



**REPÚBLICA
PORTUGUESA**

CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DE
CULTURA DO CENTRO

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Estado de Emergência

de 8 a 15 de janeiro de 2021

PREVENÇÃO E CONTROLO DE INFEÇÃO POR NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)

Direção Regional de Cultura do Centro e Equipamentos Afetos

Despacho nº 2836-A/2020 de 02 de março de 2020

Procedimentos para os Trabalhadores e Colaboradores afetos à Direção Regional de Cultura do Centro



ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	4
1. ESTADO DE EMERGÊNCIA.....	5
2. CONDIÇÕES GERAIS PARA O CONTROLO DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA.....	6
3. FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS.....	8
3.1 Circuito de comunicação.....	9
3.2 Medidas Gerais de funcionamento.....	10
a) Equipamento de proteção individual (EPI).....	10
b) Ocupação dos espaços e medidas de higienização e limpeza.....	11
c) Atendimento ao público.....	12
3.3 Funcionamento dos Museus e Monumentos.....	14
4. COMO ATUAR PERANTE A SUSPEIÇÃO/ IDENTIFICAÇÃO DE UM CASO CONTÁGIO NO LOCAL DE TRABALHO.....	17
4.1. Perante um caso suspeito validado.....	18
4.2. Procedimento de vigilância de contactos próximos.....	19



REPÚBLICA
PORTUGUESA

CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DE
CULTURA DO CENTRO

COVID-19

**CUIDAR
DE SI
É CUIDAR
DE TODOS.**

LEMBRE-SE
SEMPRE
DESTAS
REGRAS
SIMPLES.

MÁSCARA

ETIQUETA
RESPIRATÓRIA

MÃOS

APP

DISTÂNCIA

#ESTAMOSJUNTOS

SECRETARIA DE SAÚDE PÚBLICA
ESTABILIZADOR
BIMESINHA HIGIENADA

REPÚBLICA
PORTUGUESA

SNS
24 horas
3 1120

DGS
Direção-Geral de Saúde

não paramos
#ESTAMOSJUNTOS

INTRODUÇÃO

Atendendo à evolução da situação epidemiológica, o Presidente da República procedeu, no dia 06 de janeiro, à renovação do estado de emergência. A declaração do estado de emergência foi renovada pelo Decreto nº 6-A/2021, de 06 de janeiro, por um período adicional de 8 dias, com início às 00:00h do dia 08 de janeiro e duração até às 23:59h do dia 15 de janeiro. Foi autorizada pela Resolução da Assembleia da República nº 1-A/2021, de 06 de janeiro.

O Decreto nº2-A/2021, de 07 de janeiro, regulamenta a aplicação do estado de emergência.

Tendo como orientação os diplomas acima referidos, procede-se à atualização do Plano de Contingência, aplicável à Direção Regional de Cultura do Centro e Serviços Dependentes, que prevê ainda as medidas de prevenção constantes nas orientações da DGS - Direção Geral de Saúde e que tem como objetivo regular o funcionamento de todos os serviços.

O Plano de Contingência da DRCC é um documento dinâmico, em permanente atualização, sempre que justificável e em função da evolução da pandemia e orientações futuras do Governo. As medidas e metodologias deste documento aplicam-se a todos os trabalhadores e colaboradores da Direção Regional de Cultura do Centro e Serviços Dependentes.

Qualquer situação não prevista neste plano, deve ser abordada com o interlocutor designado para o efeito e com a Sra. Diretora Regional de Cultura.

1. ESTADO DE EMERGÊNCIA

O estado de emergência está previsto na Constituição da República e pode ser declarado em caso de calamidade pública, permitindo a adoção de medidas como a suspensão ou restrição de determinados direitos, liberdades e garantias dos cidadãos. No contexto da pandemia COVID-19, a declaração de estado de emergência inclui a imposição destas medidas, necessárias para a proteção da saúde pública.

O estado de emergência começou às 00:00h do dia 08 de janeiro e dura até às 23:59h do dia 15 de janeiro. Ao fim de 8 dias, as decisões serão reavaliadas, podendo ser decidida a prorrogação do estado de emergência.

