



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE ALMARGEM DO BISPO, PÊRO PINHEIRO E MONTELAVAR

Feiras de Montelavar e Pêro Pinheiro

PLANO DE CONTINGÊNCIA E DE AÇÃO PARA PREVENÇÃO DO CONTÁGIO E INFEÇÃO HUMANA PELO COVID-19



CONTEÚDO

1. ENQUADRAMENTO.....	3
2. MISSÃO.....	4
2.1. OBJETIVOS DO PLANO	4
3. NOÇÕES	5
3.1. CONCEITO COVID-19: INFEÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS SARS-COV-2.	5
3.2. PERÍODO DE INCUBAÇÃO DA COVID-19.....	6
3.3. MODO DE TRANSMISSÃO DA COVID-19	6
3.4. COMO EVITAR A TRANSMISSÃO DA COVID 19?	6
4. SITUAÇÃO	7
5. EXECUÇÃO.....	7
6. PROCEDIMENTOS A ADOTAR.....	9
7. REGRAS A ADOTAR	10
8. LOGÍSTICA.....	12
9. INFORMAÇÃO PÚBLICA	13
10. BIBLIOGRAFIA.....	13
Entrada em vigor.....	13



1. ENQUADRAMENTO

A China reportou à Organização Mundial da Saúde (OMS) em 31 de dezembro de 2019 um *cluster* de pneumonia de etiologia desconhecida em trabalhadores e utilizadores do mercado de peixe, mariscos vivos e aves na cidade de Wuhan.

A 07 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram um novo coronavírus (2019-nCoV) como agente causador da doença; a 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial de Saúde declarou uma emergência de saúde pública face à epidemia SARS-COV-2. Em 11 de fevereiro a infeção por este novo coronavírus passou a designar-se COVID-19, sendo declarado no dia 11 de março de 2020 como uma pandemia, e desde então, foram adotadas várias medidas urgentes e extraordinárias, com o objetivo de conter a propagação do vírus.

Considerando a atual situação de propagação do vírus a nível mundial, a Direção-Geral de Saúde determinou, a adoção de medidas por parte das entidades empregadoras, nomeadamente de Planos de Contingência específicos para responder a um cenário de epidemia, pelo que a União de Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar elaborou o Plano de Contingência dos Mercados de levante da UFAPM

Posteriormente ao Estado de Emergência, através da Resolução do Conselho de Ministros nº 38/2020, de 17 de maio, foi necessário revalidar a situação de calamidade e estabelecer, designadamente, a fixação de limites e condicionamentos à circulação e à aglomeração de pessoas, e a racionalização da utilização de serviços públicos.

Neste sentido foram definidas medidas excecionais e específicas quanto a atividades relativas aos estabelecimentos de comércio a retalho, de prestação de serviços, estabelecimentos de restauração, bem como a outros operadores económicos de forma a assegurar o bom



funcionamento das cadeias de abastecimento de bens e serviços essenciais, para o regresso gradual da atividade económica ao seu normal funcionamento.

Nestes termos e dando cumprimento aos desígnios fixados através da Resolução do Conselho de Ministros nº 92-A/2020 de 3 de Novembro, para o funcionamento da atividade das feiras de Montelavar e Pêro Pinheiro, junto somos a apresentar o plano de contingência respetivo.

2. MISSÃO

A organização da atividade comercial que se desenvolve nas feiras retalhistas de Montelavar, Pêro Pinheiro e Maceira compete à União de Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar, pelo que urge o planeamento e monitorização de uma intervenção eficaz e concertada na retoma destas atividades.

Como forma de dar resposta é elaborado o presente Plano de Contingência cujo principal objetivo é orientar para a gestão de meios, ações adequadas de prevenção, antecipando-se assim ao aparecimento de novos casos suspeitos, a fim de assegurar a continuidade das atividades essenciais e prioritárias na área da UFAPM, como apoiar as populações e feirantes a restabelecer a normalidade.

2.1. OBJETIVOS DO PLANO

Informação e sensibilização de procedimentos através da prevenção, mitigação e intervenção;
Coordenar, monitorizar e divulgar a informação;

O objetivo último a alcançar é assegurar o cumprimento da missão da UFAPM, nomeadamente dos procedimentos a adotar de forma a conter a propagação do vírus junto dos feirantes, munícipes/consumidores e trabalhadores da Autarquia.



Este plano de contingência não pressupõe qualquer ação de tratamento médico, pelo que, neste contexto deverão seguir-se as indicações da Direção-Geral da Saúde.

Em virtude de todos os dias ocorrerem inconstâncias, qualquer situação não prevista no presente Plano deverá ser avaliada casuisticamente.

3. NOÇÕES

Importa salientar que o levantamento das restrições aumenta ainda mais a responsabilidade individual e coletiva. O SARS CoV 2 circula na comunidade, e esta nova fase exige de cada cidadão um rigor acrescido no cumprimento das medidas preventivas e de Saúde Pública.

É de conhecimento público que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número acrescido de pessoas, especialmente em ambientes fechados, dado que a aglomeração de pessoas e o contacto físico entre pessoas ou com superfícies contaminadas são fatores importantes de transmissão da COVID 19.

