

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID – 19

Introdução

Em situação de pandemia, as empresas têm um papel fulcral a desempenhar na proteção da saúde e segurança dos seus trabalhadores, colaboradores e clientes, assim como na limitação do impacte negativo sobre a economia e a sociedade.

Deste modo, as empresas deverão ter Planos de Contingência que contemplem a redução dos riscos para a saúde dos trabalhadores e a continuidade das atividades essenciais, de forma a minimizar o impacte de qualquer disrupção e assegurar o funcionamento da sociedade.

Perante o quadro e cenários que se afiguram, a resposta a esta ameaça passa pela definição dum Plano de Contingência orientador da atuação a seguir.

Objetivo

O presente Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto de uma situação de pandemia COVID-19, visando:

- Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da pandemia e manter os serviços essenciais em funcionamento;
- Definir as estruturas de decisão e de coordenação;
- Conter casos internos esporádicos e prevenir a emergência de contágio, tanto quanto possível;
- Preparar resposta às necessidades de notificação e comunicação, para o interior e para o exterior da Empresa;
- Preparar o restabelecimento da situação e atividade normais tão rápido e seguro quanto possível.

Este documento integra orientações estratégicas e específicas necessárias à intervenção nos diversos locais de atividade ou instalações da SOLTRÁFEGO q de modo a impedir uma propagação incontrolada da infeção. Este documento explica como todos podem ajudar a reduzir a propagação, facultando informação para permitir que se avaliem os tipos de medidas que podem ser utilizadas no local de trabalho e na vida pessoal. Pretende também informar sobre as regras, procedimentos e contactos em caso de infeção.

O Plano de Contingência define ainda a Cadeia de Comando e as estruturas aos vários níveis de intervenção, bem como as responsabilidades em cada uma das situações.

Não se pretende com este documento contribuir para a criação de um ambiente de alarmismo generalizado, mas pelo contrário difundir a informação, organização e conhecimento de modo a que todas as pessoas estejam atentas, de modo a podermos todos dar a resposta que se pretende a uma situação de pandemia.

O Plano de Contingência estabelece e documenta os procedimentos de decisão e coordenação das ações ao

nível da organização e o processo de comunicação interna e externa, nomeadamente com as entidades nacionais de saúde no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-22 - agente causal da COVID-19. Aplica-se a todos os colaboradores da SOLTRÁFEGO, às instalações da SOLTRÁFEGO e aos locais onde exerce a atividade. O Plano de Contingência será revisto e atualizado tendo em atenção as orientações formuladas pelas entidades nacionais de saúde.

Política e Princípios

O Plano de Contingência tem subjacentes os seguintes princípios:

- Salvar a vida de pessoas, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho (por via do contacto com colegas ou por contacto com terceiros, nomeadamente o público) e limitando a propagação no conjunto dos colaboradores da SOLTRÁFEGO;
- Preservar e proteger o património e a continuidade do negócio, assegurando a manutenção dos serviços essenciais;
- Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio na resolução da situação de crise;
- Envolver as entidades que se encontram na cadeia de valor do serviço prestado pela SOLTRÁFEGO;
- Gerir a informação, interna e externa, de modo a garantir o controlo de todas as focos de risco e situações de contaminação confirmada.

O Plano de Contingência da SOLTRÁFEGO é aprovado pelo seu Conselho de Administração.

Considerações Gerais

O QUE É UM CORONAVÍRUS?

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia, pelo que a confirmação do diagnóstico necessita da realização de análises laboratoriais.

O QUE É A COVID-19?

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-COV-2), que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia.

QUAIS OS SINAIS E SINTOMAS?

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

Em casos mais graves pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.

QUAL É O PERÍODO DE INCUBAÇÃO?

O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

COMO SE TRANSMITE?

A COVID-19 pode transmitir-se por:

- gotículas respiratórias
- contacto direto com secreções infetadas
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo, as nebulizações)

A COVID-19 PODE TRANSMITIR-SE DE PESSOA A PESSOA?

