

# PLANO DE CONTINGÊNCIA CORONAVÍRUS (COVID-19)



## Índice

PLANO DE CONTINGÊNCIA .....	1
1. ENQUADRAMENTO .....	3
2. ORIENTAÇÕES MÉDICAS .....	4
3. INSTALAÇÕES .....	4
4. EQUIPAMENTO .....	4
5. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO .....	4
5.1. PROCEDIMENTOS BÁSICOS PARA HIGIENIZAÇÃO PESSOAL .....	5
5.2. PROCEDIMENTOS DE CONDUTA SOCIAL .....	5
5.3. MATERIAIS E EQUIPAMENTOS A UTILIZAR .....	5
6. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA .....	6
6.1. COMPETÊNCIAS .....	6
6.2. GRUPO COORDENADOR .....	6
7. FASES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA .....	7
7.1. 1.ª Fase – PREPARAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO .....	7
7.2. 2ª Fase - ALERTA .....	7
7.3. 3ª Fase - RECUPERAÇÃO .....	8
8. PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA INTERNOS .....	9
8.1. INFORMAÇÃO AOS TRABALHADORES .....	9
8.2. ISOLAMENTO E GESTÃO DO CASO .....	9
8.3. CASO SUSPEITO DE COVID-19 .....	9
8.4. NOTIFICAÇÃO DE ALGUNS CASOS DE COVID-19 .....	9
8.5. POPULAÇÃO COM COVID-19 .....	10
8.6. CASO SUSPEITO NÃO VALIDADO .....	11
8.7. CASO SUSPEITO VALIDADO .....	11
8.8. PROCEDIMENTOS INTERNOS .....	13
8.9. INFORMAÇÃO AOS FORNECEDORES .....	13
9. DISPOSIÇÕES FINAIS .....	14
10. PLANO DE COMUNICAÇÃO .....	14
11. FLUXOGRAMA DE PROCEDIMENTOS .....	15
12. CONTACTOS DE EMERGÊNCIA .....	16
13. LAVAGEM DAS MÃOS .....	17

## 1. ENQUADRAMENTO

O SARS-CoV-2, inicialmente designado por 2019-nCoV, é o nome dado a um novo coronavírus que causa doença respiratória (COVID-19), podendo ser idêntica a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

Este novo vírus foi identificado pela primeira vez em humanos na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido já confirmados casos em outros países de quatro continentes.

A 31 de dezembro de 2019, a China reportou à Organização Mundial da Saúde um cluster de pneumonia de etiologia desconhecida em trabalhadores e frequentadores do mercado de peixe, mariscos vivos e aves na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China.

Os primeiros casos de infeção estão relacionados com pessoas que frequentaram este mercado, por isso suspeita-se que o vírus seja de origem animal, mas não existem certezas.

A 7 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram um novo coronavírus (2019-nCoV) como agente causador da doença, tendo sido já confirmada a transmissão pessoa-a-pessoa.

O reservatório e a história natural da doença continuam em investigação.

A informação atualizada sobre os casos e surtos existentes, assim como as recomendações, são emitidas e disponibilizadas pela DGS pode consultar [aqui https://covid19.min-saude.pt/](https://covid19.min-saude.pt/), pela OMS e por outras entidades credíveis. Em caso de dúvida, sugerimos a consulta regular do site da DGS dedicada à temática e respetiva.

A 30 de janeiro o Comité de Emergência do Regulamento Sanitário Internacional declarou esta situação como Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional.

Em 11 de fevereiro, a Organização Mundial da Saúde atribuiu nome ao novo Coronavírus, passando este a ser designado por SARS-CoV-2.

De acordo com o **Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças (ECDC)** o impacto potencial dos surtos é elevado, sendo provável a propagação global do vírus.

Está instalada a transmissão de casos na UE/EEE.

A probabilidade de transmissão secundária na União Europeia é elevada.

Atualmente não existe nenhuma vacina que proteja contra o novo coronavírus.

A implementação imediata, sistemática e rigorosa de prevenção e controlo de infeção é essencial para interromper a cadeia de transmissão.