As medidas preconizadas obedecem a uma graduação do nível de risco de cada concelho.

2. CONDIÇÕES GERAIS PARA O CONTROLO DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA

Considerando o risco de contágio e propagação do vírus, os contactos entre as pessoas, bem como as suas deslocações, devem limitar-se ao mínimo indispensável. No entanto, essa limitação não poderá ser conseguida através do encerramento total de estabelecimentos, tendo em conta que há várias atividades económicas cujo exercício deve continuar.

Considerando ainda que a situação epidemiológica não é uniforme em todo o território nacional, há medidas cuja aplicação se restringe a determinados concelhos, em função do nível de risco existente.

Salientam-se, das medidas gerais, aplicáveis a todo o território:

Limitação de circulação entre concelhos entre as 23:00h do dia 08 de janeiro de 2021 e as 05h00 do dia 11 de janeiro de 2021;

Confinamento obrigatório para doentes com COVID-19 ou infetados com SARS-Cov-2, assim como os cidadãos a quem tenha sido determinada a vigilância ativa;

Obrigatoriedade do uso de máscara ou viseira para o acesso ou permanência em locais de trabalho sempre que o distanciamento físico recomendado seja impossível;

Permitidas medições de temperatura corporal por meios não invasivos, no controlo de acesso ao local de trabalho, a serviços ou instituições públicas e a espaços culturais, entre outros;

Manutenção preferencial do atendimento por marcação em serviços públicos, bem como a continuidade e reforço da prestação dos serviços através de meios digitais.

Nos concelhos com risco muito e extremamente elevado (CALDAS DA RAINHA e COIMBRA), aplicam-se adicionalmente as seguintes regras específicas:

Proibição de circulação na via pública a partir das 13 horas no fim de semana (09 e 10 de janeiro);

Ações de fiscalização do cumprimento do teletrabalho obrigatório;

Uso obrigatório de máscara nos locais de trabalho;

Proibição de circulação na via pública entre as 23h00 e as 05h00 nos dias de semana, salvo exceções definidas em decreto;

Possibilidade de realizar medições de temperatura corporal por meios não invasivos no acesso a locais de trabalho, estabelecimentos de ensino, meios de transporte, espaços comerciais, culturais e desportivos.

Possibilidade de exigir testes de diagnóstico para a COVID-19, no acesso a estabelecimentos de saúde, estruturas residenciais, estabelecimentos de ensino, estabelecimentos profissionais na entrada e na saída de território nacional – por via aérea ou marítima – e outros locais, por determinação da DGS;

Dever cívico de recolhimento domiciliário;

Eventos e celebrações limitados a 5 pessoas, salvo se do mesmo agregado familiar;

Encerramento dos equipamentos culturais até às 22:30.

3. FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS

No âmbito do estado de emergência decretado, pretende-se que o funcionamento dos serviços se mantenha dentro da normalidade possível, acautelando as medidas determinadas no decreto que o regulamenta e a normas da DGS.

Os serviços de atendimento ao público continuarão a ser prestados através de atendimento por marcação prévia, garantindo o cumprimento de todas as medidas de segurança que se reconhecem necessárias à proteção da saúde de funcionários, suas famílias e dos visitantes. Preferencialmente e sempre que se mostre possível, o atendimento deverá ser feito telefonicamente ou por meios digitais.

Devem ser cumpridas as medidas de distanciamento, higiene das mãos e etiqueta respiratória, entre outras, recomendadas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e demais medidas fornecidas por este documento, quer no atendimento ao público na sede, como no decurso das actividades profissionais, quer na atividade dos museus e monumentos afetos à DRCC.