Sim e poderá ocorrer pela proximidade a uma pessoa com COVID-19 através de:

- gotículas respiratórias – espalham-se quando a pessoa infetada tosse, espirra ou fala, podendo ser inaladas ou pousarem na boca, nariz ou olhos das pessoas que estão próximas
- contacto das mãos com uma superfície ou objeto infetado com o SARS-CoV-2 e se, de seguida, existir contacto com a boca, nariz ou olhos pode provocar infeção

DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

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

Responsabilidades e Cadeia de Decisão

A gestão da situação de pandemia depende da pertinência das decisões e das ações levadas à prática em cada momento. A organização empresarial e operacional da SOLTRÁFEGO, justifica uma estrutura aos níveis:

- **transversal:** com coordenação da atuação ao nível global
- **em cada contrato:** com a operacionalização da atuação local em cada contrato
- **individual:** por cada colaborador, com o cumprimento dos procedimentos e boas práticas veiculadas, quer ao nível da prevenção quer ao nível da comunicação e atuação em caso de sintomas e suspeita de infeção.

COORDENAÇÃO TRANSVERSAL

É liderada e ativada pelo Conselho de Administração da SOLTRÁFEGO, com o apoio das direções gerais/transversais, podendo integrar outros elementos internos e agregar assessores especializados se a situação assim o exigir.

Tem como competências:

- Desenvolver e manter atualizado o plano de contingência;
- Decidir sobre a gestão estratégica face ao evoluir da situação;
- Coordenar as atuações e meios ao nível global;
- Obter e consolidar a informação das áreas operacionais;
- Articular com a estrutura operacional em cada contrato, nos diversos locais de atividade;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa;
- Acompanhar o repor da normalidade e elaborar um relatório sobre o impacto da pandemia, com as ocorrências relevantes e propostas de melhoria.

COORDENAÇÃO EM CADA CONTRATO

É assegurada pelo Gestor de Contrato, sendo o meio privilegiado de identificação de situações de risco. Tem como competências:

Desenvolver, manter e implementar os procedimentos transversais da SOLTRÁFEGO em linha com eventuais procedimentos locais do cliente;

Manter informada a estrutura da SOLTRÁFEGO sobre o evoluir da situação;

Identificar os interlocutores das entidades com quem se relaciona (Cliente, fornecedores, outros, ...);

Garantir a implementação dos procedimentos de comunicação previstos.

ATUAÇÃO INDIVIDUAL

É assegurada por cada colaborador, tendo como responsabilidades o cumprimento dos procedimentos e boas práticas veiculadas, quer ao nível da prevenção quer ao nível da comunicação e atuação em caso de sintomas e suspeita de infeção, assim como do feedback interno para a melhoria do plano.

Medidas de Prevenção

MEIOS DE APOIO

Conforme o presente plano está prevista a disponibilização seguintes meios:

- Solução desinfetante para higienização das mãos
- Máscaras descartáveis
- Luvas descartáveis em nitrilo
- Recipiente/ saco, para colocar os meios eventualmente contaminados após a sua utilização

Estão definidas quantidade mínimas a assegurar, que poderão ser revistas em função da evolução da situação e disponibilidade destes meios (plano de racionalização de meios).

MEDIDAS DE PREVENÇÃO INDIVIDUAIS

Os procedimentos base a adotar pelos trabalhadores integram:

- Procedimentos básicos para higienização das mãos (devem ser lavadas com água e sabão, secas com toalhetes descartáveis e/ou desinfetadas);
- Regras de etiqueta respiratória (evitar tossir ou espirrar para as mãos, tapando o nariz e boca quando espirrar ou tossir com lenço de papel ou com o braço/cotovelo e deitar o lenço de papel no lixo);
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- Procedimentos de conduta social (ex. onde possível alterar a frequência e/ou a forma de contacto - evitar o aperto de mão);
- Procedimentos de colocação de máscara (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
- Evitar a permanência em locais de grandes aglomerações de pessoas (aeroportos, locais de espetáculos fechados, fóruns e conferências, etc);
- Evitar contacto próximo com pessoas com sinais de sintomas de infeções respiratórias agudas.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO EMPRESARIAIS