O presente Plano de Contingência descreve como o Grupo JAJA pretende dar respostas às preocupações e alertas da Direção Geral da Saúde (DGS – Orientação 006/2020) e ao Despacho n.º 2875-A/2020 no sentido de se preparar e gerir a resposta à emergência de saúde pública associada a infeção por Covid-19

## 2. ORIENTAÇÕES MÉDICAS

A implementação das medidas preconizadas no presente Plano está em consonância com as indicações das autoridades nacionais de saúde, nomeadamente Direcção-Geral da Saúde (DGS).

Este Plano será alvo de permanente revisão e atualização de acordo com as orientações que vierem a ser emitidas pelas entidades competentes.

## 3. INSTALAÇÕES

O dispomos de duas **Salas de Isolamento (SI)**, localizadas no Edifício do GRUPO JAJA: Salas: **1 e 2**

As salas foram escolhidas por reunirem as condições ideais, a saber:

1. Proximidade de instalações sanitárias (para uso exclusivo do doente).
2. Condições de vigilância do doente.
3. Ventilação natural.
4. Equipamento de repouso.

## 4. EQUIPAMENTO

O equipamento a ser disponibilizado nas Unidades e nas Salas de Isolamento deverá ser o seguinte:

### **Unidades**

1. Equipamento para o prestador de assistência:
  - Luvas descartáveis.
  - Máscaras.
  - Batas e aventais
2. Equipamento para o doente:
  - Máscaras

### **Sala de isolamento**

1. Equipamento resguardado, à entrada da sala:

Kit individual (para entrega ao doente), contendo:

- 2 Máscaras.
  - Toalhetes com solução alcoólica.
  - Lenços de papel.
  - Água.
  - 2 comprimidos de Paracetamol 1000mg.
  - Bolsa individual com bolachas
2. No interior da sala:
    - Telefone.
    - Termómetro.
    - Doseador de gel desinfetante.
    - Equipamento de repouso.

## 5. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO

As medidas gerais de higiene, pessoais e do ambiente, constituem as medidas mais importantes para evitar a propagação da doença.

Os trabalhadores, clientes, visitantes e prestadores de serviço no Grupo JAJA, devem seguir as regras gerais de higiene, válidas para a prevenção não só do Covid-19, mas também de muitas outras doenças transmissíveis.

### 5.1. PROCEDIMENTOS BÁSICOS PARA HIGIENIZAÇÃO PESSOAL

Lavar frequentemente as mãos como regra geral de higiene.

Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos ou com uma solução antisséptica de base de álcool. Utilizar um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;

Quando deve lavar as mãos? Após ter tossido, espirrado ou assoado o nariz, ou após terem utilizado transportes públicos ou frequentados locais com grande afluência de público. Deve ainda lavar as mãos, antes de comer, antes e depois de preparar as refeições, sempre que se utilize a casa de banho, após contacto com o lixo, terra, detritos ou dejetos de animais.

Não se deve tocar com as mãos na boca, olhos ou nariz.

Lavar as mãos e desinfetá-las antes de colocar e após remover a máscara cirúrgica.

### 5.2. PROCEDIMENTOS DE CONDUTA SOCIAL

Sempre que um trabalhador, cliente, visitante bem como prestadores de serviço no Grupo JAJA tiverem suspeita de que possam estar infetados com Covid-19, não se devem apresentar no Centro até a situação ser esclarecida por um profissional de saúde, através da Linha Saúde 24- 808 24 24 24.

Deve evitar-se sempre que possível o contacto próximo com pessoas que apresentem sintomas idênticos ao do Covid-19.

Deve guardar-se uma distância mínima de 1 metro, quando se contacta com outras pessoas. O cumprimento com beijos, abraços ou apertos de mãos deve ser evitado

Cobrir a boca e o nariz quando se tosse ou espirra com lenço, guardanapo ou toalhete de papel, colocando-o no caixote do lixo após cada utilização.

Evitar tossir ou espirrar para as mãos. Deve-se tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido.

Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.

Evitar as reuniões presenciais, viajar só o extremamente necessário – utilização de áudio/vídeo conferência como método preferencial.

