



Versão 07  
12/11/2020

# Plano de Contingência

Coronavírus SARS-CoV-2,  
Agente causal da (COVID19)

## RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议



Quando espirrar ou tossir,  
tape o nariz e a boca com  
lenço de papel ou com o  
antebraço

When coughing or sneezing,  
cover your mouth and nose  
with tissue paper or with  
your forearm

咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或  
者手臂掩住嘴巴和鼻子



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

Wash your hands frequently  
with soap and water or an  
alcohol-based solution

经常用肥皂水或含酒精的  
溶液洗手



Evite contacto próximo  
com pessoas com infeção  
respiratória

Avoid close contact with  
people suffering from  
respiratory infections

避免与有呼吸道感染的患  
者密切接触

## ÍNDICE

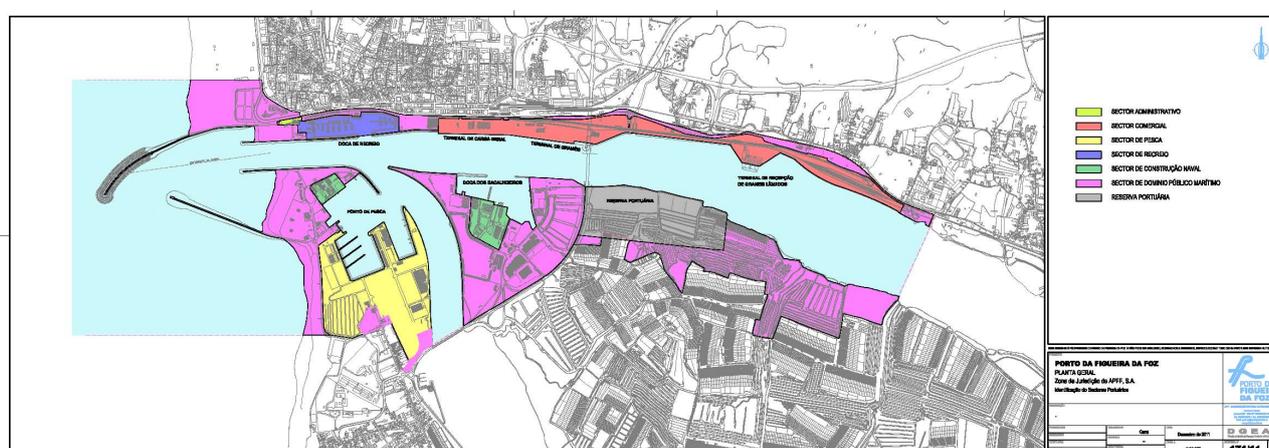
1. BREVE DESCRIÇÃO DO PORTO DA FIGUEIRA DA FOZ
2. INTRODUÇÃO
3. INFORMAÇÃO
4. OBJETIVO
5. ÂMBITO
6. DESCRIÇÃO
  - 6.1. DEFENIR RESPONSABILIDADES
  - 6.2. IDENTIFICAR OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SEUS CONTATOS
  - 6.3. ADQUIRIR E DISPONIBILIZAR EQUIPAMENTOS E PRODUTOS
7. INFORMAR E FORMAR OS TRABALHADORES
8. CASO SUSPEITO
  - 8.1. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO
  - 8.2. DEFINIÇÃO DE “CONTATO PRÓXIMO”
  - 8.3 ABORDAGEM DE UM CASO SUSPEITO
9. PROCEDIMENTOS A ADOPTAR
10. CRONOGRAMA DE IMPLEMENTAÇÃO DE MEDIDAS PREVENTIVAS COVID-19

## ANEXOS

- I. RISCOS E MEDIDAS PREVENTIVAS
- II LISTA DE CONTATOS
- III ORIENTAÇÃO DA DGS N.º005/2020 DE 26.02.2020 E ORIENTAÇÃO N.º006/2020 DE 26.02.2020
- IV PLANTAS COM LOCALIZAÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO
- V PROCEDIMENTO DE ATUAÇÃO PARA OS COLABORADORES QUE ACOMPANHAM E PRESTAM ASSISTÊNCIA AOS TRABALHADORES COM SINTOMAS
- VI PROCEDIMENTOS ALTERNATIVOS QUE PERMITEM GARANTIR O NORMAL FUNCIONAMENTO DE CADA SERVIÇO
- VII IDENTIFICAÇÃO DE EVENTOS E ATIVIDADES QUE PODERÃO SER SUJEITOS A SUSPENÇÃO/ REDUÇÃO
- VIII IDENTIFICAÇÃO DOS SERVIÇOS E ESPAÇOS QUE PODERÃO SER SUJEITOS A SUSPENÇÃO DE FUNCIONAMENTO
- IX. INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DE MÁSCARA, LUVAS DESCARTÁVEIS E ÓCULOS.
- X. CONTATOS DOS OPIP'S E DO OPP
- XI. IDENTIFICAÇÃO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI) PARA OS PILOTOS
- XII. MEDIDAS A ADOTAR NO REGRESSO GRADUAL PÓS-CONFINAMENTO
- XIII. REFEITÓRIO, HORÁRIO E MEDIDAS PREVENTIVAS

## 1.0 BREVE DESCRIÇÃO DO PORTO DA FIGUEIRA DA FOZ

O Porto da Figueira da Foz é um porto multifuncional, servindo a economia da Região Centro desempenhando um papel primordial no serviço dos diversos sectores da indústria do seu hinterland, dispendo de 4 terminais Especializados, 1 porto de Recreio e 1 estaleiro de construção e reparação naval.



O Porto da Figueira da Foz tem vários terminais a nomear:

- **TERMINAL DE CARGA GERAL:**  
Dispõe de 462 metros de cais e 3,5 ha de terraplenos, funciona como terminal polivalente do porto.
- **TERMINAL DE GRANÉIS SÓLIDOS:**  
Dispõe de 420 metros de cais e 4 ha de terraplenos, funciona como terminal polivalente e integra parque de contentores.
- **TERMINAL DE GRANÉIS LÍQUIDOS:**  
Terminal com 1 posto de Acostagem. As suas instalações, localizadas a montante da Ponte Edgar Cardoso, são exploradas pela empresa ASFALCENTRO.
- **PORTO DE PESCA COSTEIRA:**

Este sector oferece um conjunto de infraestruturas dedicadas à descarga, armazenagem e comercialização de pescado para os comerciantes locais.

A lota e a fábrica de gelo encontram-se concessionadas à empresa Docapesca, Portos e Lotas, S.A..

- **PORTO DE RECREIO**

Situado na margem norte, disponibiliza passadiços de atracação e outros serviços para embarcações de recreio, subdivididos pelas docas de nascente e poente.

- **ESTALEIRO NAVAIS DO MONDEGO**

Situado na Doca dos Bacalhoeiros, desenvolve as atividades de construção e reparação naval.

O Porto da Figueira da Foz opera 365 dias por ano, disponibilizando serviços tais como: pilotagem, reboque e amarração, controlo de acessos e vigilância, água potável; combate a acidentes/ poluição.

## 2.0 INTRODUÇÃO

O presente Plano de Continência no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus SARS-CoV -2, agente causal da COVID19, é elaborado no seguimento do Despacho n.º2836-A/2020 de 2 de março dos Gabinetes das Ministras da Modernização do Estado e da Administração Pública, do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social e da Saúde que ordena aos empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde.

## 3.0 INFORMAÇÃO

Em 30 de janeiro de 2020, o surto do novo coronavírus (20CoV) que decorre na China foi declarado ESPAI pelo Diretor-Geral da Organização Mundial de Saúde (OMS).

A 11 de fevereiro, a OMS atribuiu um nome à doença causada pelo 2019-nCoV, que passa a designar-se COVID-19 (Coronavirus Disease – 2019).

### CORONAVÍRUS/ COVID-19

Os coronavírus são um grupo de vírus conhecidos desde meados dos anos 1960, a maioria são uma causa comum de infeções respiratórias brandas a moderadas de curta duração.

O novo coronavírus, intitulado 2019-nCoV ou COVID-19, foi identificado pela primeira vez em seres humanos em janeiro de 2020 na China, tendo causado um surto na cidade de Wuhan.

**NOVO | NEW | 新型 冠状病毒**  
**CORONAVÍRUS 2019 nCoV**

## TRANSMISSÃO DE CORONAVÍRUS/ COVID-19

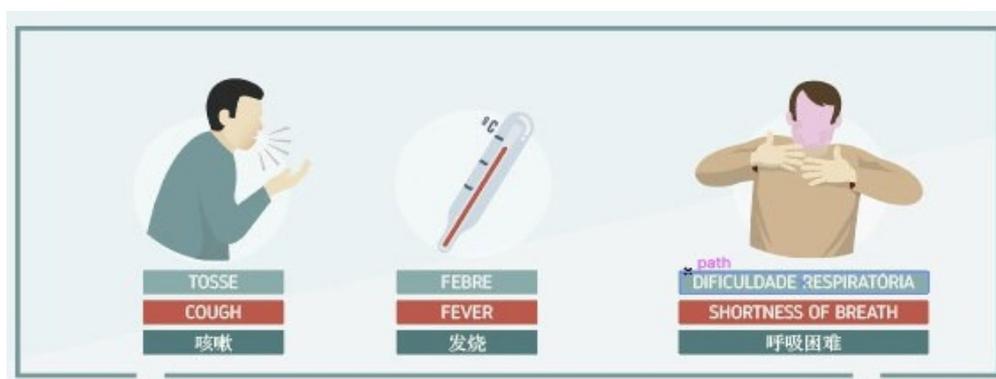
Para já, a transmissão pessoa a pessoa está confirmada através de:  
 gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra) – p.e. tosse, espirro ou fala;  
 pelo contacto direto com secreções infecciosas – p.e. contacto das mãos com superfície ou objeto com o coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz e olhos);  
 por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

Contudo, a fonte da infeção é ainda desconhecida, estando em investigação.  
 Pensa-se que a transmissão se pode realizar durante o período de incubação (até 14 dias após o contágio) e durante a manifestação dos sintomas.

## SINTOMAS DE INFEÇÃO CORONAVÍRUS/ COVID-19

A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como infeção respiratória aguda:

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



## DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

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

(in Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção geral de Saúde)

## DEFINIÇÃO DE “CONTACTO PRÓXIMO”

Trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um Caso Confirmado de COVID-19:

**Alto risco de exposição** Trabalhador do mesmo posto de trabalho (até 2 m do caso confirmado) ou espaço fechado  
Trabalhador que esteve em contato com Caso Confirmado.  
Trabalhador que partilhou objetos e/ou equipamentos contaminado com Caso Confirmado.