Adicionalmente às orientações previstas no ponto anterior, determinam-se as seguintes medidas:

- Suspensão de viagens de trabalho aos países com alto risco, identificados pela OMS (Organização Mundial de Saúde), salientando-se na presente data: China, Irão, Coreia e Itália;
- Se o trabalhador estiver a planear uma viagem a título particular a algum destes destinos ou outros, entretanto considerados de alto risco, deverão previamente informar a Administração;
- Só deverão ser realizadas viagens em trabalho para outros destinos em caso de absoluta e imprescindível necessidade, a ser sempre avaliada pela Administração.
- No caso de realização de viagens para os destinos acima mencionados e/ou outros que, entretanto, venham a ser considerados de alto risco deverá ser cumprido, após o regresso ao país de origem, um período de quarentena preventivo (em casa) durante um período de 14 dias, monitorizando diariamente os sintomas da COVID-19, nomeadamente febre, tosse ou dificuldades respiratórias;
- Para os restantes países garantir a monitorização diária dos sintomas da COVID-19, nomeadamente febre, tosse ou dificuldades respiratórias, durante um período de 14 dias;
- Deverão ser desincentivadas tanto quanto possível, reuniões presenciais com partes interessadas vindas do exterior (colegas de trabalho, visitantes, clientes, fornecedores, subcontratados, etc.);
- Na necessidade de contatos profissionais deverão ser privilegiados os meios remotos tais como e-mail, Skype empresas, vídeo e/ou áudio conferências, etc..

INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

Com vista a manter os colaboradores informados, a SOLTRÁFEGO promove:

- Envio de informação regular e atualizada aos colaboradores, em linha com os esclarecimentos e regras disponibilizadas pela OMS e DGS;
- Divulgação de material informativo promovido pela DGS, nomeadamente contato da linha saúde 24, a afixar nas instalações e estaleiros móveis (carrinhas);
- Divulgação de fluxograma de comunicação e atuação em caso de sintomas do Covid-19.

ARTICULAÇÃO COM CLIENTES

Em cada contrato, para maior alinhamento e articulação com os clientes dos procedimentos e práticas locais a adotar, devemos ainda:

- Integrar eventuais regras locais específicas estabelecidas em cada local;
- Definir com o cliente serviços mínimos a ativar em caso de pandemia (atividades críticas e modo de ação);
- Identificar junto do cliente qual o contato para comunicação sobre esta matéria, em particular para comunicação ao cliente e subempreiteiros de eventuais casos suspeitos de trabalhadores da SOLTRÁFEGO ou para o cliente e subempreiteiro informar a SOLTRÁFEGO sobre eventuais casos suspeitos de terceiros que possam ter contactado com as nossas equipas.

INSTALAÇÕES DA SOLTRÁFEGO

A gestão dos meios e a implementação dos procedimentos locais nas instalações da SOLTRÁFEGO – Matosinhos e Lisboa, é assegurada pela Responsável de Segurança, com o apoio das restantes estruturas internas.

Os locais de “isolamento” são previamente definidos e sinalizados e ativados em caso de manifestação de sintomas / suspeita.