### 5.3. MATERIAIS E EQUIPAMENTOS A UTILIZAR

Manter as superfícies e os objetos de trabalho limpos.

Limpar frequentemente as superfícies das mesas de trabalho, e outros objetos com um desinfetante ou detergente doméstico comum.

Deve proceder-se, da mesma forma para as superfícies e objetos que entrem em contacto com as mãos (como por exemplo, puxadores das portas, torneiras, botões de descarga de autoclismo, botões de impressoras, registo biométrico, interruptores).

Disponibilizar solução antisséptica de base alcoólica (SABA) em locais estratégicos (zona de refeições, registo biométrico, instalações sanitárias, área de “isolamento”), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;

Máscaras cirúrgicas para utilização da pessoa com sintomas (Caso Suspeito);

Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, por quem presta assistência à pessoa com sintomas (Caso Suspeito);

Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;

Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico;

Promover o arejamento das zonas fechadas, nomeadamente dos espaços de formação, gabinetes, refeitórios e casas de banho, mantendo as janelas abertas sempre que seja possível.

Se usar ar-condicionado, assegure que ele tem a funcionalidade de renovar o ar interno ou, então, desligue-o por alguns períodos e renove o ar nessas alturas, abrindo portas e janelas.

## 6. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

### 6.1. COMPETÊNCIAS

Compete à Direção aprovar, ativar e desativar o Plano de Contingência e definir a composição e as atribuições do Grupo coordenador. Para tal é criado um grupo, com responsabilidades de gestão de: coordenação, avaliação, implementação e monitorização do Plano e, após a crise, acompanhar a normalização da situação e elaborar um relatório sobre o impacto do COVID-19, com as ocorrências relevantes e propostas de melhoria.

No desenvolvimento da sua ação, são consideradas as seguintes competências:

- Definir a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- Coordenar a ação global;
- Avaliar a evolução da situação, propor a ativação das diferentes fases do Plano e definir a duração temporal das mesmas, tendo como base as orientações da OMS/DGS;
- Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano de Contingência do Grupo JAJA;
- Coordenar as ações a desenvolver;
- Tratamento e posterior encaminhamento de toda a informação, comunicação diretrizes e orientações técnicas da DGS;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa;
- Ativar o plano de contingência.

Cabe ao grupo coordenador a ativação do Plano com base nas diretrizes da OMS / DGS ou outros dados indicadores.

### 6.2. GRUPO COORDENADOR

A evolução relativa ao novo coronavírus, Covid-19 requer especial atenção para implementar as medidas adequadas de prevenção, vigilância e controlo da situação, em sintonia com as orientações veiculadas pela DGS.

Todos os trabalhadores devem reportar à sua chefia direta, uma situação de doença enquadrada como Trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

No âmbito do Plano de Contingência, todos os contactos para o Grupo Coordenador devem ser efetuados para: [contact@jaja.pt](mailto:contact@jaja.pt)

## 7. FASES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

O presente Plano de Contingência destina-se a todos os trabalhadores, clientes, visitantes e prestadores de serviços do Grupo JAJA.

O conceito de operação desenvolve-se em 3 fases:

- 1ª. Fase – Preparação e Implementação;
- 2ª. Fase – Alerta;
- 3ª. fase – Recuperação.

### 7.1. 1.ª Fase – PREPARAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO

Fase de implementação automática com a aprovação e difusão do Plano, que se manterá em execução permanente se outras não forem decididas e que cessará com a decisão de desativação.

Nesta fase não há registo de qualquer pessoa infetada por COVID-19 e são implementadas ações para que todos tomem conhecimento do Plano. Pretende-se assim, implementar medidas de prevenção e de preparação para fazer face ao período crítico da 2.ª fase.