**Baixo risco de exposição** Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado 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).

## 4.0 OBJETIVO

Dar resposta a um cenário de caso suspeito de infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19) na Administração do Porto da Figueira da Foz de acordo com as orientações técnicas da DGS (n.º 006/2020 de 26/02/2020 e n.º 005/2020 de 26/02/2020).

## 5.0 ÂMBITO

Aplica-se a todos os colaboradores internos, externos, fornecedores e visitas com suspeita de doença por Coronavírus.

Nos navios e instalações portuárias são seguidos os procedimentos do Plano de Contingência de Saúde Pública em conformidade com o Regulamento Sanitário Internacional 2005 (RSI) e a Orientação da DGS n.º005/2020 de 26/02/2020.

## 6.0 DESCRIÇÃO

### 6.1 DEFINIR RESPONSABILIDADES

Estabelecer que:

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

Sempre que for reportada uma situação de Trabalhador com sintomas, a chefia direta do trabalhador e informa de imediato o Coordenador do Plano de Contingência e o Conselho de Administração.

## 6.2 IDENTIFICAR OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE E SEUS CONTATOS

Ter disponível na empresa, em local acessível, os contatos do Serviço de Saúde do Trabalho e, do médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde dos trabalhadores da empresa.

## 6.3 ADQUIRIR E DISPONIBILIZAR EQUIPAMENTOS E PRODUTOS

Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sites estratégicos ( ex. zona de refeições, registo biométrico, área de isolamento da empresa) conjuntamente com informação sobre procedimentos de higienização das mãos.

Máscaras cirúrgicas para utilização do Trabalhador com sintomas (caso suspeito)

Mascaras P2/P3 e luvas descartáveis , óculos e fatos tyvec, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao trabalhador com sintomas. (caso suspeito)

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

Dotar as salas de isolamento com contentores de resíduos com abertura não manual e saco plástico, telefone, cadeira ou marquesa, kit com água e alguns alimentos não perecíveis, solução antisséptica de base alcoólica (SABA) disponível no interior e na entrada desta área, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis e termómetro.

Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex baldes, cabos), **assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que um Caso seja Confirmado na empresa.**

Não dever ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis.

## 7.0 INFORMAR E FORMAR OS TRABALHADORES

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os trabalhadores.

- Esclarecer todos os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.
- In(formar) os trabalhadores quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa.

## 8.0 CASO SUSPEITO

### 8.1 DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

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

(in Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção geral de Saúde)

### 8.2 DEFINIÇÃO DE “CONTATO PRÓXIMO”

Trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um Caso Confirmado de COVID-19:

**Alto risco de exposição**

Trabalhador do mesmo posto de trabalho (até 2 m do caso confirmado) ou espaço fechado Trabalhador que esteve em contacto com Caso Confirmado.

Trabalhador que partilhou objetos e/ou equipamentos contaminado com Caso Confirmado.

Baixo risco de exposição

Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado 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).

### 8.3 ABORDAGEM DE UM CASO SUSPEITO

Na presença de uma pessoa com sintomas de caso suspeito a chefia deve informar o Coordenador do Plano de Contingência e solicitar aos colaboradores designados o acompanhamento da pessoa para a zona/área de isolamento e dá conhecimento de imediato à Administração.

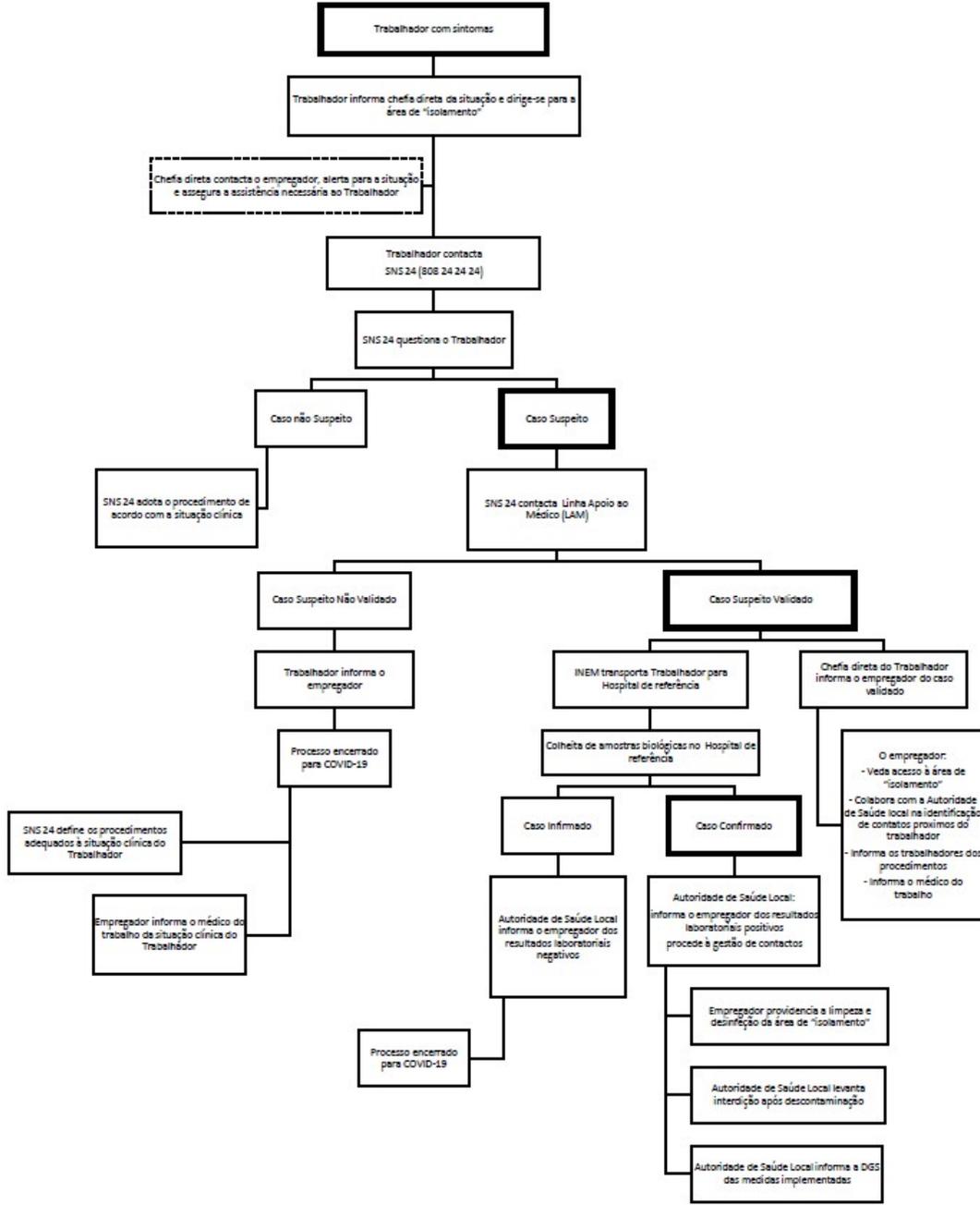
É seguido o fluxograma de situação com sintomas de COVID-19 numa empresa. (ANEXO I da Orientação da DGS n.º 006 de 26/02/2020).

A Zona de isolamento terá de ter no seu interior um kit de EPIs (luvas e máscara cirúrgicas), termómetro, sistema de desinfeção alcoólica das mãos, telefone, água potável e alimentos não perecíveis. O trabalhador deve desinfetar as mãos, calçar as luvas, e colocar a máscara.

O trabalhador deve contactar o SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as orientações do Serviço de Saúde. Dada a possibilidade de ser questionada a sua identificação deve ser portador de dados de identificação em mão.

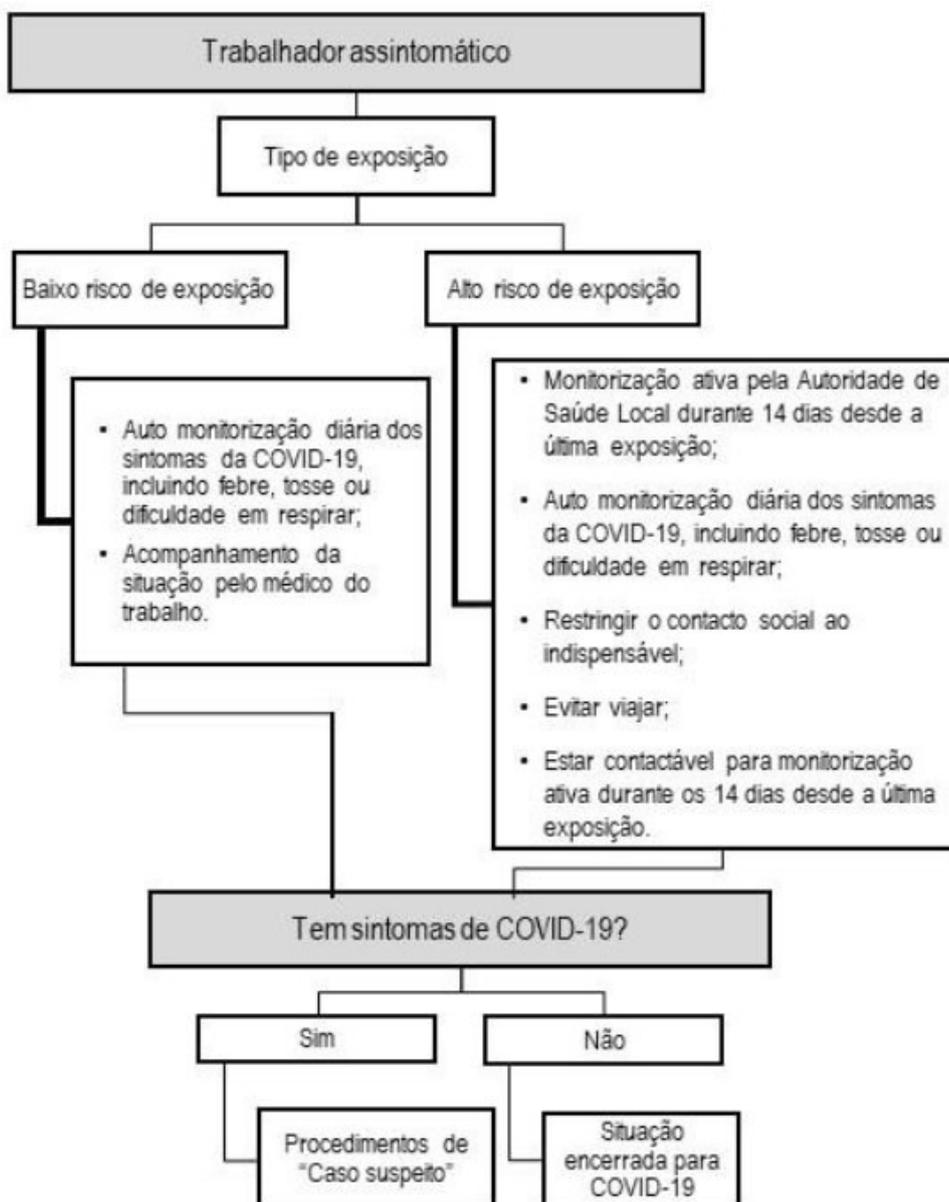
Nas instalações portuárias e nos navios são seguidos os procedimentos de acordo com a Orientação da DGS n.º 005 de 26/02/2020. (ver anexo II)

### Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa



(ANEXO I da Orientação da DGS n.º 006 de 26/02/2020).

**Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 (trabalhador)**



(ANEXO II da Orientação da DGS n.º 006 de 26/02/2020).

## 9.0 PROCEDIMENTOS A ADOPTAR

Situação	Instruções
<p>Empresa/ Organização/ Serviços de Saúde Ocupacional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- disponibilizar recursos (locais de isolamento, materiais e equipamentos de proteção individual, contentores para recolha de material eventualmente contaminado e proceder à gestão de eliminação de resíduos, etc.);</li> <li>- garantir que a comunicação interna entre trabalhador, chefia e empregador de caso suspeito e/ou com sintomas é efetuado com a máxima celeridade possível;</li> <li>- definir equipa que deverão prestar assistência a trabalhadores com dificuldade locomotora (se aplicável);</li> <li>- colaborar com a Autoridade de Saúde Local;</li> <li>- identificar, listar e classificar os “Contactos Próximos”;</li> <li>- proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).</li> </ul>
<p>Utente/ Colaboradores</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cumprimento de <b>“Regras Básicas de Higiene Geral”</b> e <b>“Regras Básicas de Higiene Pessoal e Comportamental”</b>;</li> <li>- evitar contato próximo com doentes com infeções respiratórias;</li> <li>- evitar contato desprotegido com animais selvagens ou de quinta;</li> <li>- usar máscara e óculos de proteção, luvas e fato tipo tyvek em situações de possível contágio e informar a empresa;</li> <li>- efetuar a auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li> </ul>

- restringir as viagens às estritamente necessárias;
  - suspender viagens para locais considerados de risco;
  - usar máscara de proteção e luvas em situações de suspeita de eventual contágio;
  - para viajantes regressados das áreas afetadas e/ou com suspeita de contágio, durante ou após a viagem:
    - a) devem ligar **808 24 24 24** (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas;
    - b) ficar em casa (14 dias de preferência);
    - c) restringir o contacto com outras pessoas;
    - d) informar de forma não presencial a entidade patronal/chefia;
    - e) proceder à desinfeção de todas as zonas de contacto;
    - f) efetuar a auto monitorização diária (2 vezes ao dia) dos sintomas da COVID- 19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar e o respetivo registo;
    - g) estar contactável para que se proceda à monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição.
- Utente /  
Colaborador  
viajante

Situação	Instruções
Utente/ Colaborador com sintomas ou caso suspeito:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ficar em casa (p.e., não se dirigir às instalações da empresa ou hospital ou centro de saúde);</li> <li>- restringir o contacto com outras pessoas;</li> <li>- usar máscara cirúrgica;</li> <li>- contactar a <b>Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24</b> e o Serviço de Saúde Ocupacional;</li> <li>- seguir as indicações da <b>Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24</b>;</li> <li>- informar a entidade patronal/ chefia de forma não presencial da situação de ausência ao trabalho/ baixa médica, por forma a que a empresa possa dar seguimento as todas as obrigações;</li> <li>- reforçar com o cumprimento de “<b>Regras Básicas de Higiene Pessoal e Comportamental</b>” e “<b>Regras Básicas de Higiene Pessoal e Comportamental</b>” ;</li> <li>- proceder à desinfeção de todas as zonas de contacto;</li> <li>- efetuar a auto monitorização diária (2 vezes ao dia) dos sintomas da COVID- 19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar e o respetivo registo;</li> <li>- estar contactável para que se proceda à monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição.</li> </ul>

## 10.0 CRONOGRAMA DE IMPLEMENTAÇÃO DE MEDIDAS PREVENTIVAS COVID-19

### 1ª Fase (imediato)

- Colocação e manutenção de dispositivos de desinfeção alcoólica em áreas críticas.
- Informação geral de etiqueta social, higienização de mãos (poster, panfletos, televisão, comunicação...)
- Formação específica do plano de contingência a chefias e socorristas (formação em sala)
- Implementação de programa de controlo de início de trabalho após férias ou trabalho no estrangeiro e altas após baixas médicas.
- Implementação de áreas de Isolamento.
- Kit com água e alguns mantimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica – SABA (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscaras cirúrgicas; luvas descartáveis; termómetro.

### 2ª Fase (após 1º Caso Suspeito)

- Ativar plano de limpeza extraordinário com desinfeção de maçanetas, corrimões..., a nível geral na empresa e desinfeção do posto de trabalho.

### 3ª Fase (por orientação DGS ou 1º caso confirmado)

- Redefinir áreas de entrada na Empresa de forma a permitir o controlo de todos os colaboradores/visitas.
- Disponibilizar máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, P2, viseira, termómetro IV.
- Controlar temperatura por IV na entrada e saída de todos os colaboradores e visitas na Empresa
- Cumprir fluxograma para casos suspeitos.



# **Anexo I**

Riscos e medidas preventivas

## Riscos

## Medidas Preventivas



Contaminação  
Biológica

**Organizacionais:**

- definir quais as atividades imprescindíveis para a laboração da empresa;
- determinar quais os recursos imprescindíveis;
- definir quais os trabalhadores necessários e se necessário averiguar a possibilidade de reforçar equipas de trabalhadores para garantir as atividades imprescindíveis para a laboração da empresa;
- identificar os grupos de trabalhadores com maior risco de infeção (atendimento ao público, trabalhadores que prestam cuidados de saúde, trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa ou que estejam em contacto com pessoas provenientes desses países);
- organizar tarefas de modo a minimizar a transmissão: teletrabalho; teleconferências, etc.;
- organizar recursos (definir locais de isolamento, adquirir materiais e equipamentos de proteção para trabalhadores com maior risco de infeção, adquirir contentores para recolha de material eventualmente contaminado e proceder à gestão de eliminação de resíduos, etc.);
- informar e sensibilizar os trabalhadores para o cumprimento de Regras Básicas de Higiene Pessoal e Comportamental, bem como diretrizes de como proceder;
- definir plano para reforço de Higienização Geral dos locais de trabalho;
- definir circuito para que trabalhador se dirija para área de isolamento;

**Regras Básicas de Higienização Gerais:**

- higienização frequente dos diferentes locais de trabalho e utilização comum;
- ventilação e arejamento adequado e frequente dos locais de trabalho (de preferência natural);
- reforço de limpeza e higienização de superfícies de contacto como maçanetas de portas, rádios portáteis, microfones, etc.;

**Regras Básicas de Higiene Pessoal e Comportamental:**

- higienização das mãos (lavar as mãos) com maior frequência, seguindo as regras de lavagem de mãos e utilizar toalhetes descartáveis ou solução antisséptica de base alcoólica sempre que possível;
- evitar contactos directos com outros trabalhadores (apertos de mãos, cumprimentos);
- não espirrar e tossir na direcção de colegas (“etiqueta respiratória”);
- utilizar máscaras em caso de suspeita de contágio ou desintomas;
- utilizar equipamento de proteção individual (máscaras respiratórias, luvas, óculos e fato de proteção) sempre que exposto a situações de risco de contágio elevado, seguindo regras de utilização do equipamento;
- evitar deslocações para locais considerados de risco;
- assegurar a distância de segurança (superior a 1m) de casos suspeitos ou infetado.



# **Anexo II**

Lista de contatos

## LISTA DE CONTATOS

LINHA DE SAÚDE 24	808 24 24 24
COORDENADOR PLANO DE CONTINGÊNCIA APFF	969 516 083
MÉDICO TRABALHO	937 554 780
SANIDADE MARÍTIMA	233 401 377

