

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

**MERCADO DE NATAL**

## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### INFEÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS SARS-COV-2 (COVID-19) MUNICÍPIO DO MARCO DE CANAVESES

#### OBJETIVO

O presente documento visa definir os procedimentos a adotar perante o surgimento de um trabalhador, ou de um utilizador com sintomas de infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19), bem como à adoção de medidas que minimizem o seu impacto, garantindo, tanto quanto possível, a continuidade da prestação deste serviço.

Assim foram estabelecidos designadamente os seguintes objetivos:

- Promover a informação, medidas e comportamentos a adotar pelos colaboradores e utilizadores;
- Agir com rigor no cumprimento de normas, diretivas e procedimentos no combate à infeção e propagação por Covid 19;

#### ÂMBITO

Aplica-se a todos os trabalhadores em funções, independentemente do vínculo contratual de trabalho.

No caso de se tratar de um munícipe, fornecedor ou qualquer visitante das instalações, deverão ser adotados os procedimentos definidos para os trabalhadores.

#### CONCEITOS

**COVID-19:** COVID-19 é a designação dada pela Organização Mundial da Saúde para identificar a doença provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2. Este novo coronavírus foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Os casos iniciais da doença COVID-19 foram associados a um mercado em Wuhan (Wuhan's Huanan Seafood Wholesale Market). O mercado foi encerrado a 1 de janeiro de 2020, mas a doença foi progredindo desencadeando uma epidemia mundial ou pandemia.

**Período de incubação da COVID-19:** Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

**Modo de transmissão da COVID-19:** A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

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

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

**Quais os sintomas associados à COVID-19:** Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicemia, choque séptico e eventual morte.

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

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

**Como evitar a transmissão da COVID-19:** A infecção pode ser evitada com cuidados simples de higiene:

- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com uma solução alcoólica de desinfecção;
- Manter o distanciamento social (>2mts), evitando o contacto físico (apertos de mão, beijos, etc);
- Evitar tocar na boca, nariz e olhos;
- Praticar as regras de etiqueta respiratória, isto é, cobrir a boca e o nariz ao tossir ou espirrar fazendo uso de um lenço descartável ou da prega interna do cotovelo. Deitar fora imediatamente o lenço utilizado e lavar as mãos com água e sabão ou com solução de base alcoólica.

**Qual é o tratamento:** O tratamento para a infecção por este novo coronavírus é dirigido aos sinais e sintomas que os doentes apresentam e tem como objetivo proporcionar alívio e maior conforto aos doentes.

À data, considerando o conhecimento científico atual e as recomendações da OMS, encontram-se em investigação, algumas estratégias terapêuticas apontadas como potenciais candidatos terapêuticos.

**Quais são os grupos considerados de risco para o COVID-19:** Os grupos de Risco para COVID 19 incluem:

- Pessoas idosas acima de 70 anos;
- Pessoas com doenças crônicas – doença cardíaca, pulmonar, neoplasias, entre outras;
- Pessoas com compromisso do sistema imunitário (a fazer tratamentos de quimioterapia, tratamentos para doenças auto-imunes (artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla ou algumas doenças inflamatórias do intestino), infecção VIH/sida ou doentes transplantados.

#### **Caso suspeito de COVID-19:**

De acordo com o ponto 5 da Norma 00472020 DDA dgs DE 23/03/2020, ATUALIZADA A 29/10/2021, São consideradas suspeitas de infecção por SARS-CoV-2 as pessoas que apresentem:

a. Quadro de infecção respiratória aguda com, pelo menos, um dos seguintes sintomas ;

- i. Tosse de novo, ou com agravamento do padrão habitual;
- ii. Febre (temperatura  $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$ ) sem outra causa atribuível;
- iii. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.

b. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

## MEDIDAS ESPECIFICAS DE FUNCIONAMENTO

### MERCADO DE NATAL

Local: Alameda Dr. Miranda da Rocha

Área do equipamento: Aproximadamente 100 m<sup>2</sup>

O Mercado de Natal funcionará em tenda amovível montada para o efeito. A tenda permitirá a circulação de ar.

Horário de Funcionamento: 17 a 24 de dezembro - 10h00—23h00

**Descritivo:** Pretende-se com esta iniciativa a valorização dos produtos locais, associados a esta época festiva, designadamente a exposição/venda de artesanato e produtos endógenos.

