



Câmara Municipal de Felgueiras

PLANO DE CONTINGÊNCIA INSTALAÇÕES DESPORTIVAS MUNICIPAIS

CAMPOS DE FUTEBOL

COURT DE TÊNIS

ESTÁDIOS

ESPAÇO DE RECREAÇÃO E LASER

PAVILHÕES DESPORTIVOS

PÍSCINAS

PISTA DE ATLÉTISMO

POLIDESPORTIVOS

SKATES PARQUE

Registo de Alterações

Edição	Entrada em Vigor	Motivo
1.0	01/07/2020	Orientação da DGS nº 30/2020 de 12 de junho
2.0	10/11/2020	Orientação da DGS n. 36/2020 de 04 de setembro
3.0	22/04/2022	Situação de Alerta – decreto lei nº 30-E/2022

1.Introdução

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 de um mercado de peixe, mariscos vivos e aves na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. A 9 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram um novo vírus da família dos coronavírus (2019-nCoV) como agente causador da doença. A sequenciação genómica do novo vírus foi feita em tempo recorde e partilhada a nível internacional. A transmissão pessoa-a-pessoa, através de gotículas está confirmada, mas é necessária mais evidência para melhor avaliar a extensão e mecanismos deste modo de transmissão. A fonte da infeção é ainda desconhecida e pode estar ativa. O reservatório e a história natural da doença, continuam em investigação. De acordo com diversas autoridades de saúde internacionais, o impacto potencial de epidemia por SARS-CoV-2 é elevado, sendo expectável a propagação global do vírus. Por isso mesmo, o Diretor-Geral da Organização Mundial de Saúde declarou, a 30 de janeiro de 2020, a doença por novo coronavírus como uma Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional.

A 11 de março de 2020, a COVID-19 foi considerada uma Pandemia pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

Apesar do conhecimento atualmente disponível em relação a características do SARSCoV-2 nomeadamente o seu comportamento patogénico, potencial de transmissibilidade e outros fatores determinantes não estar completo, é útil considerar, para efeitos de implementação de medidas, uma analogia entre a atual pandemia por SARS-CoV-2 e a gripe pandémica. Apesar de desafiantes, estas características tornam ainda mais premente o planeamento estruturado para diferentes cenários nesta emergência de saúde pública.

A situação epidemiológica causada pela pandemia da doença Covid-19 tem verificado uma evolução positiva em Portugal. Com efeito, embora o índice de transmissibilidade se mantenha consideravelmente elevado, regista-se uma tendência e um número de internamentos em enfermaria e em unidades de cuidados intensivos estáveis, num contexto de elevada cobertura vacinal, quer ao nível do esquema primário quer do esquema de

reforço, de emergência de novos fármacos para a doença grave e de maior conhecimento sobre a infeção.

2. Ativação do Plano

O Plano é ativado pelo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Felgueiras, com o apoio técnico do Grupo de Trabalho.

A desativação do Plano de Contingência é da responsabilidade do Senhor Presidente da Câmara Municipal de Felgueiras, em articulação com o Grupo de Trabalho.

3. Objetivos do Plano

O presente Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto de uma situação de SARS-CoV-2/COVID-19 prevenindo a mesma, contendo a pandemia, de forma a mitigar o contágio e propagação da mesma.

Foram estabelecidos os seguintes objetivos:

- Promover a informação, medidas e comportamentos a adotar de todos os utilizadores;
- Agir com rigor no cumprimento de normas, diretivas, procedimentos para dificultar ao máximo a transmissão do vírus como a redução do número de casos de doença;
- Fixação de regras de proteção da saúde individual e coletiva dos cidadãos;
- Avaliar continuamente a situação através da criação de um Grupo de Trabalho (GT), rever normas, procedimentos e processos e incorporar as medidas corretivas;
- Preparar um plano de comunicação;
- Assegurar uma resposta coordenada com as outras instituições, nomeadamente as de saúde, envolvidas na resposta à epidemia.

Este Plano não prevê ações de cuidados médicos dos utilizadores que venham a ficar infetadas com o vírus. Nesta situação os utilizadores deverão recorrer às entidades de prestação de cuidados de saúde, dando prioridade ao contacto com a linha SNS 24 (808 24 24 24), cumprindo as recomendações formuladas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e cooperando sempre com as autoridades de saúde.