O Decreto-Lei n.º 79-A/2020, de 01-10-2020, com as alterações previstas no Decreto-Lei n.º 94-A/2020, de 03-11-2020 e no Decreto-Lei 99/2020, de 22-11-2020, estabeleceu um regime excepcional e transitório de reorganização do trabalho e de minimização de riscos de transmissão da infeção da doença COVID-19 no âmbito das relações laborais do qual decorre:

- **Nos concelhos de risco elevado, muito elevado e extremo**, é obrigatória a adoção do regime de teletrabalho, independentemente do vínculo laboral, sempre que as funções em causa o permitam e o trabalhador disponha de condições para as exercer, sem necessidade de acordo escrito entre o empregador e o trabalhador.

- **Nos concelhos de risco moderado**, é obrigatória a adoção do regime de teletrabalho independentemente do vínculo laboral, sempre que as funções em causa o permitam e o trabalhador disponha de condições para as exercer, sem necessidade de acordo escrito entre o empregador e o trabalhador, se o trabalhador, mediante certificação médica, se encontrar abrangido pelo regime excepcional de proteção de imunodeprimidos e doentes crónicos nos termos do artigo 25.º-A do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março, na sua redação atual, o trabalhador possua deficiência, com grau de incapacidade igual ou superior a 60 % ou o

trabalhador tenha filho ou outro dependente a cargo que seja menor de 12 anos, ou, independentemente da idade, com deficiência ou doença crónica, que, de acordo com as orientações da autoridade de saúde, seja considerado doente de risco e que se encontre impossibilitado de assistir às atividades letivas e formativas presenciais em contexto de grupo ou turma, nos termos do Despacho n.º 8553-A/2020, publicado no Diário da República, 2.ª série, n.º 173, de 4 de setembro de 2020, ou outro que o substitua regulando a mesma matéria.

3.1 Circuito de comunicação

Para a operacionalização deste Plano de Contingência é criado um sistema de comunicação com o envolvimento de todos os trabalhadores e colaboradores da DRCC, devendo os trabalhadores estar em contacto permanente com o interlocutor do Plano de contingência designado e com as respetivas chefias diretas, que informarão ativa e permanentemente a Diretora Regional de Cultura sobre as necessidades de atuação.

Todos os trabalhadores e colaboradores serão informados sobre a atualização do plano de contingência e sobre toda a informação relevante de acordo com a cadeia de comunicação abaixo definida:



3.2 Medidas Gerais de funcionamento

O objetivo deste Plano é fornecer orientações para o funcionamento dos serviços na sede da DRCC e Serviços Dependentes.

Será efetuada uma monitorização permanente, através do interlocutor designado e das chefias de cada serviço, e sempre que se considerar necessário serão reforçadas as medidas previstas. Os coordenadores dos serviços e equipamentos afetos devem informar continuamente as necessidades de cada local e qualquer situação anómala verificada durante este período de tempo.

Para assegurar a normalidade do funcionamento dos serviços serão tomadas as seguintes medidas gerais de proteção:

a) Equipamento de proteção individual (EPI)

- Foram distribuídos a todos os trabalhadores Equipamento de Proteção Individual (EPI), que permitem a proteção e a prevenção diária no local de trabalho, a saber, máscaras comunitárias e luvas, estando disponível em todos os serviços desinfetantes de mãos e outros considerados necessários;
- A máscara deverá ser usada em reuniões, internas ou externas, e demais ocasiões que considere necessário;
- Os trabalhadores devem utilizar os EPI quando estiverem em contacto com os outros (salas partilhadas, corredores e outros locais dos serviços);
- O uso da máscara comunitária é obrigatório sempre que o trabalhador não esteja sozinho;
- Será disponibilizado um medidor de temperatura para quem pretender medir a sua própria temperatura, devendo o equipamento ser limpo e desinfetado sempre entre cada utilização;
- Todos os trabalhadores e colaboradores devem tomar as medidas de prevenção necessárias e usar os equipamentos de proteção individual distribuídos pelos serviços;
- Serão ainda fornecidas viseiras a cada serviço que poderão ser usadas pelos funcionários e colaboradores em contacto com o público (museus e monumentos) e deslocações de trabalho,

se o colaborador assim entender; finda a utilização cabe a cada colaborador realizar a desinfeção da mesma;