ATUAÇÃO EM CASO DE MANIFESTAÇÃO DE SINTOMAS

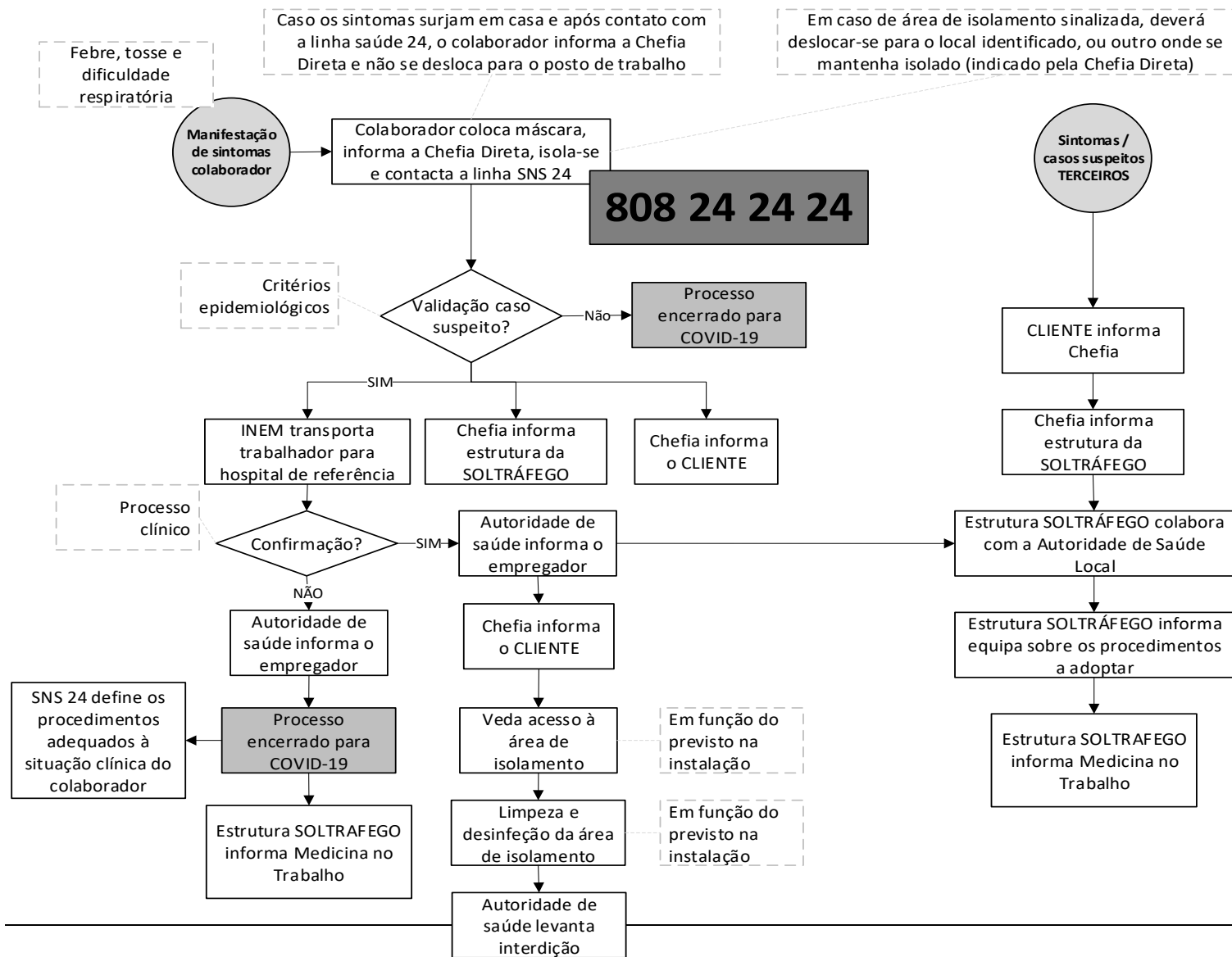
Caso o colaborador se encontre em casa e manifestar sintomas e/ou haja suspeita de infeção, deverá ficar em casa, não se deslocando para o trabalho, e deverá imediatamente informar a chefia.

FLUXOGRAMA SIMPLIFICADO DE ATUAÇÃO – CONTRATOS ADJUDICADOS

A sequência de atividades e responsabilidades a implementar em caso de suspeita, figuram no fluxograma seguinte.