Prevê-se a participação de 20 expositores.

Prevê-se ainda alguns momentos de animação com recurso a grupos etnográficos locais.

De acordo com a orientação da:

- Orientação da Direção-Geral de Saúde n.º 028/2020 de 29/05/2020, e respetiva atualização a 01.12/2021;
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 157/2021, de 27 de novembro – cf., artigo 13.º - Eventos e, ainda, demais legislação em vigor, **o funcionamento do Mercado de Natal, rege-se pelas seguintes regras de utilização:**
  - Entrada Livre com acesso de forma organizada, respeitando as regras de higiene e segurança;
  - Afixação de materiais de sensibilização/informação e regras de acesso e utilização;
  - Todos os utilizadores e colaboradores devem obrigatoriamente desinfetar as mãos à entrada do equipamento, através dos dispensadores de solução antisséptica existentes no local;
  - Reforço dos procedimentos de desinfeção e higienização dos espaços e equipamentos, com a implementação do plano de higienização em vigor nos espaços municipais.
  - Os acessos e vias de circulação serão devidamente definidos e ordenados de forma a serem respeitando as distâncias de segurança;
  - Todos os colaboradores e utilizadores dispõem de máscara facial, nos termos da Orientação 011/2021 da DGS de 13/09/2021, atualizada a 03/12/2021, no momento de entrada, no decorrer do evento e no momento de saída. Desta obrigatoriedade, excetuam-se as pessoas com idade inferior a 10 anos;
  - Existência de máscara faciais para facultar aos presentes se necessário no decorrer do evento;
  - No local do evento, deve ser garantida a existência de contentores adequados e em número suficiente para o depósito, designadamente, de máscaras faciais e lenços, descartáveis.
- Sem prejuízo do disposto na Orientação n.º 014/2021-Eventos de grande dimensão da DGS, o acesso aos eventos de natureza cultural que sejam realizados em interior, ao ar livre ou fora de recintos fixos depende da apresentação por parte dos participantes de:

a) Certificado Digital COVID da EU nos termos do Decreto-Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho;

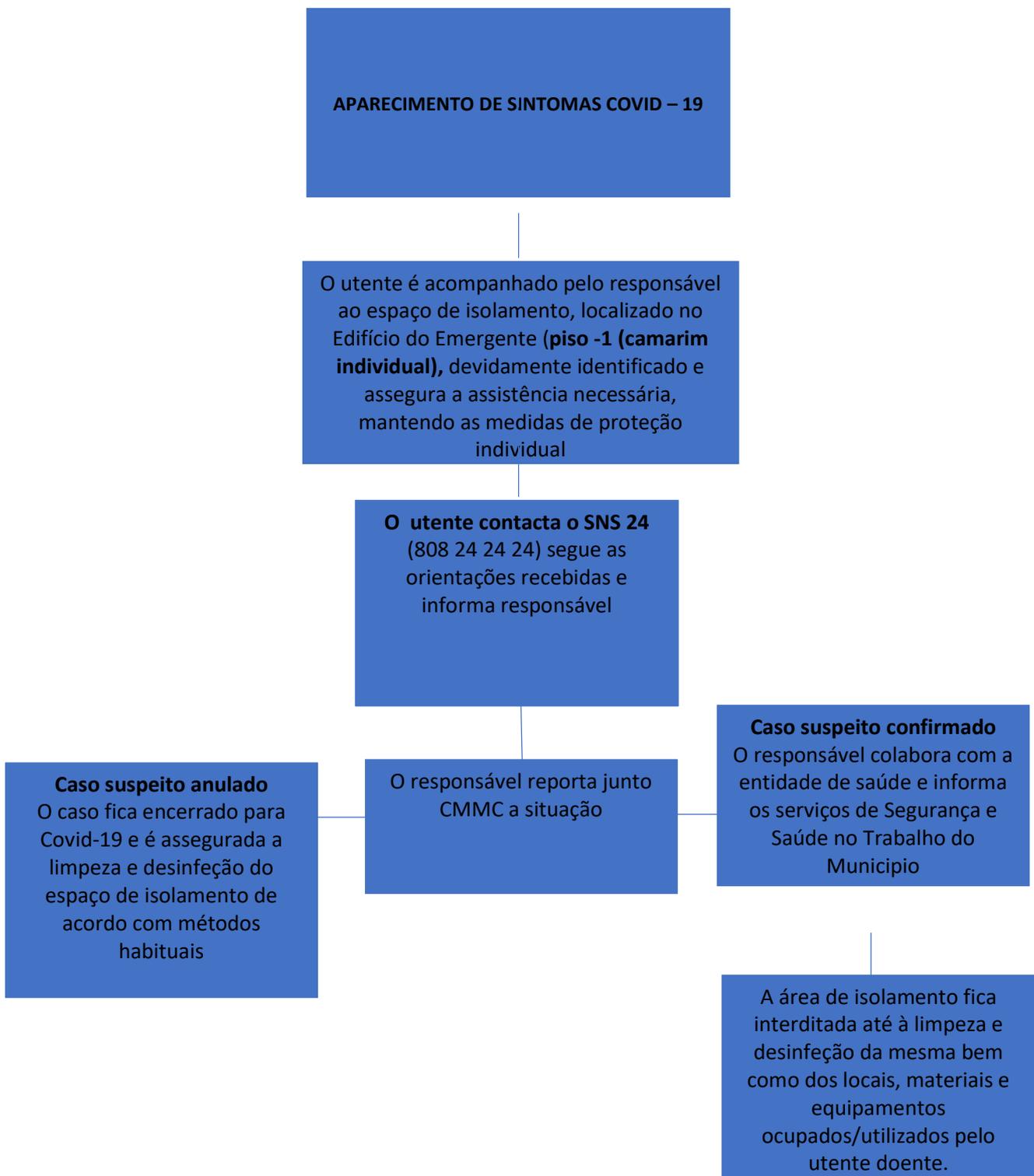
b) Comprovativo de vacinação que ateste o esquema vacinal completo, há pelo menos 14 dias, com uma vacina contra a COVID -19 de acordo com o despacho previsto no n.º 2 do artigo 5.º do Decreto-Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho; ou