b) Ocupação dos espaços e medidas de higienização e limpeza

- A sala de isolamento mantém-se ativa e disponível, devendo estar devidamente equipada conforme as orientações das autoridades de saúde;
- A lotação dos espaços foi reduzida, considerando-se uma média de 25m² por pessoa, quando partilham espaços de trabalho (1 a 2 trabalhadores por gabinete/sala), distanciados, entre si, pelo menos 2 metros;
- A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar a regra de ocupação máxima indicativa de 0,05 pessoas por metro quadrado de área, o que equivale a uma pessoa por cada 20 metros quadrados;
- A DRCC dispõe de um *stock* de material de higiene e limpeza e equipamentos de proteção individual, que será gerido de acordo com as necessidades dos vários equipamentos;
- Os serviços de limpeza devem assegurar que os locais e postos de trabalho se encontram devidamente higienizados;
- As instalações serão desinfetadas no período da manhã, com principal relevância para as instalações sanitárias, puxadores e maçanetas das portas e corrimões; a mesma operação é repetida à hora de almoço, além da limpeza regular;
- Os trabalhadores deverão assumir como rotina de prevenção, a desinfeção do seu próprio posto de trabalho, teclados, monitores, telefone e outros equipamentos, com desinfetantes fornecidos pelo serviço, pelo menos uma vez por dia (à chegada) ou sempre que estes equipamentos sejam utilizados por outros;
- Os equipamentos de utilização coletiva (impressoras e afins) deverão ser desinfetados antes de cada nova utilização, pelo colaborador que tiver necessidade de os usar;

- Os utilizadores dos carros de serviço ficarão responsáveis pela desinfeção antes e após o uso (volante, tabliê, manípulos das portas e outras superfícies em que tenham que tocar, no interior ou exterior da viatura);
- Foram colocados painéis acrílicos de separação nos balcões de atendimento da receção da DRCC e dos serviços dependentes que deverão ser higienizados regularmente pelas equipas de atendimento (interior e exterior do painel de acrílico);
- Encontram-se colocados em todos os equipamentos os dispensadores automáticos, considerados necessários para a higienização/desinfeção das mãos. Recomenda-se que esta prática seja efetuada regularmente;
- Os terminais de pagamento automático (TPA), os equipamentos, objetos e superfícies de contacto público, os balcões e vitrines e locais de colocação de folhetos informativos suscetíveis de estarem em contacto físico com o público devem ser limpos e higienizados após cada utilização pelas equipas de vigilância e atendimento;
- As portas interiores do edifício devem estar abertas de forma a evitar um contacto regular com puxadores e de modo a favorecer a circulação de ar;
- Os elevadores devem ser utilizados só em casos prioritários e devem ser higienizados regularmente;
- Os locais destinados a efetuar refeições pelos trabalhadores devem ser limpos diariamente e desinfetados de acordo com a programação de limpeza prevista.

c) Atendimento ao público

- Atendimento ao público presencial realiza-se por marcação prévia, devendo o número máximo ser de duas pessoas (1 trabalhador e 1 requerente), respeitando as medidas de distanciamento social e o uso obrigatório máscara;
- O requerente deverá ser avisado aquando da marcação da reunião sobre a obrigatoriedade de usar máscara própria durante a reunião e durante a sua permanência dentro das instalações;