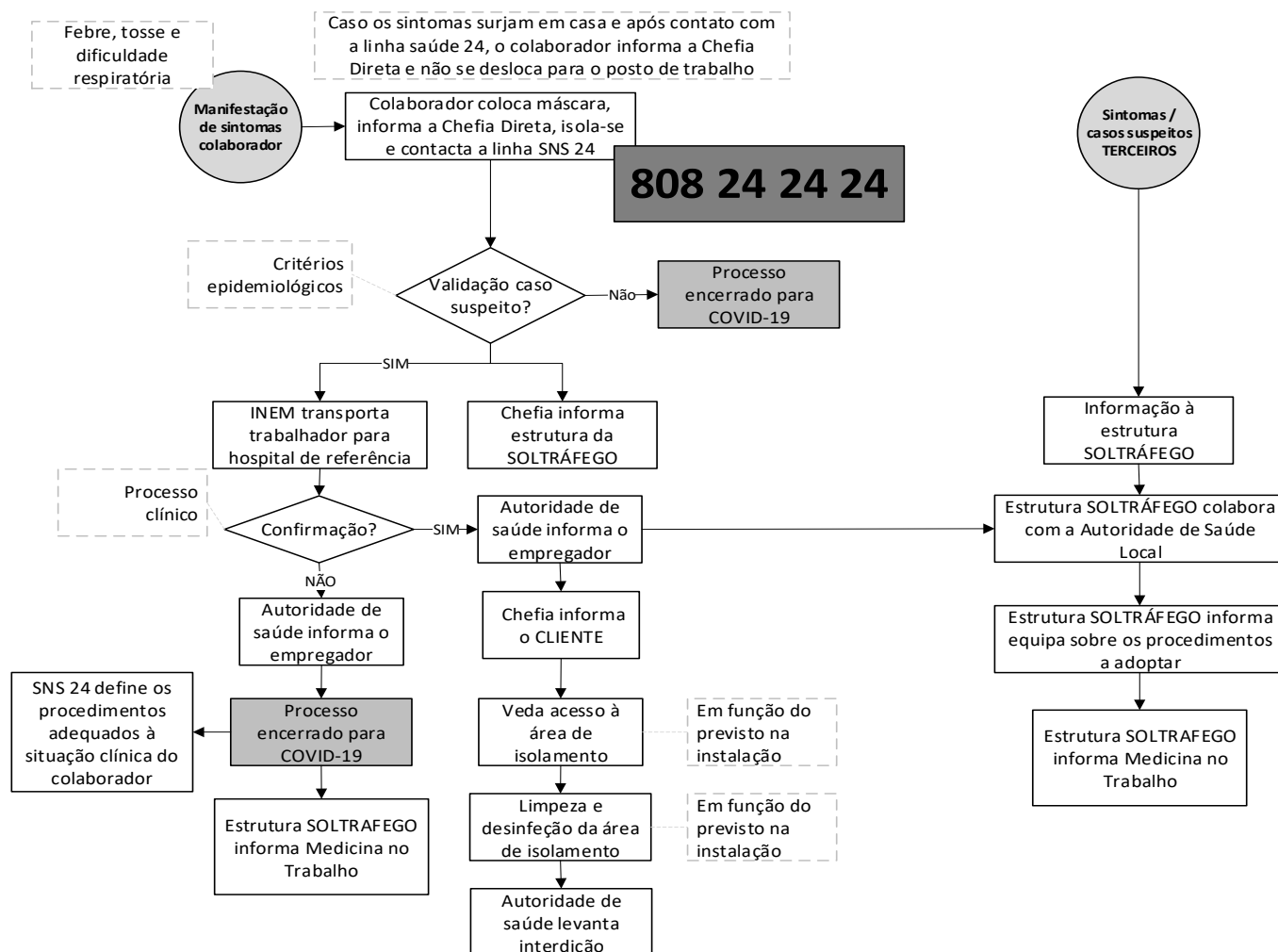
Deverão ser ativados mecanismos acordados com os clientes em cada contrato.