c) Comprovativo de realização laboratorial de teste com resultado negativo, de acordo com os requisitos previstos nas subalíneas i) ou ii), conforme aplicável, da alínea b) do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto -Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho;

- Dispor de um Plano de Operacionalização para a verificação do Certificado Digital COVID da UE ou da prova de teste negativo relativamente ao público e aos colaboradores presentes e garantir a presença de assistentes no local do evento em número suficiente, para cumprimento desse plano.
- De acordo com o Artigo 17.º da Resolução de Conselho de Ministros n.º 157/2021, de 27 de novembro, *os menores de 12 anos estão dispensados da obrigação de apresentação de Certificado Digital COVID da UE admitido nos termos do Decreto -Lei n.º 54 -A/2021, de 25 de junho, da apresentação de comprovativo de realização de teste com resultado negativo ou de realização de teste.*

## PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO DE COVID-19

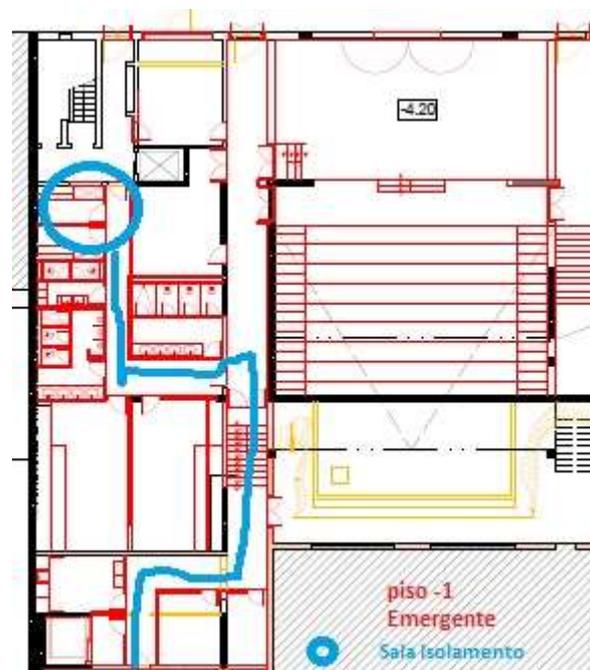
O presente esquema define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de surgimento de sintomas associados à Covid-19 por trabalhador ou utente.