O grupo operativo de Plano:

- Prepara o Plano de Contingência adaptando as orientações emanadas interna ou externamente;
- Identifica as necessidades de meios para aplicação das medidas preventivas;
- Articula-se com a DGS para acompanhamento do evoluir da situação;
- Divulga o Plano a toda a estrutura do Grupo JAJA;
- Identifica os grupos de risco do Grupo JAJA;
- Regista os casos dos trabalhadores que se deslocam ao estrangeiro de acordo com informação disponibilizada pelo departamento de Recursos Humanos;
- Procede à difusão de informação que considere necessária no que concerne a medidas preventivas e de autoproteção;
- Dá conhecimento do Plano de Contingência às empresas prestadoras de serviços com trabalhadores ao serviço do Grupo JAJA, de modo a tomarem as adequadas medidas de ajustamento e resposta ao Plano;
- Face ao evoluir da situação, identifica atividades a suspender temporariamente de acordo com informação disponibilizada pelos chefes de departamento do Grupo JAJA;
- Agiliza o plano de distribuição de equipamentos para assegurar o teletrabalho de acordo com informação disponibilizada pelo Chefe do Departamento de Informática;

Medidas preventivas especiais

- Deslocações de serviço ao estrangeiro ficam suspensas por tempo indeterminado;
- Participação em grupos ou comissões de trabalho igualmente reduzidas às que forem consideradas essenciais, devendo privilegiarem-se os contactos via telefone, correio eletrónico, vídeo e teleconferência;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações.

### 7.2. 2ª Fase - ALERTA

Esta fase é imediatamente acionada após o registo do primeiro caso ou no agravamento do número de casos no país. São acionados os meios para a intervenção de forma a minimizar os efeitos do Covid-19.

Nessa fase o Grupo coordenador do plano:

- É responsável pelo registo de números de casos assinalados no Grupo JAJA e articula-se com a DGS para acompanhamento da situação;
- Procede à implementação de horários ajustados às diversas situações, tendo em conta as necessidades de cada serviço;
- Garante, na medida do possível a distribuição do equipamento que possibilite a realização de trabalho em regime de teletrabalho;
- Assegurar a existência da reserva de bens e produtos cuja falta possa comprometer o exercício das atividades mínimas ou consideradas prioritárias durante o período crítico.
- Acompanha a evolução da situação clínica dos trabalhadores, clientes, visitantes e prestadores de serviços infetados.

Medidas preventivas especiais

- Redução ou suspensão do período de atendimento, consoante o caso;
- Suspensão de eventos ou iniciativas públicas, a realizar quer em locais fechados quer em locais abertos ao público;
- Redução de reuniões internas ao mínimo, realizando-se unicamente as consideradas indispensáveis;
- Suspensão da aplicação de métodos de seleção que impliquem a presença dos candidatos no âmbito de procedimentos de Recursos Humanos;
- Apreciação da eventual suspensão do funcionamento do refeitório e utilização de outros espaços comuns;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações;
- Cada trabalhador deve proceder à limpeza diária do telefone, secretária de trabalho, teclado e rato, nos termos recomendados pelas autoridades de saúde;
- Após a deteção de um caso suspeito, devem ser realizados procedimentos de limpeza e desinfeção, em especial nas zonas onde se verifica o maior fluxo/concentração de pessoas e no local habitual de trabalho dessa pessoa.

### 7.3. 3ª Fase - RECUPERAÇÃO

Caracteriza-se pelo termo do aparecimento de novos casos e pela recuperação das pessoas doentes, com o regresso gradual às atividades profissionais.

Medidas a implementar:

- Regresso ao local de trabalho em articulação com as orientações da DGS;
- Cada trabalhador deve proceder à limpeza diária do telefone, secretária de trabalho, teclado e rato, nos termos recomendados pelas autoridades de saúde;
- Reforço das medidas de limpeza nas instalações;
- Reavalia-se os procedimentos implementados nas fases anteriores;
- Elaboração do relatório final.



## 8. PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA INTERNOS

### 8.1. INFORMAÇÃO AOS TRABALHADORES

Disponibilizar informação a todos os trabalhadores com as medidas adotar caso apresente sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de Covid-19).

Afixar em todos os WC procedimentos para higienização das mãos;

Afixar junto de todos os dispensadores de antissépticos procedimentos de desinfeção das mãos.