MODO DE ATUAÇÃO EM CASO DE SÍNTOMAS – CONTRATOS ADJUDICADOS



FLUXOGRAMA SIMPLIFICADO DE ATUAÇÃO – INSTALAÇÕES SOLTRÁFEGO

MODO DE ATUAÇÃO EM CASO DE SÍNTOMAS – INSTALAÇÕES SOLTRÁFEGO



TRABALHO À DISTÂNCIA (TELETRABALHO)

Visando a diminuição do risco de contágio, por princípio todo o posto de trabalho que não exija presença ou operação a partir do local habitual, poderá ser direcionado a ficar em situação de trabalho à-distância (ou teletrabalho).

Sempre que possível, para as situações de trabalho à-distância, o trabalhador utilizará o equipamento que lhe está afeto no seu local de trabalho.

Eventuais dificuldades de acesso à rede devem ser supridas via contacto com os colegas que têm esse acesso disponível.

ATIVIDADES QUE PODEM SER TEMPORARIAMENTE SUSPENSAS

Consoante a evolução da situação poderá ser aconselhável, para diminuir os riscos de contágio, suspender temporariamente as atividades que não sejam absolutamente necessárias para a prestação dos serviços essenciais, ou reduzir as equipas existentes mantendo algumas de reserva, ou até reduzir os turnos de trabalho.

Nesse caso os trabalhadores ficarão temporariamente dispensados de se apresentarem no local de trabalho, até ordem em contrário dada pela respetiva hierarquia, em consonância com as diretrizes da Administração. Estes trabalhadores deverão manter-se o mais resguardados possível e contactáveis pois poderão em qualquer altura ser chamados para substituir outros trabalhadores em atividades de acordo com o seu perfil de competências.

ASPETOS MÉDICOS (MEDICINA NO TRABALHO)

O nosso prestador de serviços de Medicina no Trabalho mantém os Níveis de Serviço em funcionamento normal até que por via de comunicação das entidades oficiais ou prevista no presente plano seja necessária a sua alteração.

Estes contatos serão acionados pela Responsável de Segurança.

INFORMAÇÃO ADICIONAL

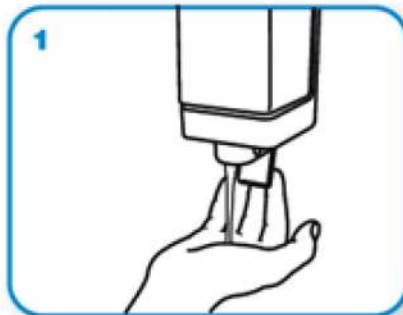
entidade	Contato
Direcção-Geral da Saúde	http://www.dgs.pt/
Linha SNS 24	808 24 24 24 (24 horas por dia)
OMS – Organização Mundial de Saúde	http://www.who.int/en/

ANEXOS

COMO LAVAR AS MÃOS



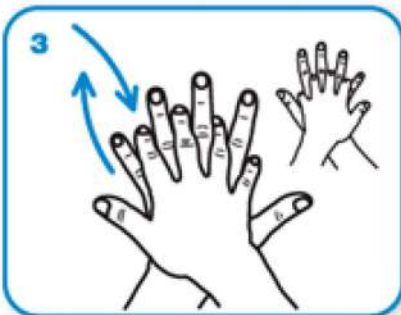
0. Lave as mãos com água.



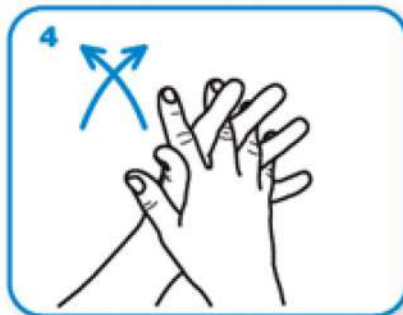
1. Coloque o sabonete.



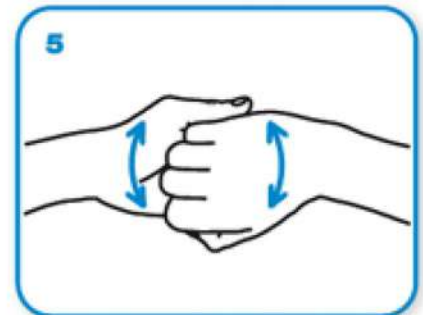
2. Com movimentos circulares, esfregue a palma das mãos.