- Os públicos dos museus deverão usar obrigatoriamente máscara própria durante a sua permanência dentro das instalações; esta informação será veiculada publicamente através dos *websites* e redes sociais, não sendo admitida a entrada de visitantes sem máscara própria colocada;
- As deslocações em trabalho serão reduzidas ao necessário para a instrução, fiscalização ou desenvolvimento de qualquer processo da responsabilidade da DRCC, devendo por regra ser observado um máximo de duas pessoas em cada deslocação: o condutor e o técnico que deverá sentar-se no banco traseiro;
- O regime de teletrabalho deverá ser adotado, como regra, para os trabalhadores cujas funções permitam esse regime, sem prejuízo de o funcionário ter que se deslocar ao seu local de trabalho sempre que as funções ou tarefas adstritas o exijam, bastando que a sua presença no local de trabalho seja solicitada pela sua chefia direta;
- Os trabalhadores cujo conteúdo funcional não permita o regime de teletrabalho desempenharão as suas funções presencialmente, nomeadamente, no que diz respeito aos serviços de atendimento ao público, motoristas, funcionamento dos museus e monumentos ou quaisquer outras funções não passíveis de desempenho através de regime de teletrabalho;
- Sempre que não se possa, pela natureza das funções, optar pelo teletrabalho, poderá adotar-se um regime de teletrabalho parcial;
- A deslocação até ao local de trabalho deve ser efetuada com as devidas medidas de precaução aconselhadas pelas autoridades de saúde;
- Mantém-se suspensa a realização do registo biométrico para todos os trabalhadores, devendo a assiduidade ser registada digitalmente;
- Para os devidos efeitos e sempre que necessário serão emitidas declarações para que os trabalhadores possam demonstrar que estão em cumprimento de funções públicas autorizadas.

3.3 Funcionamento dos Museus e Monumentos

Os museus e monumentos afetos à DRCC estão abertos ao público, podendo encerrar em determinados períodos do dia para assegurar operações de limpeza e desinfeção, devendo o diretor/coordenador do Museu e Monumento comunicar previamente à tutela os horários que considera ajustados e adequados.

A atividade dos equipamentos deve obedecer a um conjunto adicional de medidas, a saber:

- As equipas dos museus deverão assegurar as condições de visita adequadas para acolhimento de públicos, nomeadamente a observância das normas e instruções definidas pela DGS no respeitante ao distanciamento físico, higiene das mãos e superfícies e etiqueta respiratória;
- Cada diretor do equipamento cultural define o período máximo de visita, o qual deverá ser transmitido ao visitante antes da aquisição do bilhete;
- A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regra de ocupação máxima indicativa de 0,05 pessoas por metro quadrado de área, o que equivale a uma pessoa por cada 20 metros quadrados, sem prejuízo da manutenção de uma distância mínima de 2m de outra pessoa que não seja sua coabitante;
- A admissão de visitantes é realizada de forma livre ou por conjuntos de pessoas (dependendo da dimensão médias das salas do equipamento);
- As visitas de grupo devem ser, preferencialmente, marcadas de forma prévia, afim de evitar aglomerações de pessoas à entrada dos equipamentos ou no seu exterior;
- Deverá ser assegurada vigilância à entrada das instalações sanitárias por forma a garantir que na respetiva utilização se mantém a lotação máxima por m²;
- Os horários de funcionamento e as regras de ocupação de cada espaço (número máximo de visitantes por espaço e por hora) com a indicação expressa do uso obrigatório de máscaras para o público durante a sua permanência dentro das instalações e outras informações relevantes para o bom acolhimento de públicos, nomeadamente, no que concerne ao eventual



agendamento de visitas guiadas (horários de realização e número máximo de participantes), devem estar visíveis nos espaços de acolhimento dos equipamentos; a mesma informação deverá ser disponibilizada nos *websites* e redes sociais da DRCC e de cada serviço;

- Nos espaços exteriores deverão ser asseguradas as condições de acolhimento adequadas, com a limpeza de todos os acessos e a manutenção de jardins nos moldes habitualmente executados;

- Os espaços interiores deverão ser alvo de higienização prévia e limpeza cuidada (espaços de acesso público e espaços de acesso condicionado) e rigorosa verificação das condições expositivas;

- Todos os equipamentos interativos (televisores, equipamentos informáticos e outros) deverão ser testados previamente devendo, contudo, evitar-se, se possível, que se encontrem ligados para minimizar o contacto do público com essas superfícies e para minimizar os pontos de concentração/foco dos visitantes, indicando claramente que o equipamento se encontra desligado por questões de segurança;

- Os objetos habitualmente disponíveis para toque devem ser suprimidos das exposições ou, não sendo possível, deve ser desaconselhada a sua utilização;

- Deverão ser criados circuitos formais de visita, preferencialmente de sentido único (limitando a visita a espaços exíguos e minimizando o cruzamento de visitantes em pontos de estrangulamento), através da colocação de barreiras ou fitas autocolantes (chão) de longa duração e de grande visibilidade;