4.Âmbito de aplicação

O Plano de Contingência das Instalações Desportivas Municipais (Estádios, Campos de Futebol, Pavilhões, Polidesportivos, Piscinas, Pista de Atletismo, Court de Ténis, Skates Parque e Espaços de Recreação e Lazer) estabelece e prevê um conjunto de procedimentos quanto à ocupação, permanência e distanciamento físico, no âmbito da prevenção e controlo da infeção.

Estabelece e define orientações específicas que permitam um regresso à prática da atividade física, aos treinos e competições em segurança, bem como atividade física, minimizando o risco de transmissão do SARS-CoV-2.

O Plano de Contingência será revisto e atualizado sempre que existirem novas orientações formuladas pelas entidades nacionais de saúde, nomeadamente pela Direção Geral de Saúde (DGS), e entra em vigor imediatamente após aprovação do Presidente da Câmara Municipal de Felgueiras.

5.Operacionalização do Plano de Contingência

5.1.Constituição de Grupo de Trabalho

Unidade Orgânica	Efetivo	Suplente
Serviços de Desporto	Dr.ª Tânia Sousa	Dr. Franclim Guimarães
Coordenadores PC-CMF	Dr.ª Carla Ribeiro	Dr. Fábio Guimarães
Departamento Técnico	Eng. Armindo	Eng. Barros

5.2.Competências Grupo Trabalho (GT)

Compete ao GT:

- Definir a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- Promover ações de sensibilização no âmbito da implementação do Plano;
- Coordenar a atuação global;
- Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano;
- Obter e consolidar informação atualizada;
- Define o Plano de distribuição de equipamentos de proteção individual;
- Divulga informação sobre medidas de autoproteção, higiene, etiqueta respiratória e comportamental no sentido de evitar contágios;
- Identifica os possíveis espaços destinados a isolamento;

6.Determinantes da Epidemia

6.1.Epidemiologia da Infecção

A definição apresentada, baseada no ECDC, é decorrente da informação disponível à data.

Definição de Caso suspeito

Doente com infecção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa¹, nos 14 dias antes do início de sintomas; OU – Doente com infecção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infecção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas; OU – Doente com infecção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

6.2.Transmissão da Infecção

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

8

6.3.Medidas Preventivas

A perspetiva de ocorrência de uma epidemia da infecção por Covid-19 a curto prazo obrigou à definição de estratégias:

- Capacitação dos colaboradores através de informação atempada sobre as principais medidas de proteção individual e de condutas em caso de infecção;
- Reforço da comunicação interna e externa;
- Articulação estreita com o grupo de trabalho;
- Disponibilização de solução de base alcoólica (SABA);
- Colocar uma proteção em acrílico no balcão da receção e no balcão de acesso aos balneários.

Existem algumas medidas que ajudam a prevenir a infecção por Covid-19 e que devem ser adotadas por todos, tais como:

Etiqueta respiratória:

- Tossir ou espirrar levando o rosto à parte interna do antebraço;
- Utilizar um lenço de papel ou o braço, nunca com as mãos,
- Deitar o lenço de papel no lixo,
- Lavar as mãos pelo menos durante 20 segundos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

Reforçar as medidas de higiene:

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão pelo menos 20 segundos ou com uma solução de base alcoólica.
- Evitar contacto próximo com doentes com infeções respiratórias.

Fazer autovigilância de sintomas e abstenção social em caso de doença.

Distanciamento Social.

6.4. Medidas de Proteção

Circuito (s) e Área de “isolamento”

Assim que são detetados os sintomas pelo utilizador, este deve deslocar-se ao local definido nas piscinas. Deve informar o colaborador e dirigir-se para a área de isolamento.

Na deslocação do utilizador, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível nas instalações desportivas.

A área de “isolamento” tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com outros utentes do espaço.

A área encontra-se devidamente equipada com:

- Cadeira (para descanso e conforto do utente, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- Caixote de resíduos;
- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) (disponível no interior da área);
- Termómetro.