## CONTACTO DOS COLABORADORES QUE ACOMPANHAM / PRESTAM ASSISTÊNCIA AO TRABALHADOR COM SINTOMAS

Joaquim Sotto Maior	969 516 083
António Conceição Roque	969 243 799

## N.º DE TELEFONE DA ÁREA DE ISOLAMENTO

Edifício Polivalente	233 402 922
----------------------	-------------



# Anexo III

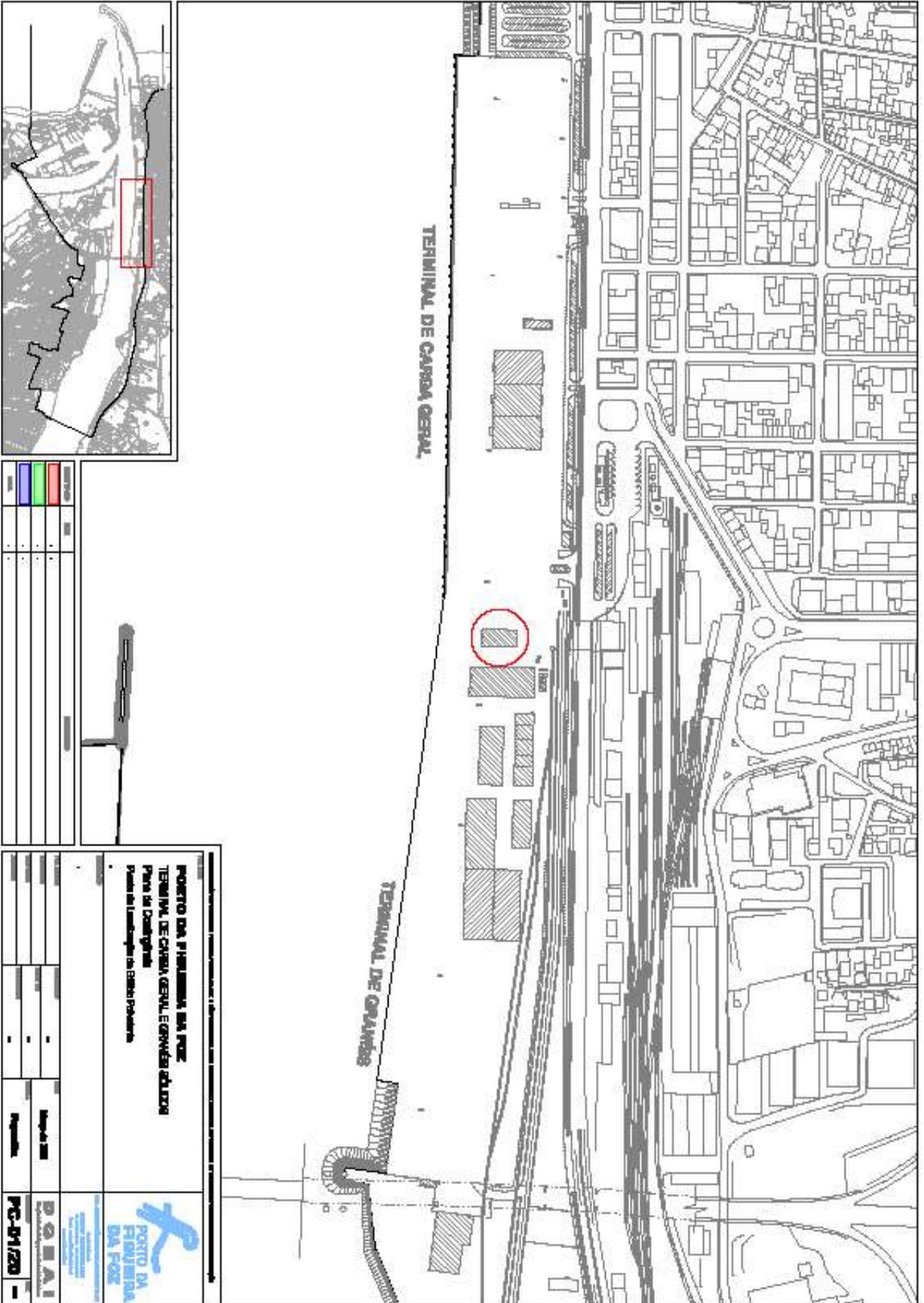
Orientação da Direção-Geral  
de Saúde n.º 006/2020,  
de 26.02

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0062020-de-26022020-pdf.aspx>



# Anexo IV

Plantas com localização  
da área de Isolamento



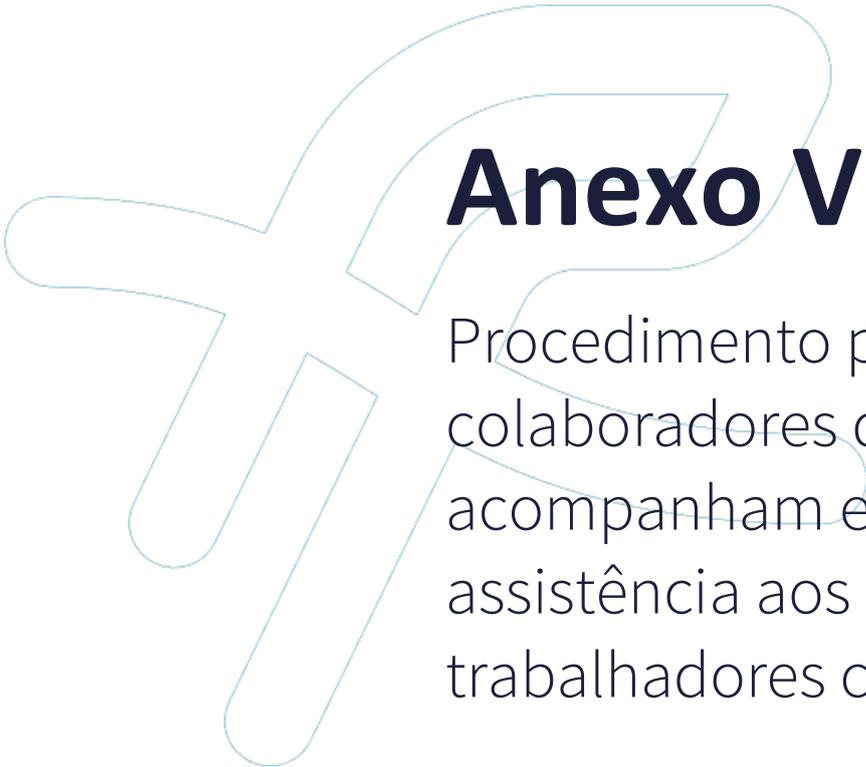

**PORTO DA PRAIA DA BAIA DO POZE**  
**TERMINAL DE CARGA GERAL E SERVIÇOS DE CARGA**  
 Plano de Localização do Empreendimento

Porto da Praia da Baía do Poze

**PORTO DA PRAIA DA BAIA DO POZE**  
 Engenharia

**PC-01/200**





# Anexo V

Procedimento para os colaboradores que acompanham e prestam assistência aos trabalhadores com sintomas

## OBJECTIVO

Estabelecer o procedimento de atuação para os trabalhadores que acompanham/prestam assistência ao Trabalhador com sintomas por forma a garantir o cumprimento da orientação da Direção Geral de Saúde n.º 006/2020, de 26.02.2020.

Áreas de Isolamento: Têm como finalidade evitar ou restringir o contato 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.

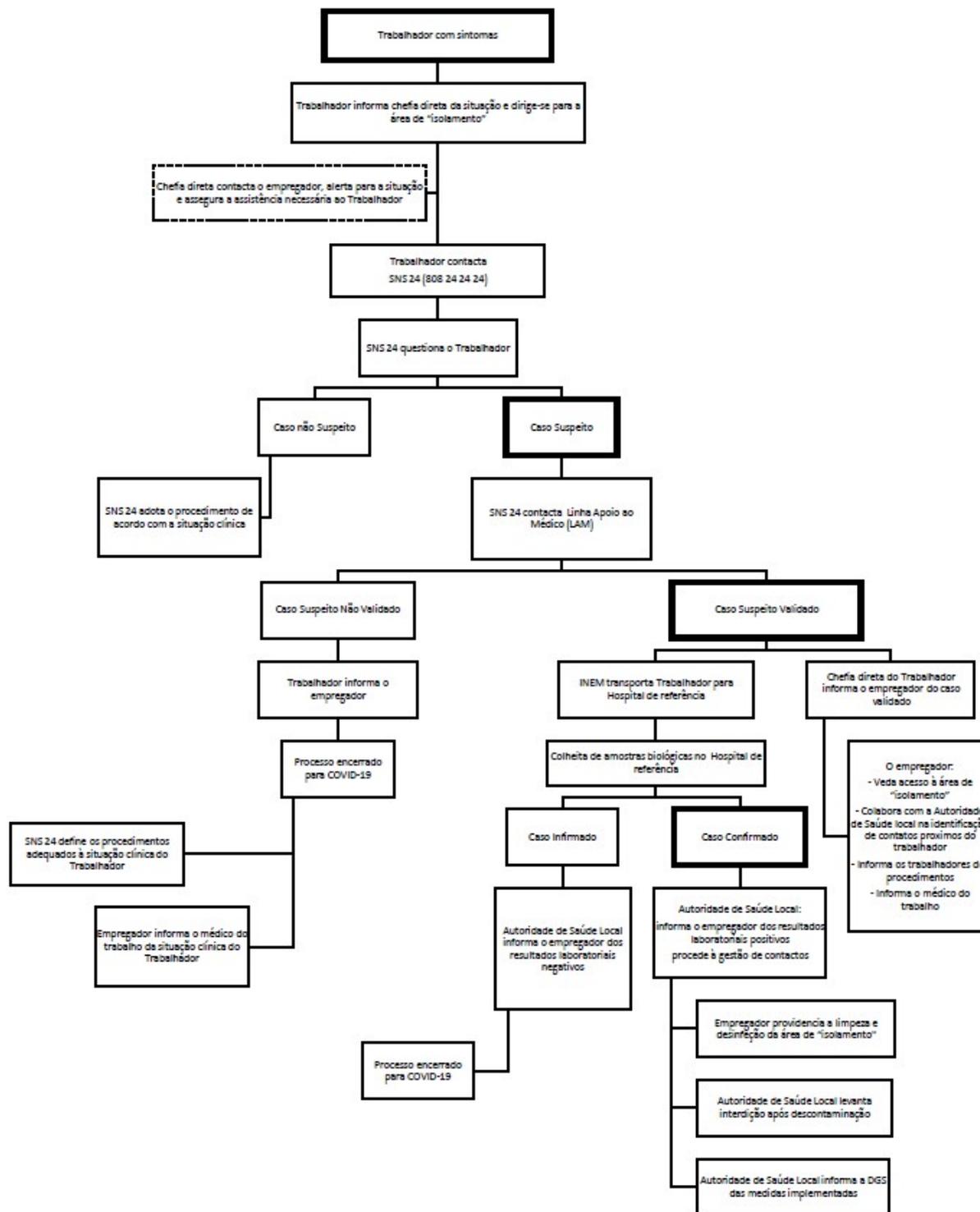
Está definida 1 área de isolamento em conformidade com Planta de Localização (Anexo IV do Plano de Contingência a nomear:

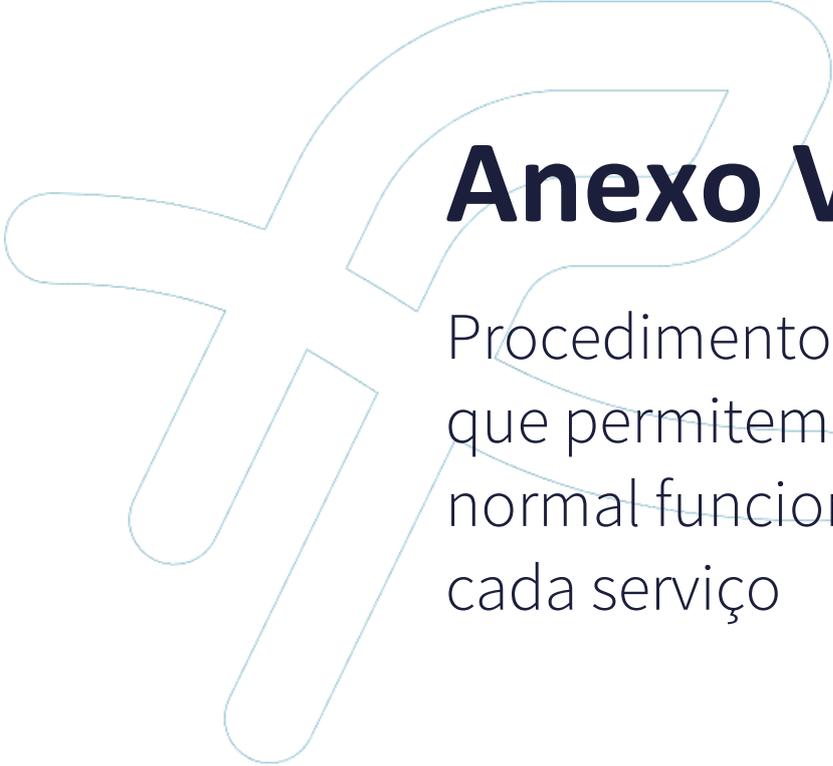
- Terminal de Granéis Sólido: Edifício novo Polivalente (Chaves nos Serviços de Exploração da APFF, S.A. no Terminal de Carga Geral)

### Procedimento de atuação a seguir após solicitação de acompanhamento de trabalhador com sintomas de doença (COVID-1) ao local de isolamento.