3. Depois, esfregue a parte interna dos dedos com movimentos verticais.



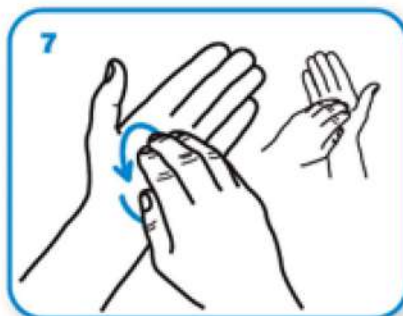
4. Junte as mãos e entrelace os dedos para frente e para trás.



5. Em seguida, feche as mãos e esfregue uma na outra com movimentos verticais.



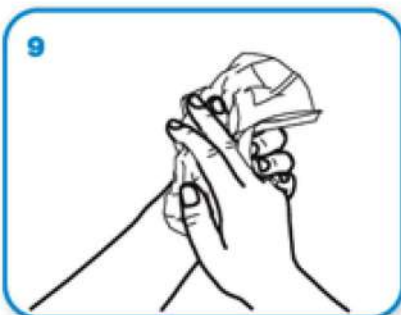
6. Aperte o dedão com uma das mãos e faça movimentos para frente e para trás.



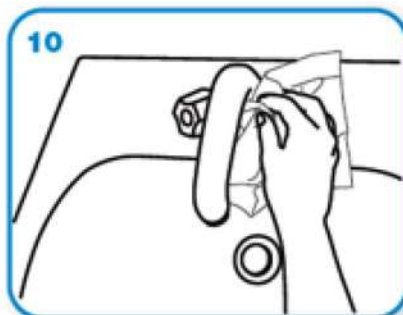
7. Faça movimentos circulares na palma de uma das mãos.



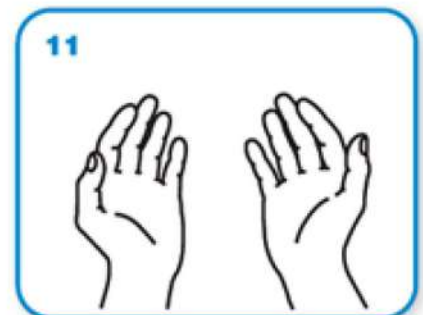
8. Lave as mãos com água.



9. Enxugue bem com uma folha de papel.



10. Use uma toalha de papel para desligar a água.



11. Pronto, agora suas mãos estão limpinhas!

SÓ HÁ UMA COISA QUE PRECISA DE PERCEBER SOBRE COMO O CORONAVÍRUS SE ESPALHA




E NO GERAL, É UMA BOA IDEIA EVITAR MULTIDÕES, PORQUE NÃO SE SABE QUEM PODERÁ ESTAR DOENTE.

PESSOAS QUE ESTÃO INFETADAS PODEM NÃO DEMONSTRAR SINTOMAS, MAS SÃO CONTAGIOSAS

TALVEZ ELA NÃO ESTEJA DOENTE, PODE ESTAR APENAS A PROTEGER-SE.

O VÍRUS ESPALHA-SE QUANDO

ESTAS GOTÍCULAS



ENTRAM

OLHOS NARIZ BOCA

PESSOA DOENTE

PESSOA SAUDÁVEL

CONTUDO, POR VEZES A SALIVA DE UMA PESSOA DOENTE PODE CHEGAR A OUTRAS COISAS...



MÃOS MÁSCARAS CORREIAS DE COMBOTO CANETAS PAUZINHOS RATO LENCOS COPOS CORRIMÕES BOTÕES DE ELEVADOR

DISPOSITIVOS ELETRÔNICOS

E AINDA NA PARTE DE FORA DA SUA MÁSCARA

PESSOA SAUDÁVEL

SE VIR ALGUÉM QUE ESTÁ VISIVELMENTE A TOSSIR/ESPIRRAR/DOENTE, PODE ESCOLHER:




ATÇHIM!