- Sempre que possível, deverão ser eliminados ou reduzidos os pontos de estrangulamento de passagem, mediante eventual retirada de mobiliário/vitrines;

- Nos espaços de acolhimento ao público (receções e lojas) deverá ser sinalizado, com fitas autocolantes de longa duração, a distância mínima entre públicos;

- Nas áreas de serviços e de acesso condicionado aplicam-se as mesmas medidas gerais de segurança já mencionadas;



REPÚBLICA
PORTUGUESA

CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DE
CULTURA DO CENTRO

- Os vigilantes e rececionistas, em horário de atendimento ao público, devem usar obrigatoriamente a máscara e, facultativa e cumulativamente, a viseira;
- Todas as atividades culturais e pedagógicas previstas no âmbito da programação dos museus e monumentos será sujeita a análise prévia das medidas de segurança adequadas.

4. COMO ATUAR PERANTE A SUSPEIÇÃO/ IDENTIFICAÇÃO DE UM CASO CONTÁGIO NO LOCAL DE TRABALHO

No âmbito da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19), a presente orientação define os procedimentos a adotar em caso de identificação, no local de trabalho, de um desses casos.

Por precaução está destinado, na sede da DRCC e nos serviços dependentes, um espaço para área de isolamento de um caso suspeito de coronavírus, preferencialmente próximo da entrada do edifício e de uma casa de banho, conforme as orientações da DGS, que permita o isolamento/ separação entre o doente e as restantes pessoas no local.

De acordo com as condições em cada local, o doente em isolamento deverá, se possível, dispor de acesso a uma casa de banho para uso exclusivo, um *kit* de máscaras, luvas, água, alguns alimentos e mobiliário que permita estar confortável, enquanto aguarda encaminhamento.

O trabalhador que detete um caso suspeito de infeção por novo coronavírus (COVID-19) deve:

- Reportar à sua chefia direta e ao interlocutor do plano de contingência, uma situação de doença com possível ligação ao COVID-19;
- O trabalhador deve ter viseira e máscara e colocar luvas;
- Deve dar ao doente uma máscara cirúrgica, se o mesmo não tiver máscara;
- Deve encaminhar o doente para a área de isolamento prevista, evitando o contacto direto;
- O trabalhador deverá ligar para o SNS 24 (808 24 24 24) ou para o número de emergência médica nacional (112) e aguardar a chegada do pessoal médico;
- O trabalhador deverá encaminhar todas as pessoas para locais distantes da área de isolamento, tentando manter a calma e ordem no local;
- O trabalhador apenas contactará diretamente com o doente, quando estritamente necessário.

De momento algumas das características deste vírus são ainda desconhecidas, pelo que será atualizada esta informação e/ou os procedimentos a seguir, sempre que necessário, seguindo as recomendações emanadas pela DGS.

4.1. Perante um caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a DRCC dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o Caso for não confirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais previstos, incluindo de limpeza e desinfeção.
- Se o Caso for confirmado, a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de Caso confirmado devem tomar-se as seguintes diligências:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho ou local onde esteve o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

4.2. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador/colaborador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com o caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

– **“Alto risco de exposição”, é definido como:**

Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros);

Trabalhador que esteve face-a-face com a pessoa com Caso Confirmado ou no mesmo espaço fechado;

Trabalhador que partilhou com a pessoa com Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

– **“Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:**

Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com a pessoa com Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa);

Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência à pessoa com Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia.

Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a DRCC, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver no local de trabalho, deve-se iniciar os “Procedimentos num Caso Suspeito”;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

Recomenda-se a todos os trabalhadores que se encontram em casa, em teletrabalho ou por outras razões, que sigam todas as indicações das autoridades de saúde de forma a privilegiar o isolamento social.

Aconselha-se também a visualização da página eletrónica da DGS, onde está atualizada em permanência - <https://covid19.min-saude.pt/>

Coimbra, 24 de novembro de 2020