1. Levantar KIT de proteção no edifício sede, composto por fato TYVEC, máscara de proteção P2, luvas descartáveis e óculos de proteção.
2. Envergar os EPI's.
3. Certificar-se que o trabalhador com sintomas de doença tem envergada a máscara cirúrgica.
4. Levantar chave da área de isolamento em conformidade com localização definida no Plano de Contingência.
5. Acompanha o trabalhador com sintomas até à área de isolamento correspondente evitando passar por áreas com concentração de pessoas.
6. Mantém afastamento de segurança de 1 metro de Trabalhador com sintomas e abre a porta da sala de isolamento correspondente.
7. Não entra na sala, mantendo-se fora do edifício, fazendo vigilância/assistência ao trabalhador com sintomas.
8. O Trabalhador com sintomas na sala de isolamento deverá envergar os EPI's existentes na sala e proceder ao contato com o SNS 24 (808 24 24 24). As máscaras, lenços e luvas descartáveis usadas deverão ser depositados no caixote existente na sala com identificação de resíduos biológicos.
9. É seguido o fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 (Anexo I da Orientação da DGS n.º 006 de 26/02/2020).

## Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa





# Anexo VI

Procedimentos alternativos  
que permitem garantir o  
normal funcionamento de  
cada serviço

Serviços	Procedimentos Alternativos
Conselho de Administração	Teletrabalho
Administrativos	Teletrabalho
Pilotagem	Inter-Portos e/ou reformados
Marítimos	Inter-Portos e/ou reformados
Serviço de Coordenação Portuária	Serviços Mínimos (1 pessoa por serviço) e/ou reformados
Infraestruturas	Serviços Mínimos (1 pessoa por serviço) e/ou reformados
Segurança	Teletrabalho e/ou Serviços Mínimos (1 pessoa por serviço)
Refeitório e Bares	Refeitório do edifício polivalente a funcionar apenas nos horários 12.00-13.00 hrs e 20.00-21.00 hrs.

Operadores Portuários (YILPORT)	Procedimentos Alternativos
Trabalhadores portuários (YILPORT)	Reforço medidas e equipamentos de protecção individual
	Colocado contentor na área operacional para depósito de equipamentos descartáveis
	Colocado desinfectante para mãos na área operacional
	Redução pessoal no terminal para minimização de contágio
	Sensibilização e consciencialização do pessoal para os cuidados a observar no período pandémico



## CORONAVÍRUS COVID-19

### *Plano de Contingência Cais Comercial da Figueira da Foz*

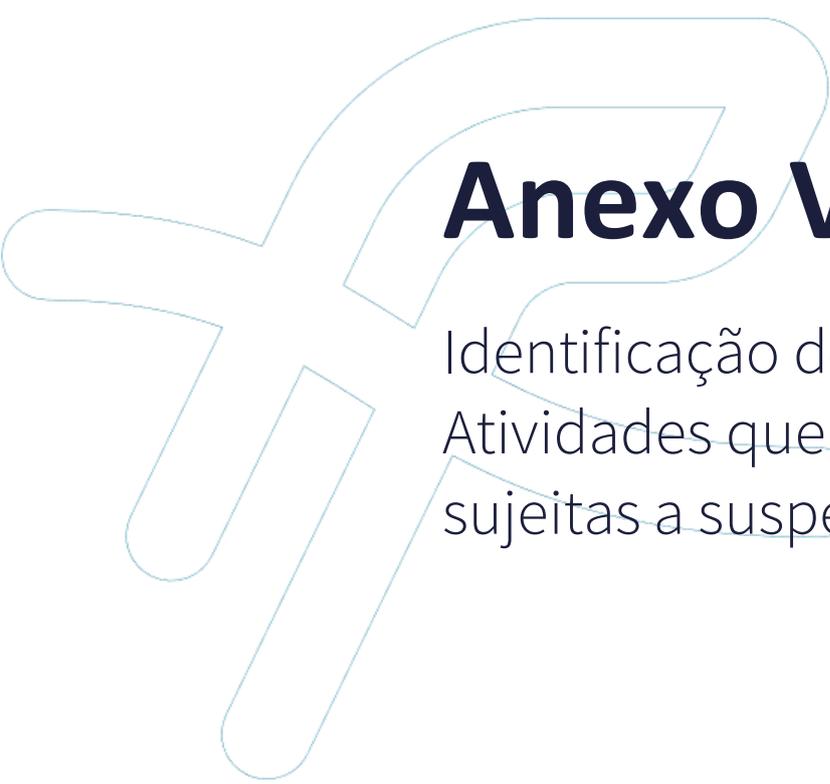
#### **Instruções para procedimento de cargas e descargas no Cais Comercial da Figueira da Foz:**

1. Este plano é válido para todos os motoristas que necessitem de efectuar qualquer operação de carga ou descarga no Cais comercial da Figueira da Foz
2. Os motoristas têm de estar providos, nas suas viaturas, com meios de protecção de forma a evitar o contágio (luvas descartáveis e máscara)
3. Os motoristas só poderão sair das suas viaturas para execução de tarefas da sua responsabilidade e de carácter imprescindível (e só nas áreas designadas pelas chefias da Operfoz), e, ao fazê-lo, deverão estar munidos de máscara e luvas descartáveis assim como ser mantida distância de segurança para com outras pessoas dentro do cais;
4. Os motoristas deverão permanecer no interior do respectivo veículo todo o tempo em que estão dentro da área portuária excepto para fazer face ao descrito no ponto anterior;
5. Os motoristas, logo que termine a operação de carga ou descarga, deverão, de imediato, obviar esforços para saírem da área portuária no menor espaço de tempo possível.
6. Todos os contactos pessoais devem ser minimizados
7. A circulação de papéis deverá ser evitada ao máximo, ficando, ao dispor, o e-mail dos serviços operacionais como alternativa – [cais@operfoz.pt](mailto:cais@operfoz.pt)
8. A entrega de guias/documentos em papel, caso seja necessário, deverá ser feita através da caixa deixada na parte exterior do escritório da Operfoz.
9. É expressamente proibida qualquer tipo de reunião de motoristas no cais, seja para que efeito for;
10. Os almoços nos espaços "públicos" e anteriormente designados para o efeito, estão suspensos. Aconselha-se que os almoços ocorram em sítios alternativos, como a própria viatura ou o ar livre de forma a evitar aglomerados;
11. Caso se verifique o incumprimento destas normas preventivas, irá ser reportada à Autoridade Portuária, podendo ser decretada inibição de entrada nas instalações portuárias;

Agradecemos desde já a V/ melhor atenção e colaboração.

Figueira da Foz, 19 de Março de 2020

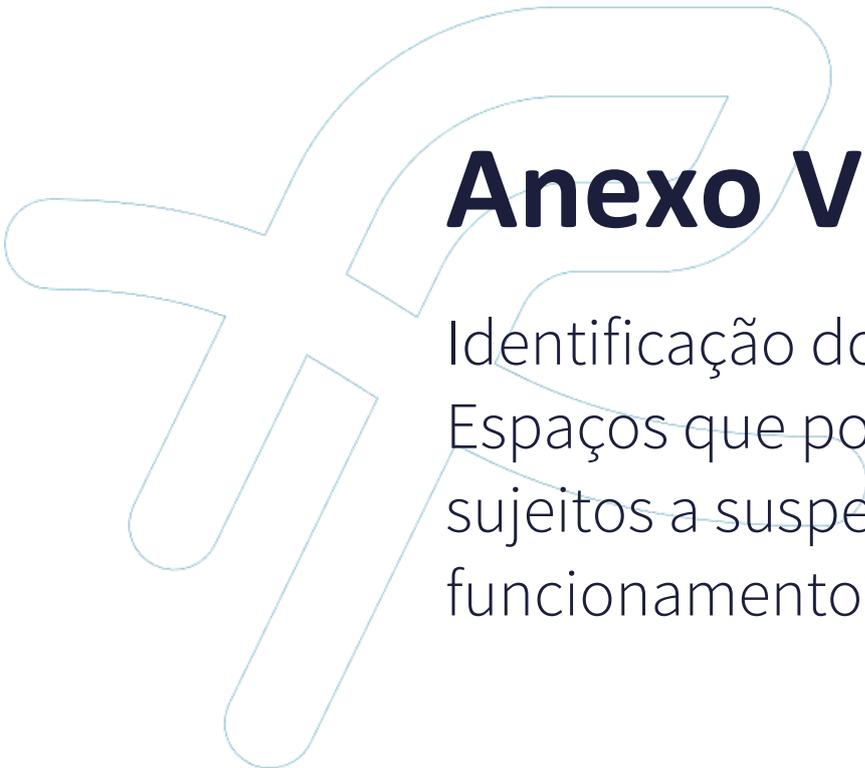
Com os melhores cumprimentos,



# Anexo VII

Identificação de Eventos e Atividades que poderão ser sujeitas a suspensão/ redução

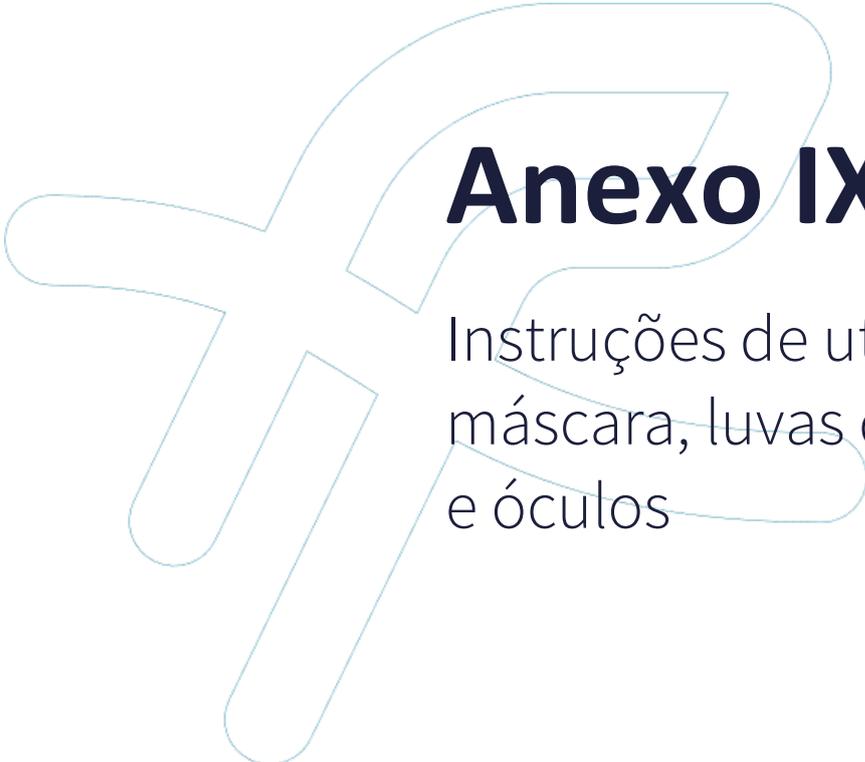
- I. Visitas ao Porto
- II. Viagens nacionais e internacionais
- III. Reuniões de Trabalho internas e externas
- IV. Presença em eventos (feiras, colóquios, ...)