Divulgar o presente plano de contingência;

### 8.2. ISOLAMENTO E GESTÃO DO CASO

A colocação de um trabalhador numa área de “isolamento” visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença.

A área de “isolamento” tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador doente com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.

**No Grupo JAJA a área de isolamento definida é:**

- Sala de contensão e isolamento previamente preparada para o efeito

Esta área estará equipada com cadeira, marquesa, garrafas de água, pacotes de bolachas, toalhetes de papel, luvas descartáveis, máscaras cirúrgicas, balde de lixo, termómetro.

Próximo da área de isolamento, existe uma instalação sanitária equipada com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do doente/Caso.

### 8.3. CASO SUSPEITO DE COVID-19

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de Covid-19 e ligações epidemiológica, ou que identifique um trabalhador do Grupo JAJA com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar de imediato o departamento de Recursos Humanos ou o Departamento de Qualidade e ser encaminhado para a área de isolamento.

Os trabalhadores designados para o acompanhamento / prestar assistência a pessoa com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica, luvas descartáveis, fato descartável, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o Trabalhador doente.

### 8.4. NOTIFICAÇÃO DE ALGUNS CASOS DE COVID-19

Em caso de dúvidas deverá sempre ligar para a SNS 24 808 24 24

Uma vez identificado o colaborador/aluno com algum dos sintomas a seguir indicados:

- Febre ( $\geq 38^{\circ}$ ) confirmada
- Tosse
- Dor de garganta
- Dores musculares
- Dores articulares
- Dores de cabeça
- Dificuldade respiratória
- Náuseas, vómitos, e/ou diarreia

Um elemento da unidade, devidamente equipado (com máscara, luvas e bata descartável impermeável), deverá:

- Fornecer de imediato o equipamento de proteção individual (máscara) ao doente.
- Ligar para o SNS 808 24 24
- Identificar-se, identificar a Unidade, fornecer o nome do doente
- Acompanhar o doente à Sala de Isolamento.
- A parte administrativa deverá notificar a Área de Instalações e Equipamentos que deverá promover as medidas para a completa limpeza e desinfeção do posto de trabalho e possíveis locais de contacto.

Uma vez chegado a Sala de Isolamento, o procedimento a adotar é o seguinte:

- Entregar o Kit individual.

O doente deverá seguir as instruções que estão disponíveis:

- Verificar a Temperatura e tomar um comprimido de PARACETAMOL 1000mg, caso se confirme a febre.
- Contactar a Linha Saúde24 (808 24 24 24).
- Ligar para a Linha e fornecer os dados que lhe serão solicitados.
- Deverá fazer novo contacto para a parte administrativa quando sair da sala, de forma a que possam ser desencadeados os procedimentos de limpeza.
- Desde o momento em que entra na SI o doente deverá apenas sair da sala para seguir as instruções da Linha Saúde (deslocar-se para casa ou entidade de saúde, evitando circular nas instalações para além do percurso necessário).

Sintomas	E	Critérios
✓ Infecção respiratória aguda/dificuldade respiratória; ✓ Febre ✓ Tosse Requerendo ou não de hospitalização		História de viagem para áreas com transmissão por COVID-19 nos 14 dias anteriores ao início de sintomas;  Ou  Contacto com caso confirmado ou provável de infecção por 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.

**No caso de serem detectados alguns destes sintomas em casa, ou no caso de ter de ficar como cuidador de algum familiar, deverá:**

- Contactar a Linha Saúde24 (808 24 24 24), e seguir as indicações.
- Informar a empresa

## 8.5. POPULAÇÃO COM COVID-19

Não obstante a aplicação das normas entretanto propostas pela Direcção-Geral da Saúde, considera-se que, a partir do momento em que ocorram casos notificados com COVID-19, será necessário equacionar as seguintes medidas:

- O Director do Grupo JAJA dará indicação para aqueles que se encontrem a desempenhar funções com maior risco de contágio passem a utilizar máscaras. Estas serão distribuídas pelo Grupo JAJA..
- Salvo novas indicações da DGS, entende-se que aqueles que efetuam o atendimento ao público são os que incorrem em maior risco de contágio.
- O GRUPO JAJA dará indicação para que sejam aplicadas as medidas de desinfeção das mãos à entrada dos edifícios.
- O GRUPO JAJA poderá dar indicações no sentido de nos postos de trabalho do setor técnico-administrativo em que isso seja possível as funções e tarefas associadas sejam executadas através de teletrabalho.