2 METROS

1 MANTER A SUA DISTÂNCIA. 2 METROS VÃO DEIXÁ-LO EM SEGURANÇA DE GOTÍCULAS GRANDES

E SE TOCAR EM ALGUMA DESTAS COISAS ACIDENTALMENTE, E DEPOIS TOCAR NA SUA CARA,



OU A CARA DOS SEUS ENTES QUERIDOS

ESTREGAR OS OLHOS

PODEM TODOS FICAR DOENTES.


OU,



OBRIGADO *FUNGA*

2 DAR-LHES UMA MÁSCARA. PODERÃO TOSSIR/ESPIRRAR À VONTADE E PROTEGER TODOS OS QUE ESTÃO PERTO

OS VÍRUS CONSEGUEM DURAR UMAS BOAS HORAS NOS OBJETOS,



E A ÚNICA MANEIRA EFICIENTE DE SE LIVRAR DELES É LAVÁ-LOS BEM COM SABÃO, LIXÍVIA OU ALCÓOL (90%).

E É POR ISSO QUE É MUITO IMPORTANTE SEGUIR ESTAS

5 PRECAUÇÕES

1 NÃO TOQUE NA SUA CARA. (OU NA CARA DE ALGUÉM.)

SE TIVER DE, LAVE BEM AS SUAS MÃOS COM SABÃO PRIMEIRO.



COTOVELO

LAVAR COM SABÃO DAQUI ATÉ AQUI

O QUE É LAVAR BEM?

LAVAR A PARTE DETRÁS DAS SUAS MÃOS



ENTRE OS DEDOS


DEBAIXO DAS UNHAS

DURANTE 20 SEGUNDOS

O SUFICIENTE PARA CANTAR OS "PARABÉNS" DUAS VEZES

2

2 DEITE FORA AS MÁSCARAS A PARTIR DO MOMENTO QUE SENTE QUE ESTÃO POUCO ASSEADAS, NÃO AS USE MAIS QUE 1 DIA!



*AS BACTÉRIAS CONSEGUEM CRESCER NO LADO INTERIOR DA SUA MÁSCARA SE A USAR DEMASTADO TEMPO

TAMBÉM NÃO TOQUE NO LADO EXTERIOR DA SUA MÁSCARA SE CONSEGUIR

MAS SE TOCAR, NÃO PREOCUPE, LAVE AS SUAS MÃOS COM SABÃO A SEGUIR

3 NÃO PARTILHE COMIDA, UTENSÍLIOS, COPOS, TOALHAS.



USE UMA COLHER PARA SERVIR

TODOS TÊM DIREITO À SUA PRÓPRIA TOALHA

MAMÃ PAPÁ BEBÊ

4 SE TIVER ACABADO DE LAVAR AS MÃOS, NÃO TOQUE DIRETAMENTE NA MAÇANETA DA PORTA

USE O COTOVELO, OU UMA TOALHA DE PAPEL PARA ABRIR A PORTA




PODERÃO ESTAR GOTÍCULAS

E FINALMENTE,

5 LAVE SEMPRE AS SUAS MÃOS COM SABÃO ...


• ANTES DE COMER



• E DEPOIS DE ESTAR EM PÚBLICO

HOME

FIQUEM TODOS EM SEGURANÇA!



PRINCIPAIS REFERÊNCIAS PARA INFORMAÇÃO MÉDICA:

1 DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE (WWW.DGS.PT)

2 "NOVEL CORONAVIRUS (2019-NCOV), DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (HTTPS://YOUTU.BE/MOVIABVYKGA)

LEIA ESTES MATERIAIS PARA MAIS DICAS!

CRIADO POR: ARTISTA: WEIMANKOW

TRADUÇÃO E COMPOSIÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA:

CNC CRIA drv.uic

TRADUZIDO DO ORIGINAL EM INGLÊS COM AUTORIZAÇÃO DA AUTORA

12 DE FEVEREIRO 2020

WEIMANKOW