## MAPA DO LOCAL E IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO

Considerando que no espaço adjacente ao local onde é instalado o MERCADO DE NATAL não existem estruturas capazes de acolher nas condições adequadas a sala de contingência/espço de isolamento, é proposto que este espaço fique identificado **no Emergente Centro Cultural, localizado a cerca de 100 metros** com condições adequadas para o efeito, ficando a sala instalada **no piso-1 (camarim individual), devidamente identificada.**

O esquema e circuito de circulação está definido no mapa infra.



## Informação Pública

- Numa perspetiva de conjugação de esforços para assegurar a difusão alargada de comportamentos e medidas de prevenção, a informação a divulgar respeitará simultaneamente as orientações das autoridades de saúde e os procedimentos definidos no presente Plano.
- Afixação e divulgação de materiais informativos:
  - regras de utilização
  - os cuidados a ter para reduzir o risco de contágio e disseminação da doença.

A aplicação deste plano é dinâmica, de acordo com as novas informações e conhecimentos, os quais levam a novas medidas e resultam na atualização do plano.

### Contactos:

- Autoridade de Saúde territorialmente competente - Dra. Ana Lúcia Figueiredo  
912 704 684; e-mail: [alffigueiredo@arsnorte.min-saude.pt](mailto:alffigueiredo@arsnorte.min-saude.pt)
- Câmara Municipal do Marco de Canaveses  
Telefone 255 538 800; [info@cm-marco-canaveses.pt](mailto:info@cm-marco-canaveses.pt)

A aplicação deste plano é dinâmica, de acordo com as novas informações e conhecimentos, os quais levam a novas medidas e resultam na atualização do plano.

ANEXO 1 - Medidas Gerais

ANEXO 2 - Medidas Gerais - Etiqueta Respiratória

ANEXO 3 - Medidas gerais - Se tiver algum sintoma

Anexo 4 - Lavagem das mãos

ANEXO 5 - Utilização de máscaras sociais

ANEXO 6 - Principais erros na utilização de máscaras sociais

ANEXO 7 – Esquema de Circulação

COVID-19

## MEDIDAS GERAIS

### HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool

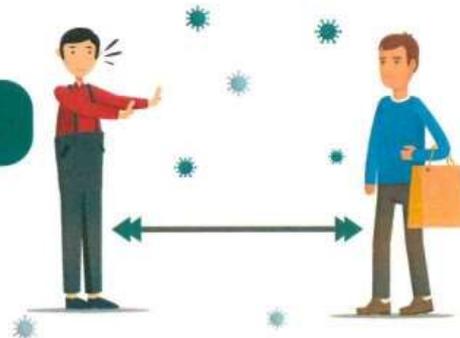


### ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

### DISTANCIAMENTO SOCIAL

Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de 1,5 - 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS  
SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA

LIGUE  
SNS 24

808 24 24 24

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

## ETIQUETA RESPIRATÓRIA

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

Deite o lenço no  
lixo



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



**COVID-19**

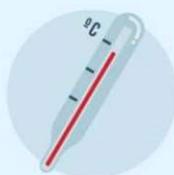
## MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

**SE TIVER ALGUM DOS  
SEGUINTE SINTOMAS:**



**TOSSE**



**FEBRE**



**DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA**

**LIGUE SNS 24** 

**808 24 24 24**

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

# LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 segundos



00 Mohe as mãos



01 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



02 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



03 Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



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



06 Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



07 Enxague as mãos com água



08 Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

COVID-19

# MÁSCARAS

### COMO COLOCAR

- 1º** **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**


- 2º** **VER A POSIÇÃO CORRETA**  
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)


- 3º** **COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**


- 4º** **AJUSTAR AO ROSTO**  
Do nariz até abaixo do queixo


- 5º** **NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS**



### DURANTE O USO

- 1º** **TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA**


- 2º** **NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR**


- 3º** **NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**  
Se o fizer, lavar as mãos de seguida



### COMO REMOVER

- 1º** **LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER**


- 2º** **RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**


- 3º** **DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUO SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA**


- 4º** **LAVAR AS MÃOS**



## TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS





COVID-19

20 DE MAIO 2020

## 5 PRINCIPAIS ERROS A UTILIZAR MÁSCARA



#SEJAUAGENTEDESAPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

## ANEXO 7 – Esquema de circulação