# Anexo VIII

Identificação dos Serviços e Espaços que poderão ser sujeitos a suspensão de funcionamento

- I. Refeitório e Bares
- II. Serviços de atendimento ao público (Tesouraria e Gestão Dominial)



# Anexo IX

Instruções de utilização de  
máscara, luvas descartáveis  
e óculos

Utilizar equipamento de proteção individual (máscaras respiratórias, luvas, óculos e fato de proteção) sempre que exposto a situações de riscos.

### MÁSCARA RESPIRATÓRIA (EX. TIPO CIRÚRGICA)

- Lave e desinfete as mãos;
- Coloque a máscara cuidadosamente de forma a cobrir a boca e nariz, começando pelo queixo, e ajuste de forma segura para minimizar os espaços entre a face a máscara;
- Em utilização, evite tocar na máscara;
- Substitua a máscara por uma limpa e seca, assim que esta esteja húmida, espirre ou tussa;
- Não reutilize máscaras;
- Remova a máscara pelas fitas ou elásticos, sem tocar na parte da frente. Desate ou rebente os laços inferiores, seguidamente os laços superiores ou elásticos;
- Após cada utilização, coloque imediatamente a máscara num saco plástico, feche-o no coloque-o no contentor apropriado;
- Lave e desinfete as mãos.



1. Coloque o lado colorido para fora (lado branco para dentro) e o lado com a banda flexível para cima. Ate as fitas no 1.º pescoço e 2.º a meio da cabeça ou coloque os elásticos à volta das orelhas



2. Adapte a banda flexível à ponte do nariz.

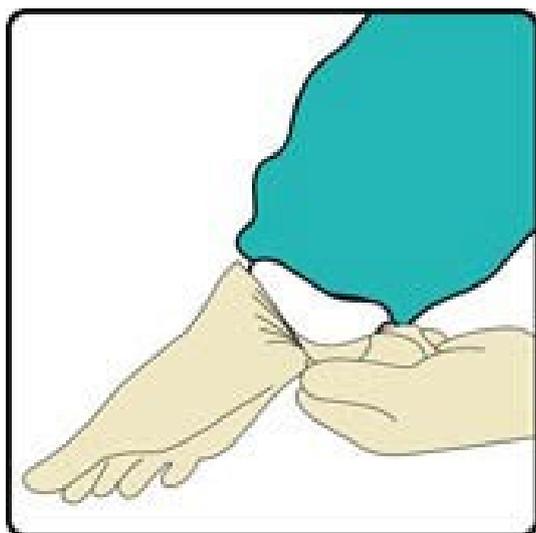


3. Ajuste confortavelmente à face e sob o queixo.



4. Remova a máscara pelas fitas ou elásticos, sem tocar na parte da frente.

## RESPIRATÓRIA DESCARTÁVEL (COM OU SEM FILTRO)

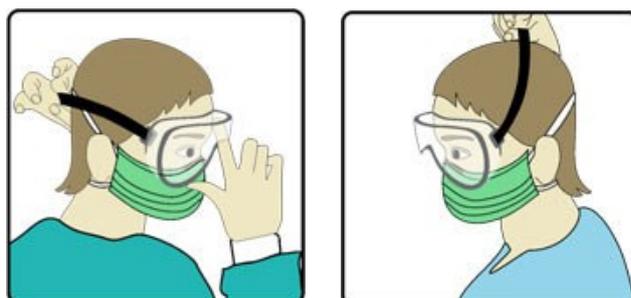


## LUVAS DESCARTÁVEIS (COLOCAÇÃO E UTILIZAÇÃO DE LUVAS)

- Lave e desinfete as mãos;
- Coloque as luvas sobre o punho;
- Retire as luvas enrolando-as de forma a que a parte exposta fique para dentro e coloque-as no contentor apropriado;
- Lave e desinfete as mãos.

## ÓCULOS DE PROTEÇÃO

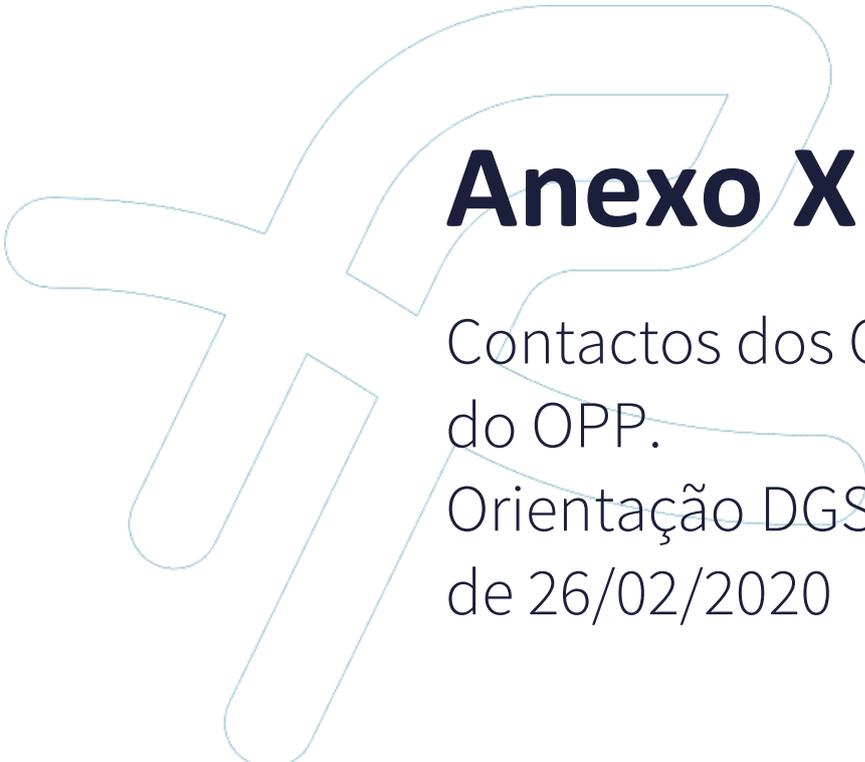
- Lave e desinfete as mãos;
- Coloque a proteção ocular;
- Garanta que as proteções laterais se encontram em contacto com a pele



- Remova proteção ocular pelas hastes ou elástico.
- Lave e desinfete as mãos.

**ATENÇÃO:**

Eliminar os equipamentos de proteção individual descartável para contentores específicos e adequados para a eliminação do tipo de resíduo ou proceder à desinfecção do equipamento de proteção não descartável, tendo em consideração o tipo de resíduo.



# Anexo X

Contactos dos OPIP's e  
do OPP.

Orientação DGS n.º 005  
de 26/02/2020

## OBJETIVO

Identificar os contactos previstos em conformidade com a orientação da Direção-Geral de Saúde nº 006/2020 de 26.02.2020 – Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19).

Procedimento para postos e viajantes por via marítima, para casos suspeitos nas instalações portuárias do Porto da Figueira da Foz.

Em conformidade com o estipulado na orientação da DGS nº 005 de 26/02/2020, qualquer elemento da comunidade portuária que identifique uma pessoa que se enquadre na definição de caso suspeito de infeção por 2019-nCoV nas instalações portuárias, deve contactar a chefia.

A chefia informa o oficial de proteção da instalação portuária (OPIP) correspondente.

O OPIP contacta o oficial de protecção do porto (OPP)

O OPP contacta a Autoridade de Saúde.

## CONTATOS

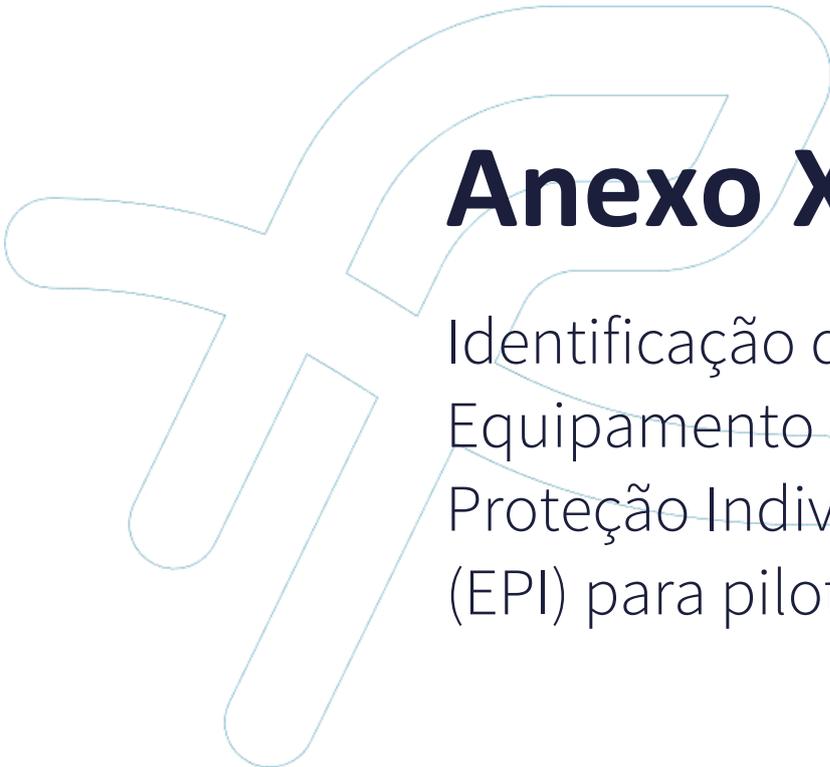
### Oficial de proteção do Porto da Figueira da Foz

Joaquim Sotto Maior	969 516 083 233 402 910	APFF, S.A.
---------------------	----------------------------	------------

### Oficiais de Proteção das Instalações Portuárias

Joaquim Sotto Maior	969 516 083 233 402 910	APFF, S.A.
---------------------	----------------------------	------------

António Roque	969 243 799 233 402 922	APFF, S.A.
---------------	----------------------------	------------



# Anexo XI

Identificação de  
Equipamento de  
Proteção Individual  
(EPI) para pilotos

## OBJETIVO

IDENTIFICAR O EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI) A SER UTILIZADO PELOS PILOTOS NA ENTRADA A BORDO EM CONFORMIDADE COM A DETERMINAÇÃO DA AUTORIDADE DE SAÚDE: IMPLEMENTAÇÃO DE MEDIDAS TEMPORÁRIAS DE CONTENÇÃO A NÍVEL DOS PORTOS COM TRÁFEGO INTERNACIONAL (17.03.2020).