O Director do GRUPO JAJA poderá dar indicações para que se adotem medidas restritivas no sentido de evitar a formação de grandes ajuntamentos no interior das instalações, nomeadamente no que respeita a atividades científico-culturais, festas da Associação de Estudantes, entre outros eventos.

O trabalhador (caso suspeito de Covid-19), já na área de “isolamento”, contacta a linha SNS 24 - 808 24 24 24.

O trabalhador deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida – máscara cirúrgica contemplada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.

Após avaliação, o SNS 24 informa o trabalhador:

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

#### 8.6. CASO SUSPEITO NÃO VALIDADO

Este fica encerrado como caso por COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. Sendo aplicados os procedimentos habituais, incluindo de limpeza e desinfeção e desativadas as medidas do Plano de Contingência

#### 8.7. CASO SUSPEITO VALIDADO

Se se tratar de caso suspeito de Covid-19, o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico da DGS, para validação da suspeita. Desta validação os procedimentos devem ser os seguintes;

- i) A pessoa deverá permanecer na área de “isolamento” até à chegada da equipa do INEM;
- ii) O acesso à área de “isolamento” é restrito aos trabalhadores designados para prestar assistência;
- iii) O dirigente, ou interlocutor designado, da unidade local colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos da pessoa Caso Suspeito Validado;
- iv) O dirigente, ou interlocutor designado, da unidade local informa o Grupo Coordenador do Grupo JAJA;
- v) A Chefe do Departamento de Recursos Humanos informa os restantes trabalhadores do Grupo JAJA, da existência de Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais;

- vi) A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local;
- vii) Autoridade de Saúde Local informa o GRUPO JAJA dos resultados dos testes laboratoriais e:

**Na situação de Caso confirmado o GRUPO JAJA deve:**

- a) Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”
- b) Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas, dando especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho da pessoa confirmada;
- c) Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico que, após ser fechado deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- d) A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas no GRUPO JAJA sobre o estado de saúde dos contactos próximos da pessoa.

**Contacto próximo**

Considera-se “contacto próximo”, uma pessoa que apesar de não apresentar sintomas no momento, tenha estado em contacto com um caso confirmado de COVID-19, sendo que o tipo de exposição do “contacto próximo” é que determina o tipo de vigilância.

- a) O “contacto próximo” com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

“Alto risco de exposição”

- Alguém do mesmo posto de trabalho do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado;
- Quem esteve com o caso confirmado em espaço fechado;
- Quem tenha partilhado com o caso confirmado loiça, toalhas ou outros objetos ou equipamentos.

“Baixo risco de exposição” (casual)

- Quem teve contacto esporádico com o caso confirmado;
- Aqueles que tenham prestado assistência ao caso confirmado, desde que tenham seguido as medidas de prevenção.

- b) A vigilância de contactos próximos deve ser efetuada da seguinte forma:

“Alto risco de exposição”

- 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.

“Baixo risco de exposição”

- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;

- Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.

## 8.8. PROCEDIMENTOS INTERNOS

Para garantir a saúde e bem-estar dos trabalhadores, clientes e visitantes, bem como prestadores de serviços, é necessário estabelecer os seguintes procedimentos internos:

- Qualquer pessoa com sintomas ou quem a identifique informa o respetivo superior hierárquico (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para respetiva área de “isolamento”;
- O superior hierárquico, deve reportar de imediato, via e-mail para o grupo coordenador.
- Comunicar aos familiares da pessoa com sintomas, recorrendo à lista de contactos do Caso Suspeito previamente elaborada;
- A pessoa/Caso suspeito já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24), o qual deve usar máscara cirúrgica, por si colocada e devidamente à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face;
- Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída;
- O profissional de saúde do SNS 24 questiona a pessoa com sintomas e após avaliação, informa:
  - Não se tratando de caso suspeito de COVID-19 - define os procedimentos adequados à situação clínica da pessoa;
  - Tratando-se de caso suspeito de COVID-19 - Da validação do SNS, pode resultar;
  - Caso Suspeito Não Validado - fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à sua situação clínica. Este informa o seu dirigente da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho.
  - Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
- O Grupo Coordenador reporta o Caso Suspeito Validado ao Diretor do GRUPO JAJA

