado um período mínimo de 48h, devendo-se utilizar máscara de proteção respiratória e luvas descartáveis para retirar qualquer objeto ou documentos, e realizar posteriormente a higienização das mãos (ver Plano de Higienização).

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 (alcoholgel).

No caso de um motorista a própria viatura, se estiver em viagem, é a área de isolamento. Este deverá contactar a linha de Saúde 24 e seguir as indicações dadas. Deve aguardar sempre no interior da viatura restringindo o contacto social.

- 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

Plano de Contingência para infecção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



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 infecção 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;

– 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 infecção 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 contatos próximos do doente.

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

Plano de Contingência para infeção em caso de Coronavírus

Edição nº.:1

Revisão nº.: 2

Data: 30-12-2020



Bibliografia:

- Orientação nº 020/2020 de 09/11/2020 - Definição de Caso de COVID-19;
- 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;
- 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.: 2

Data: 30-12-2020



Anexos

Recomendações para viajantes

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

Os viajantes que chegam de qualquer país com casos confirmados, entre 10 a 14 dias, e que apresentem sinais e sintomas de infeção respiratória aguda, com febre, tosse, perda de olfato e paladar, 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;
- 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">- Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;- Restringir o contacto social ao indispensável;- Evitar viajar;- Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	<ul style="list-style-type: none">- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;- Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.