## MEDIDAS PREVENTIVAS / EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI'S)

### ESTAÇÃO DE PILOTOS

SEGUIR AS RECOMENDAÇÕES DA DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE.

MANTER O DISTANCIAMENTO DE DOIS METROS. NA SALA DE OPERAÇÕES

RECOMENDADO MANTER NO CACIFO VESTUÁRIO / SAPATOS SEGURANÇA EPI'S (NÃO LEVAR PARA CASA) NO FINAL DAS MANOBRAS MUDAR ROUPA TRABALHO E TOMAR DUCHE NA ESTAÇÃO.

PRIVILEGIAR CONTATO TELEFÓNICO

NA TROCA DE SERVIÇO LIMPAR SUPERFÍCIES DE CONTACTO COM DESINFECTANTE. (TELEFONES, VHF, RADAR, CONSOLA TRABALHO, ETC.)

### PILOTOS EMBARQUES/DESEMBARQUES

TRIPULAÇÃO DA LANCHAS PROCEDE À HIGIENIZAÇÃO DIÁRIA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES (VARANDINS, VHF, ZONAS DE CONTATO MÚTUO, ETC.) COM DESINFECTANTE ANTES E DEPOIS DO EMBARQUE DO PILOTO.

TRIPULAÇÃO DAS LANCHAS S E PILOTOS COM LUVAS.

### NAVIOS SEM CASO (S) SUSPEITO (S). (SANIDADE MARÍTIMA)

EMBARQUE NO NAVIO

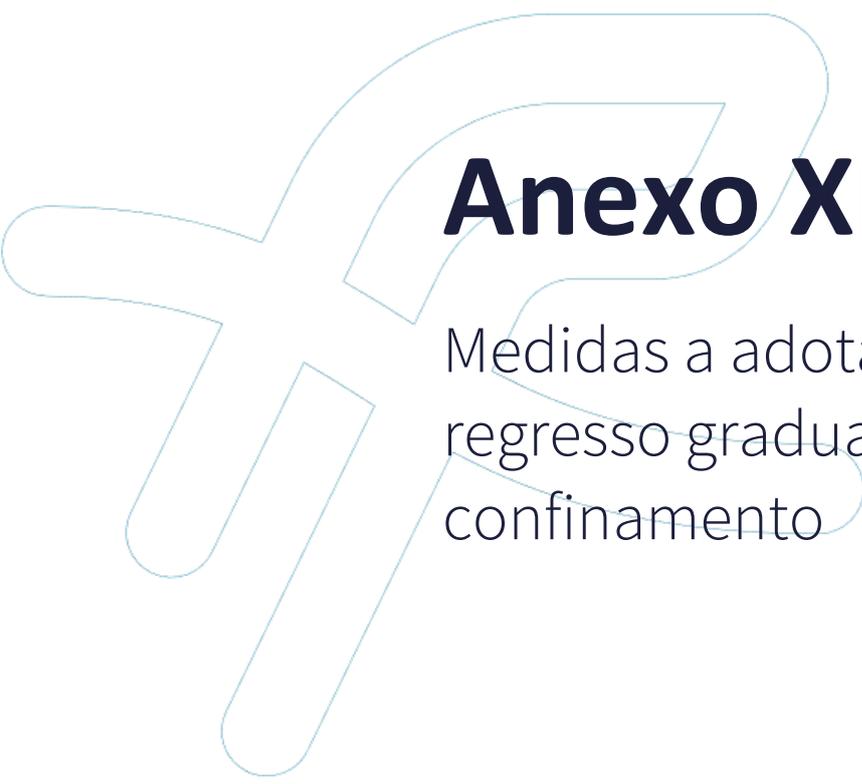
CUMPRIR OS SEGUINTE PROCEDIMENTOS:

1. ENVERGAR LUVAS DESCARTÁVEIS
2. LEVAR MÁSCARA PROTEÇÃO P2 (UTILIZAR SE VERIFICAR NECESSÁRIO)

3. SEMPRE QUE POSSÍVEL EVITAR ENTRAR NO CASARIO DO NAVIO E SEGUIR ATÉ À PONTE PELA ESCADARIA DE FORA DO CASARIO.
4. SEMPRE QUE POSSÍVEL EFETUAR A MANOBRA A PARTIR DA ASA DA PONTE, SEM PASSAGEM DO COMANDO PARA O EXTERIOR, E APENAS COM ORDENS VERBAIS AO COMANDANTE DO NAVIO (OU AO IMEDIATO), EVITANDO A PASSAGEM PELO INTERIOR DO NAVIO.
5. MANTER SEMPRE A DISTÂNCIA DE SEGURANÇA DE 2 METROS À TRIPULAÇÃO DO NAVIO.
6. EFETUAR A DESINFECÇÃO DAS MÃOS NO NAVIO ANTES DO DESEMBARQUE.

### **NAVIOS COM CASO (S) SUSPEITO (S). (SANIDADE MARÍTIMA)**

1. ANTES DO EMBARQUE CONTACTAR AUTORIDADE DE SAÚDE, SANIDADE MARÍTIMA.
2. SEM PREJUÍZO DAS ORIENTAÇÕES QUE A AUTORIDADE DE SAÚDE VIER A DETERMINAR PARA A ENTRADA A BORDO SÃO ENVERGADOS OS SEGUINTE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:
3. LUVAS DESCARTÁVEIS, MÁSCARA P2, FATO PROTEÇÃO; ÓCULOS.
4. SEGUIR OS PROCEDIMENTOS 3 E 4 E 5 E 6.
5. NOS NAVIOS DE SAÍDA, NA LANCHAS, TRIPULANTES ENVERGAM FATOS DE PROTEÇÃO, LUVAS, ÓCULOS E MÁSCARAS P2.
6. NOS NAVIOS DE SAÍDA E DEPOIS DO EMBARQUE NA LANCHAS RETIRAR MATERIAL DESCARTÁVEL CONFORME RECOMENDAÇÕES DA AUTORIDADE DE SAÚDE PARA RECIPIENTE BIOLÓGICO. SERÁ REALIZADA A DESINFECÇÃO DA LANCHAS



# **Anexo XII**

Medidas a adotar no  
regresso gradual pós  
confinamento

TENDO EM CONSIDERAÇÃO O ANÚNCIO DO FIM DO ESTADO DE EMERGÊNCIA, BEM COMO O CONHECIMENTO DO CALENDÁRIO DE LIBERTAÇÃO DO CONFINAMENTO, IMPÕE-SE DEFINIR AS PRECAUÇÕES E MEDIDAS A ADOTAR, NO REGRESSO GRADUAL PÓS-CONFINAMENTO.

FORAM SEGUIDAS AS RECOMENDAÇÕES DA AUTORIDADE DAS CONDIÇÕES DO TRABALHO (ACT), BEM, COMO DA AGÊNCIA EUROPEIA PARA A SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO.

### **PRECAUÇÕES ANTES DO REGRESSO PRESENCIAL AO LOCAL DE TRABALHO:**

1. SE TIVER ALGUM SINTOMA ASSOCIADO À COVID-19 NÃO DEVE REGRESSAR AO SEU LOCAL DE TRABALHO SEM ANTES CONFIRMAR QUE NÃO EXISTE RISCO PARA SI NEM PARA OS OUTROS, DEVENDO PARA O EFEITO CONTACTAR A LINHA SNS 24 (808 24 24 24) E TER ESSA CONFIRMAÇÃO;

NOTA: ENTRE OS PRINCIPAIS SINTOMAS A CONSIDERAR ESTÃO A TOSSE, FEBRE E DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

2. SE MANTEVE CONTACTO PRÓXIMO COM CASOS CONFIRMADOS OU SUSPEITOS DE COVID 19, NÃO DEVE REGRESSAR AO SEU LOCAL DE TRABALHO SEM ANTES CONTACTAR A LINHA SNS 24 (808 24 24 24) PARA OBTER AS ORIENTAÇÕES ADEQUADAS À SUA SITUAÇÃO CONCRETA.
3. SE PERTENCER AO GRUPO DE PESSOAS SUJEITAS A UM DEVER ESPECIAL DE PROTEÇÃO, DEVERÃO SER OBSERVADAS AS ORIENTAÇÕES DA MEDICINA DO TRABALHO.

### **SEGURANÇA E SAÚDE NO LOCAL DE TRABALHO:**

1. Numa primeira fase apenas deverão regressar ao local de trabalho, os trabalhadores considerados necessários ao trabalho presencial;
2. Priorizada a opção pelo teletrabalho na totalidade ou em parte do tempo de trabalho (grupos de risco e outros cuja presença física não seja necessária para o desenvolvimento do seu trabalho), sendo acauteladas as condições para o seu exercício;
3. Nas atividades ou situações em que seja necessário o exercício de funções de forma presencial, seja a tempo completo ou a tempo parcial, são adotadas medidas técnicas

e organizacionais que garantam o distanciamento físico e a proteção dos trabalhadores:

- a. Deverá ser garantida uma distância de segurança de dois metros entre os colaboradores. Não sendo possível salvaguardar essa distância são adotadas medidas alternativas, tais como alterações de gabinetes, horários desfasados, colocação de barreiras impermeáveis entre trabalhadores, etc.
  - b. Identificação de EPI's, consoante o local de trabalho e o risco associado ao trabalhador;
4. Manutenção da suspensão do controlo de assiduidade por registo biométrico (registo realizado pelo serviço de vigilância, quando possível), até retoma integral do trabalho presencial.