## 8.9. INFORMAÇÃO AOS FORNECEDORES

Os motoristas que efetuam entrega de materiais nas instalações do GRUPO JAJA deverão permanecer na cabine, o maior tempo possível;

No caso de ser necessário abandonar a cabine deverão estar equipados com máscaras de proteção e luvas;

As entradas nas instalações do GRUPO JAJA estão condicionadas até ordem da Direção.

## 9. DISPOSIÇÕES FINAIS

O presente Plano de Contingência aplica-se, igualmente, a trabalhadores que pertencem a outros organismos/entidades, mas que exercem as suas funções em espaços partilhados dentro das instalações do Grupo JAJA;

A decisão de encerramento do Serviço é definida pela Direção, após adequada avaliação epidemiológica do risco de transmissão da doença por parte das autoridades de saúde locais, com a verificação da existência de diagnósticos confirmados;

Quando os trabalhadores não possam comparecer ao trabalho por motivos de doença ou por assistência a filho, neto ou membro do agregado familiar, nos termos gerais, essas ausências seguem o regime previsto na lei para essas eventualidades;

Quando os trabalhadores não possam comparecer ao trabalho por motivo de isolamento profilático e quando não seja possível assegurar o recurso a mecanismos alternativos de prestação de trabalho, nomeadamente o teletrabalho ou programas de formação à distância, as ausências ao serviço, independentemente da respetiva duração, têm os efeitos das faltas por motivo de isolamento profilático, previstas no Despacho n.º 2875-A/2020 (em anexo).

Todos os trabalhadores que não estejam doentes, não tenham familiares doentes e desconheçam que tenham estado em contacto com o vírus deverão apresentar-se ao serviço devendo, contudo, tomar precauções e adotar comportamentos recomendados em matéria de autoproteção;