3.1. CONCEITO COVID-19: INFEÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS SARS-COV-2.

As pessoas com esta doença podem apresentar sinais e sintomas que variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte.

Os dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a 2ª semana da doença.

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19.



3.2. PERÍODO DE INCUBAÇÃO DA COVID-19

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

3.3. MODO DE TRANSMISSÃO DA COVID-19

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

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

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

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

3.4. COMO EVITAR A TRANSMISSÃO DA COVID 19?

A infeção pode ser evitada com cuidados simples de higiene:

- a) Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com uma solução alcoólica de



desinfecção;

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

4. SITUAÇÃO

A UFAPM tem sob a sua gestão e responsabilidade feiras retalhistas cujos recintos se situam em Montelavar e Pêro Pinheiro, onde se desenvolvem as atividades de comércio a retalho e prestação de serviços de restauração e bebidas não sedentárias integrando demais agentes económicos.

Trata-se de espaços com um potencial de aglomeração de um elevado número de pessoas, quer ao nível da disposição de toda a logística do recinto que implica venda por contato direto, aumentando de forma exponencial todos os aspetos de vulnerabilidade, face à atual situação epidemiológica.

Ao nível do recinto da feira estão identificados os seguintes intervenientes:

- Feirantes;
- Colaboradores dos feirantes;
- Consumidores;
- Trabalhadores da UFAPM.

5. EXECUÇÃO

Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento das



feiras;

Identificação das tarefas essenciais dos trabalhadores da UFAPM;

Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais;

Preparar espaços no recinto da feira, onde tal seja possível, (p. ex. colocação de baias) com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas da fonte potencial de infeção;

Implementar medidas com vista à contenção da disseminação da doença, providenciando meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), entrega de um kit de proteção individual e encaminhamento para um espaço de isolamento.

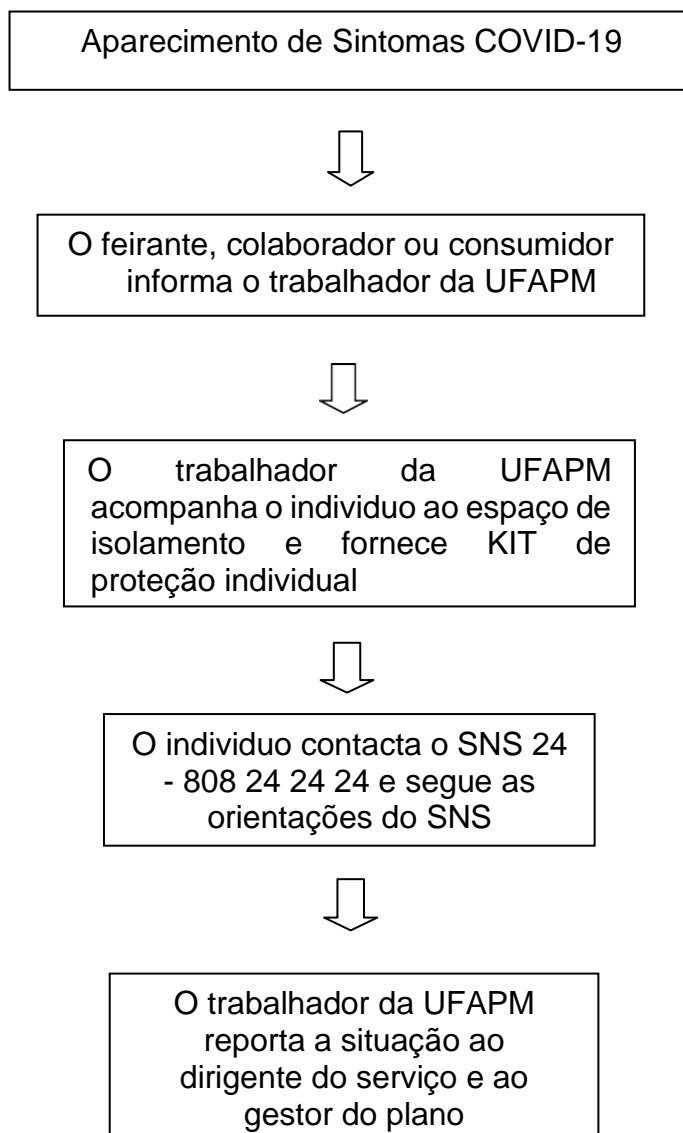
Disponibilizar solução de base alcoólicas de desinfeção em diferentes pontos do recinto da feira

Serão afixados cartazes no acesso ao recinto em como a entrada só poderá ser efetuada com máscara ou viseira.