## **MEDIDAS A ADOTAR PARA O REGRESSO AO LOCAL DE TRABALHO: MEDIDAS DE ÂMBITO GERAL**

1. Medição individual diária da temperatura, antes de se deslocar para o local de trabalho;
2. Poderá ser realizado o controlo de temperatura aquando da chegada ao local de trabalho;
3. Priorizar o transporte individual;
4. Manter distância de segurança superior ou igual a 2m;
5. Proceder à lavagem frequente das mãos, com água e sabão ou solução alcoólica;
6. Quando espirrar ou tossir, tapar o nariz e a boca com lenço de papel ou com o interior do cotovelo;
7. Uso de máscaras de proteção em espaços fechados sempre que não for assegurado o distanciamento de dois metros;

8. Implementação de horários desfasados de entrada e saída do local de trabalho.

#### **MEDIDAS A ADOTAR NOS EDIFICADOS:**

- 1.º Na movimentação, no interior dos edificadados, deverá sempre ser observada a distância de dois metros, não sendo possível, envergar máscara de proteção;
- 2.º Reforçada a higienização dos gabinetes e espaços comuns pela empresa contratada de limpeza, especialmente as superfícies que as pessoas tocam com mais frequência, corrimões, maçanetas etc.;
- 3.º Não poderão estar presentes, no hall de entrada, mais de duas pessoas, devendo ser garantido o distanciamento de dois metros;
- 4.º Deverá ser privilegiado o contacto telefónico, evitando a deslocação inter-gabinetes. Caso não seja possível, deverão ser usadas máscaras de proteção, pelos intervenientes. Evitar posicionar-se frontalmente a outros colegas;
- 5.º Nos gabinetes proceder à desinfeção com frequência das superfícies e equipamentos do posto de trabalho (secretária, teclado, rato, etc.); Deverá ser assegurado uma boa ventilação natural através do arejamento pelo menos duas vezes por dia;
- 6.º No início do trabalho por turnos, desinfetar superfícies e equipamentos do posto de trabalho;
- 7.º As reuniões presenciais, deverão ser realizadas na Sala do 1º piso do edifício-sede ou na sala de reuniões do Edifício Polivalente do Porto Comercial (ambas com a lotação máxima de 6 pessoas), devendo ser garantido o distanciamento de dois metros, bem como o uso de máscaras. Deverá ser assegurada uma boa ventilação natural através do arejamento, pelo menos duas vezes por dia;
- 8.º Nas zonas exteriores de fumo dos edificadados da APFF, S.A., apenas poderá permanecer uma pessoa de cada vez;
- 9.º Junto às máquinas automáticas (alimentares, etc.), só poderá permanecer uma pessoa de cada vez;

- 10.º Nas áreas de fotocopiadoras, apenas poderá permanecer uma pessoa de cada vez;
- 11.º Os lenços e máscaras utilizadas, não reutilizáveis, deverão ser depositados nos recipientes identificados para colocação de resíduos biológicos;
- 12.º O Refeitório da Casa do Pessoal da APFF S.A. manter-se-á encerrado. Posteriormente será definida, antes da reabertura, as regras de utilização, lotação máxima e horários de funcionamento;
- 13.º O Refeitório do Edifício Polivalente terá a lotação máxima de 6 pessoas, devendo os utentes desinfetar as mãos, à entrada, com solução alcoólica.
- 14.º Assegurar sempre um distanciamento superior a 2 metros, com particular cuidado nas áreas de pausa e em filas;
- 15.º No contacto com fornecedores, clientes ou terceiros, deverá ser observado o distanciamento de dois metros, privilegiando a receção de produtos no exterior do edifício; Os colaboradores que façam receção de materiais devem utilizar luvas impermeáveis descartáveis no manuseamento dos materiais recebidos;
- 16.º Nas oficinas entre as utilizações, desinfetar ferramentas, equipamentos, utensílios partilhados por vários colaboradores;

#### **MEDIDAS A ADOTAR EM ÁREAS EXTERIORES:**

- 1.º Pessoal operacional, em tarefas que não seja possível o distanciamento de 2 metros, uso obrigatório de máscaras de proteção;
- 2.º Deslocações em serviço, deverá privilegiar-se o uso de transporte individual. Nas deslocações de mais de 1 colaborador, deverão ser utilizadas máscaras de proteção;
- 3.º No início e final de utilização de viatura de serviço, deverão ser desinfetadas as superfícies tocadas, nomeadamente o volante, manete de mudanças, travão de mão e manípulos de portas, sendo para o efeito, colocados toalhetes desinfetantes em cada viatura e sacos de lixo.

## EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

### MÁSCARAS

Considerar o uso de máscaras por todas as pessoas que permaneçam em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas, como medida de proteção adicional ao distanciamento social, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória.

Máscaras cirúrgicas: Utilização pessoas mais vulneráveis

Máscaras FFP2/KN95: Utilização em casos suspeitos

Máscaras não cirúrgicas (uso social): Uso comunitário.

## SINALÉTICA A UTILIZAR

### EXTERIOR:

Informação ao público sobre a obrigatoriedade de uso de máscara no interior do edifício e distanciamento de 2 metros

### INTERIOR:

- Lotação máxima hall de entrada edifício sede: 2 pessoas
- Lotação máxima hall de entrada marina: 1 pessoa
- Lotação máxima hall de entrada edifício pilotagem: 1 pessoa
- Lotação máxima máquina de *vending* edifício polivalente: 1 pessoa
- Lotação máxima zonas de fumo exteriores: 1 pessoa

## EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI'S):

### INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

Vide ANEXO IX: Plano de Contingência Coronavírus SARS-CoV-2, Agente Causal da Covid 19

### DISPONIBILIZAÇÃO DE KIT INDIVIDUAL COMPOSTO POR:

- Máscaras cirúrgicas (Grupo de risco) e Máscara de uso social nível 2 (restantes colaboradores)
- Máscaras FFP2;( Grupo de risco) e para casos suspeitos
- Frasco de Álcool Gel (tipo viagem); (Todos os colaboradores)
- Luvas descartáveis. (Todos os colaboradores)

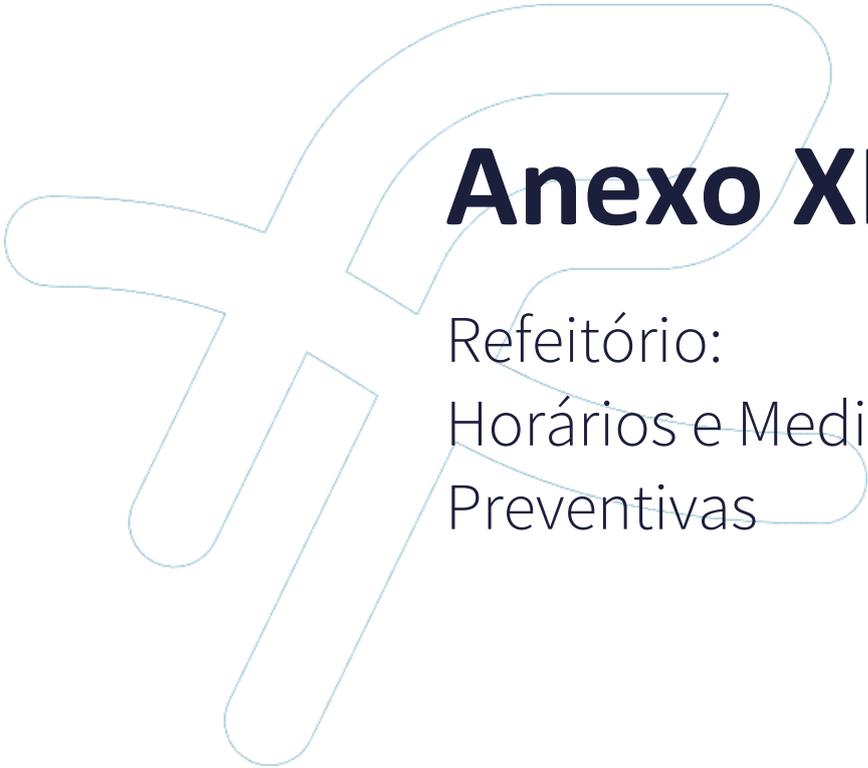
### Informação e orientação da DGS relativa a Equipamentos de Proteção Individual para COVID 19.

Uso de Máscaras na Comunidade:  
Informação n.º 009/2020

[HTTPS://WWW.DGS.PT/NORMAS-ORIENTACOES-E-INFORMACOES/INFORMACOES/INFORMACAO-N-0092020-DE-13042020-PDF.ASPX](https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/informacoes/informacao-n-0092020-de-13042020-pdf.aspx)

Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não-Profissionais de Saúde: Orientação n.º 19/2020

[HTTPS://WWW.DGS.PT/DIRECTRIZES-DA-DGS/ORIENTACOES-E-CIRCULARES-INFORMATIVAS/ORIENTACAO-N-0192020-DE-03042020-PDF.ASPX](https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0192020-de-03042020-pdf.aspx)



# Anexo XIII

Refeitório:  
Horários e Medidas  
Preventivas

## REFEITÓRIO

<b>Horário de Funcionamento</b>	Das 12:00 às 13:00 e das 20:00 às 21:00 hrs
<b>Lotação Máxima</b>	12 pessoas

### MEDIDAS PREVENTIVAS/ REGRAS DE UTILIZAÇÃO

- SEGUIR AS RECOMENDAÇÕES DA DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE. MANTER O DISTANCIAMENTO DE DOIS METROS, EM CONFORMIDADE COM SINALÉTICA NO LOCAL.
- A UTILIZAÇÃO DA MÁSCARA É OBRIGATÓRIA, EXCEPTO NO PERÍODO DA REFEIÇÃO.
- É OBRIGATÓRIA A LAVAGEM E DESINFEÇÃO DAS MÃOS À ENTRADA DO REFEITÓRIO.
- GARANTIR A DISTÂNCIA DE SEGURANÇA DURANTE O ACESSO E SAÍDA DAS MESAS, BEM COMO DURANTE A COLOCAÇÃO DE RESÍDUOS NOS RESPECTIVOS CONTENTORES APÓS A REFEIÇÃO, E AINDA NA UTILIZAÇÃO DAS MÁQUINAS DE VENDA AUTOMÁTICA, EVITANDO CRUZAMENTOS QUER NO INTERIOR DO ESPAÇO, QUER À ENTRADA OU SAÍDA DO MESMO.
- ASSEGURAR A HIGIENIZAÇÃO DAS MESAS APÓS A SUA UTILIZAÇÃO.
- NA UTILIZAÇÃO DOS LAVATÓRIOS PARA AS MÃOS, DEVERÃO IGUALMENTE SER (EVITADOS OS CRUZAMENTOS)