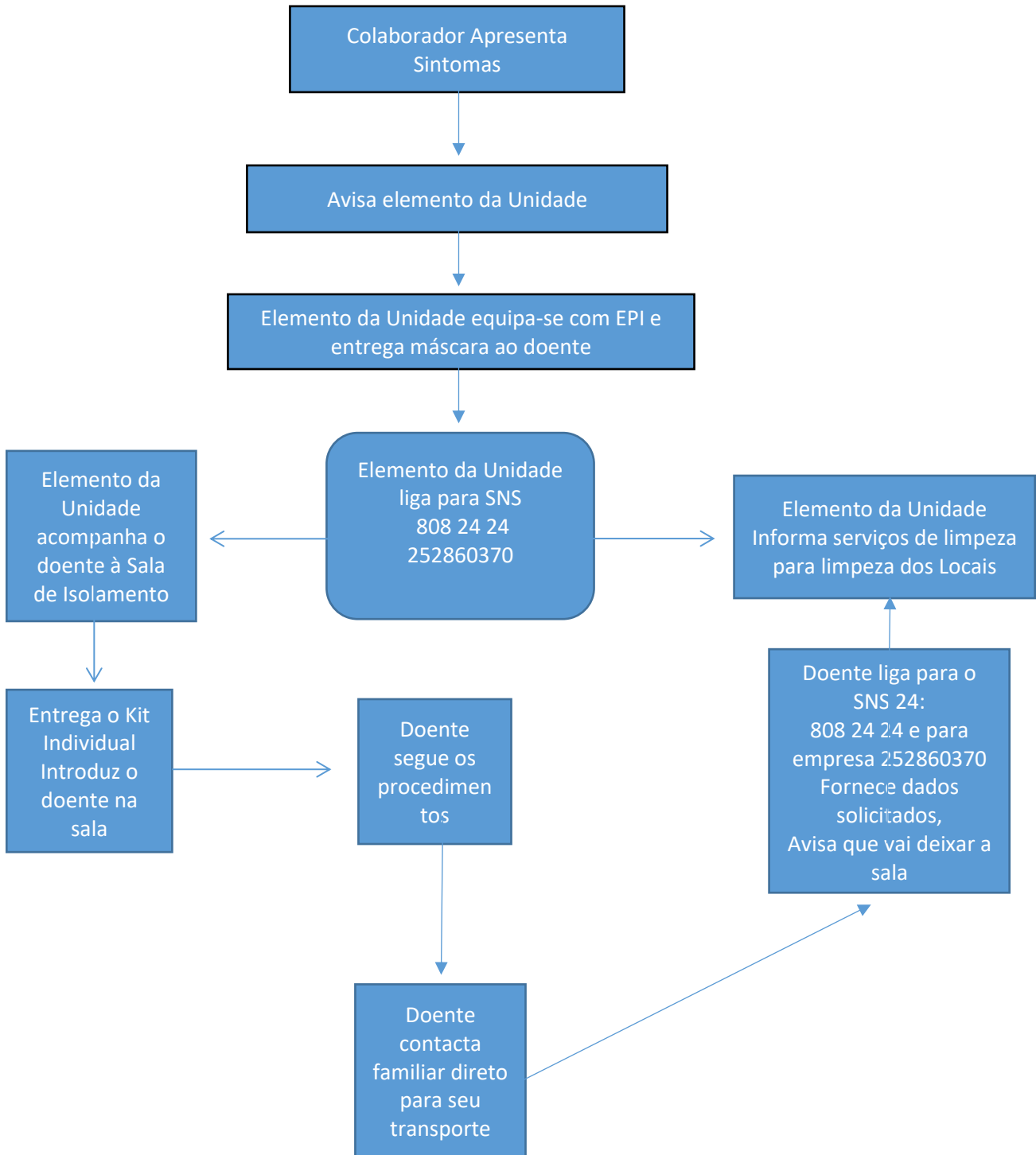
Os trabalhadores que, por qualquer motivo se tenham deslocado ao estrangeiro deverão comunicar ao superior hierárquico, com especial cuidado na prevenção do contágio, nos 14 dias seguintes ao seu regresso.

## 10. PLANO DE COMUNICAÇÃO

O Presente Plano será divulgado a todos os clientes, fornecedores e colaboradores do GRUPO JAJA pelos canais habituais.

O GRUPO JAJA disponibilizará no seu site com informação específica sobre esta matéria, assim como as atualizações que se vierem a verificar.

## 11. FLUXOGRAMA DE PROCEDIMENTOS



## 12. CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

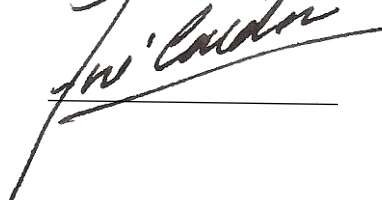
- SNS 24: **808 24 24 24**
- Medica Medicina do Trabalho: Dr. António Almeida: **252 637 825**
- Manter-se actualizado com as informações da DGS: <https://covid19.min-saude.pt/>

Data

12.03.2020

A Administração

JAJA - GESTÃO E INVESTIMENTOS  
ADMINISTRAÇÃO





# Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



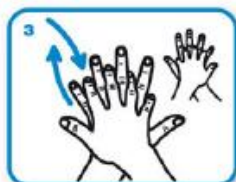
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



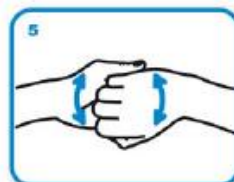
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



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



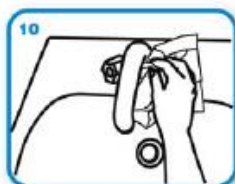
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



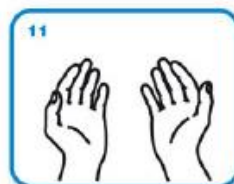
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.