6. PROCEDIMENTOS A ADOTAR

Na eventualidade de aparecimento de sintomas ou desencadeamento de caso de doença nos recintos da feira são adotados os seguintes procedimentos:





7. REGRAS A ADOTAR

De acordo com as orientações da DGS e da Resolução do Conselho de Ministros nº 38/2020, de 17 de maio, a abertura do funcionamento das feiras fica sujeito ao cumprimento das seguintes regras:

- a) A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regras de ocupação máxima indicativa garantindo o distanciamento adequado entre os feirantes e colaboradores, pelo que, face à dimensão do recinto e dos espaços de venda, optou-se pela venda alternada em função do número par ou ímpar do espaço de venda;
- b) Manter uma distância mínima de dois metros entre as pessoas;
- c) O atendimento terá de ser efetuado de forma organizada, limitado a um consumidor de cada vez, respeitando as regras de higiene e segurança;
- d) Assegurar-se que as pessoas permanecem no recinto da feira apenas o tempo estritamente necessário à aquisição dos bens;
- e) Os feirantes terão de ter para disponibilização aos utentes, solução antisséptica de base alcoólica;
- f) É obrigatório, dentro do recinto da feira, o uso de máscara ou viseira pelos feirantes e consumidores;
- g) É obrigatório, dentro do recinto da feira, o uso de luvas pelos feirantes;
- h) Os artigos, principalmente os produtos alimentares, só podem ser manuseados pelos feirantes e seus colaboradores;
- i) Os feirantes, colaboradores e consumidores, terão contentores disponíveis no interior do recinto para os resíduos, e EPI's que deverão ser acondicionados dentro de saco próprio e depositados nos respetivos contentores. Estes resíduos, posteriormente serão recolhidos e encaminhados para destino adequado;
- j) Atentar para as demais regras do SNS e do Governo aplicáveis.
- k) Definição de circuitos específicos de entrada, saídas e espaços para sala de isolamento (em Montelavar sala de isolamento no polo da Junta, em Pêro Pinheiro sala de isolamento do polo da Junta no Multiusos e em Maceira na sala de isolamento da Sociedade Recreativa os Alegres de Maceira) conforme plantas abaixo:





8. LOGÍSTICA

Para a implementação deste plano é fundamental o envolvimento e apoio de vários serviços orgânicos, nomeadamente:

Serviços da Junta de Freguesia

Garante a monitorização do cumprimento das regras definidas no presente Plano

Afetação de recursos para o cumprimento das regras de higiene e saúde pública previstas no Plano;

Força Policial Territorialmente Competente (GNR)

Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento da feira;

Corporação dos Bombeiros Voluntários de Montelavar

Garante o socorro e transporte eventual a unidade de saúde;

Centro de Saúde Lapiás

Garante o apoio a cuidados de saúde imediatos;



9. INFORMAÇÃO PÚBLICA

- a) O intuito será sempre uma conjugação de esforços para uma difusão alargada sobre os cuidados a ter para reduzir o risco de contágio e disseminação da doença, respeitando quer as orientações das Autoridades de Saúde quer as definidas no presente plano.
- b) Distribuição de folhetos informativos específicos sobre medidas de prevenção no recinto da feira (p. ex.: serão afixados cartazes no acesso ao recinto em como a entrada só poderá ser efetuada com máscara ou viseira);
- c) Notícias e divulgação do Plano no sítio e Facebook da UFAPM;
- d) Afixação de cartazes em locais estratégicos (p. ex. juntas de freguesia, locais afetos às feiras e mercados);
- e) Eventuais sessões de informação, a prestar por funcionários aos feirantes, colaboradores de feira e consumidores em local a designar (p. ex. recinto da feira, sempre no contexto de evitar aglomerado de pessoas)

10. BIBLIOGRAFIA

Resolução de Conselho de Ministros 38/2020

Legislação diversa sobre COVID-19/CORONAVÍRUS / 2020, site DGS

Entrada em vigor

Este Plano de Contingência entra em vigor imediatamente após a sua aprovação pelo órgão executivo da Junta de Freguesia.

Aprovado a 9 de setembro de 2020 por deliberação da Junta de Freguesia, em reunião ordinária.



COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

1º
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR



2º
VER A POSIÇÃO CORRETA
Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior.



3º
COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



4º
AJUSTAR AO ROSTO
Do nariz até abaixo do queixo



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



DURANTE O USO

1º
TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA



2º
NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR



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



COMO REMOVER

1º
LAVAR AS MÃOS



2º
RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



3º
DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA



4º
LAVAR AS MÃOS



TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado
- Lavar a máscara após cada utilização:
 - . pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos
 - . não usar lixívia
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
 - . as condições para uma adequada lavagem e secagem;
 - . o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS





NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma 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



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável



- 1** Amarre o cabelo
Remova anéis ou joias
- 2** Higienize as mãos antes de colocar o EPI
- 3** Coloque a bata impermeável ou avental
- 4** Coloque a máscara
- 5** Coloque a Proteção Ocular
- 6** Coloque as luvas

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada

Seqüência de remoção dos EPI

- 1** Luvas :
A parte externa das luvas está contaminada

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA
- 2** Bata ou avental :
A parte da frente da bata está contaminada
- 3** PROTETOR OCULAR:
A parte exterior dos Óculos ou da Viseira está contaminada
- 4** MÁSCARA
Higienize novamente as mãos. Não toque na frente da máscara porque está contaminada.
- 5** Higienize as mãos com água e sabão ou SABA