KIT ao dispor do utente “doente” composto por:

- Água e alguns alimentos não perecíveis;
- Toalhetes de papel;

- Máscara (s);
- Luvas descartáveis;

Nesta área, ou próxima desta, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com Sintomas/Caso Suspeito.

A Área de “isolamento” é:

Estádio Dr. Machado de Matos - Gabinete médico

Estádio Sr. do Amparo - Gabinete médico

Campo de Futebol de Airões - Escritório

Campo de Futebol de Regilde - Gabinete médico

Zona Desportiva de Felgueiras – Gabinete médico

Complexo Desportivo da Lixa - Gabinete médico

Complexo Desportivo de Torrados – Gabinete médico

Pavilhão Desportivo de Idães – Gabinete médico Pavilhão

Desportivo de Moutelas – Balneário Pavilhão Desportivo de Torrados – Gabinete médico

Piscinas Municipais de Felgueiras, Lixa e Idães - Gabinete médico

10

A higienização da sala de isolamento após caso suspeito será feita por colaboradores devidamente formados pelos coordenadores do grupo de trabalho e terão que utilizar os seguintes equipamentos:

- Fato-macaco descartável contra riscos biológicos ou bata descartável;
- Luvas;
- Máscara;
- Óculos;
- Desinfetante.

Este material encontra-se disponível nos Serviços de Higiene e Segurança do Trabalho e será fornecido sempre que necessário.

Utilização de Máscaras

- O seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos:

- a) Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
- b) Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
- c) Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
- d) Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
- e) Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;
- f) A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
- g) A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;
- h) Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

Considerando a publicação da Orientação n.º 019/2020, de 03 de abril de 2020, a utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) deve ser responsável e adequada à atividade profissional e ao risco de exposição.

Considerando a evolução epidemiológica atual da COVID-19, é declarada o estado de alerta, o decreto lei nº30-E/2022 de 21 de Abril, considera que a utilização de máscara, pode agora ser objeto de um novo enquadramento, continuando a assegurar a proporcionalidade das medidas restritivas às circunstâncias da infeção que se verificam em cada momento, independentemente da necessidade da sua modelação futura, designadamente, em função da sazonalidade, sendo que segundo as características desta instituição a utilização de máscara passa a ser opcional.

7. Higienização das Instalações

A limpeza e higienização dos espaços e superfícies de maior contato assumem particular importância no âmbito das medidas de proteção a adotar para minimizar os riscos de contágio pelo COVID-19.

Durante a realização das tarefas de limpeza e higienização das instalações existentes nas Piscinas, os trabalhadores da equipa de limpeza devem:

Na limpeza e desinfecção das superfícies ambientais:

- Ter presente que a limpeza húmida é sempre preferível, à limpeza a seco;
- Não usar aspirador nas tarefas de limpeza;
- Cumprir a limpeza dupla de pisos e superfícies adotando os seguintes procedimentos:
 - ✓ Limpar as superfícies de cima para baixo e no sentido das áreas mais limpas para as mais sujas;
 - ✓ Usar panos de limpeza de uso único, diferentes e exclusivos para a área do quarto e para as casas de banho;
 - ✓ Na limpeza usar detergentes de uso comum;
 - ✓ Na desinfecção usar desinfetantes com ação virucida ou lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre ex. (50 mililitros de lixívia + 4,950 litros de água);
 - ✓ Na limpeza e desinfecção rápidas de superfícies de toque frequente, usar desinfetantes com ação virucida ou lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre (50 mililitros de lixívia + 4,950 litros de água).

12

Na limpeza e desinfecção de superfícies interiores:

Perante a presença de sangue, secreções respiratórias ou outros líquidos orgânicos:

- Absorver os líquidos com papel absorvente;
- Aplicar a lixívia diluída em água, na proporção de uma medida de lixívia, para 9 medidas iguais de água;
- Deixar atuar durante 10 minutos;
- Passar o local com água e detergente;
- Enxaguar só com água quente e deixar secar ao ar;
- Abrir as janelas para ventilação dos espaços.

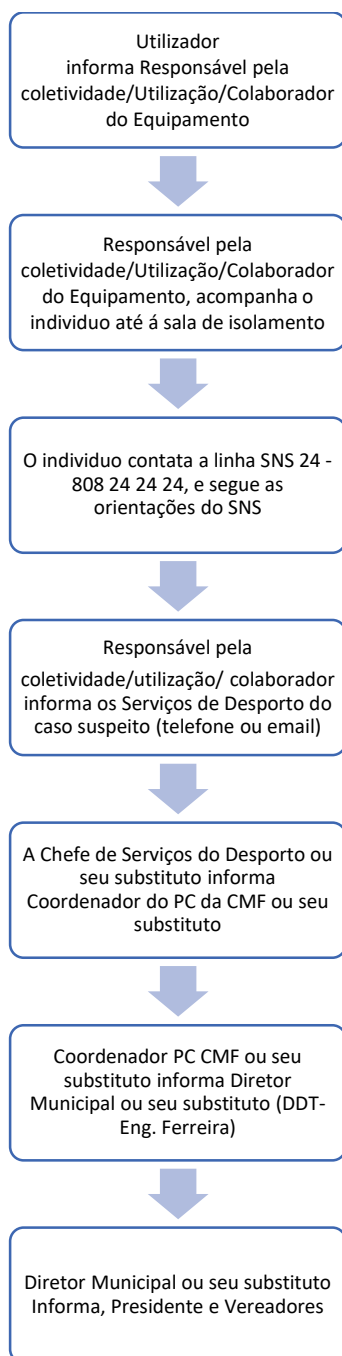
Na lavagem das sanitas:

- Aplicar o produto que tem a função de detergente e desinfetante em simultâneo, no interior e exterior da sanita;
- Deixar atuar o produto durante 10 minutos para que faça o efeito desejado;
- Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- Descarregar a água com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- Colocar o piaçaba a escorrer;
- Lavar e desinfetar o suporte do piaçaba;
- Com outro pano limpo de uso único, lavar a parte externa da sanita, começando pelo tampo (o menos sujo), seguindo-se a parte de cima da sanita e todas as partes exteriores com o mesmo detergente/desinfetante;
- Passar depois só com água quente e deixar secar;
- Lavar o chão das instalações;
- Abrir as janelas da área e deixar secar ao ar.

Outras medidas adicionais:

- Limpeza e desinfecção de superfícies laváveis não porosas, no início do dia, antes e após cada utilização, com recurso a agentes adequados, de todos os equipamentos considerados críticos, ou seja, equipamentos de utilização por várias pessoas (tais como equipamentos ergómetros, máquinas de resistência, pesos livres e similares).
- Será realizada limpeza várias vezes ao dia, das superfícies e objetos de utilização comuns e de maior contato;
- Nos blocos balneários e instalações sanitárias comuns será realizada uma limpeza/desinfecção de 1 em 1 hora;
- Encontram-se disponíveis caixotes do lixo com pedal na entrada da piscina e na zona dos balneários de forma a poderem descartar as máscaras.

8. Procedimento em caso suspeito e fluxo de informação



9. Monitorização do Plano

A monitorização do Plano, é realizada pela Chefe de Serviços do Desporto, sendo esta responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência, centralizar a informação, e reportar dados ao Grupo de Trabalho, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

As coletividades desportivas que utilizam estas instalações, devem elaborar um Plano de Contingência próprio, nos termos do presente Plano de Contingência e remeter o mesmo para os Serviços de Desporto, sendo da sua inteira responsabilidade e competência a implementação e monitorização, bem como aquisição e disponibilização dos materiais/produtos necessários para cumprir o disposto no mesmo.

Acresce ainda a obrigatoriedade das coletividades remeterem mensalmente, até máximo do 5º dia útil do mês seguinte, para o endereço: desporto@cm-felgueiras.pt, a listagem de presenças de utilizadores das instalações desportivas.

10. Bibliografia

- <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0302020-de-29052020-pdf.aspx>
- <https://covid19.min-saude.pt/>
- Orientação n.º 014/2020 da DGS de 21 de março
- Resolução Conselho Ministros nº25-A/2022
- Decreto-lei nº 30-E/2022
- RCM 41-A/2022