



Plano de Contingência SPGL (sede e delegações)

O empregador é responsável por organizar os Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no “Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho” (RJPSST - Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação do empregador assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção (art. 15.º do RJPSST).

Atendendo a que nas instalações do SPGL trabalham diariamente, para além dos seus trabalhadores, os dirigentes eleitos, este Plano de Contingência tem por objetivo a salvaguarda da saúde e da segurança de todos.

1. Enquadramento

O surto de infeção pelo novo Coronavírus, designado pela Organização Mundial de Saúde de Coronavírus-COVID 19, foi detetado pela primeira vez na China, na cidade de Wuhan, havendo já casos confirmados em todo o mundo, nomeadamente no continente europeu.

1.1. O que é o COVID-19?

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causarem doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

1.2. Como se transmite

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratória;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem.

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

1.3. Principais sintomas

As pessoas infetadas podem apresentar sintomas semelhantes aos de uma gripe: febre, tosse, dificuldade respiratória.

1.4. Quando se considera um caso como 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, nos 14 dias, antes do início dos sintomas</p> <p>Ou</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>Ou</p> <p>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19</p>

2. Plano de Contingência

2.1 Medidas preventivas

No plano individual

De acordo com a Direcção Geral de Saúde, é fundamental que os cidadãos cuidem dos seguintes aspectos :

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, incluindo o dorso das mãos e unhas.
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação e consumo de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Pode também ser utilizada, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir e espirrar para o braço com o cotovelo fletido e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.
- Seguir os procedimentos de conduta social evitando contactos próximos, nomeadamente o aperto de mão, abraços e beijos. Mormente, será de evitar a socialização íntima perante alguém com febre ou tosse.

No plano do SPGL

- Contactar as empresas que asseguram a limpeza das instalações do Sindicato no sentido de ser estabelecida uma rotina de limpeza e desinfeção de salas de reuniões, puxadores de portas, torneiras, autoclismos e outros locais utilizados por várias pessoas;
- Adquirir e disponibilizar os seguintes equipamentos e produtos (sede e delegações):

- Sabão azul e toalhetes de papel para secagem das mãos em todas as casas de banho;
- Solução antisséptica de base alcoólica para desinfecção das mãos;
- Máscaras cirúrgicas para utilização do dirigente/trabalhador/sócio com sintomas;
- Álcool a 96º para desinfecção dos equipamentos (telefones, teclados, secretárias...)
- Contentor de resíduos com abertura não manual, revestido com saco plástico com a espessura recomendada.

Qualquer pessoa que apresente sintomas que possam indiciar a presença da doença deve comunicá-lo de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados), seguindo as orientações que vierem a ser indicadas.

2.2 Procedimentos a seguir:

a). O trabalhador/dirigente sem sintomas nem contatos conhecido com doentes deve seguir as orientações gerais definidas pela Autoridade de Saúde;

b). O trabalhador/dirigente com algum dos sintomas descritos:

- Caso esteja fora do local de trabalho, contacta Saúde 24 e segue as orientações que lhe sejam dadas por esta; informa a Comissão Administrativa;

- Caso esteja nas instalações do Sindicato, é encaminhado para o local de isolamento; contacta a Saúde 24 e segue as orientações que lhe sejam dadas por esta; informa a Comissão Administrativa;

c). Trabalhador com contacto próximo com pessoa com Doença Confirmada

- Com Alto Risco de Exposição ao Vírus (ou seja, ter partilhado o local de trabalho; loiça, toalhas ou equipamentos; ter estado face a face em espaço fechado): Não vai trabalhar durante 14 dias e segue as orientações da Autoridade de Saúde Local; informa a Comissão Administrativa;

- Com Baixo Risco de Exposição ao Vírus (ou seja, teve contatos esporádico com a pessoa com Doença Confirmada; prestou assistência a Doente Confirmado seguindo as medidas de prevenção com uso de máscara, luvas, etiqueta respiratória e lavagem das mãos): Segue as orientações da Autoridade Local de Saúde; informa a Comissão Administrativa.

No Caso de Trabalhador/Dirigente com Doença Confirmada a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Comissão Administrativa e o Médico do Trabalho, deve identificar, listar e classificar os Contactos Próximos e proceder ao necessário acompanhamento diário do seu estado clínico.

2.3 Informar e formar

a) Divulgar o Plano de contingência;

b) Esclarecer, mediante informação precisa e clara, sobre o COVID-19 de modo a, por um lado evitar o medo e a ansiedade e, por outro, que seja do conhecimento de todos as medidas de prevenção a tomar.

c) Informar sobre os procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito.

2.4 Área de isolamento

A definição desta área tem o propósito de impedir que outros trabalhadores/dirigentes possam ser expostos e infetados.

Na sede do Sindicato a área definida é um dos gabinetes dos Serviços Médicos. No que respeita às delegações, deverão ser igualmente definidos espaços que possam cumprir as orientações estabelecidas pela Direção Geral de Saúde:

a) Estas áreas devem contar com ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica, revestimentos lisos e laváveis;

b) Não possuírem alcatifas, tapetes, cortinados;

c) Estarem equipadas com telefone, cadeira ou marquesa;

d) Disporem de água e alguns alimentos não perecíveis;

e) Contentor de resíduos com abertura não manual e revestido com saco plástico;

f) Solução antisséptica de base alcoólica disponível no interior e à entrada desta área;

g) Toalhetes de papel, mascaras cirúrgicas, luvas descartáveis, termómetro;

h) Nesta área, ou próximo desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, com papel higiénico, doseador de sabão e toalhetes de papel, para utilização exclusiva do trabalhador com Sintomas/Caso suspeito. No caso das delegações que apenas contam com um wc, após a sua utilização por uma pessoa com sintomas, ele deve ser devidamente desinfetado;

i) Contactar a linha de saúde 24 (808 24 24 24) a fim de receber indicações de como proceder;

j) Informar a coordenação de serviços;

k) Contactar o médico do Trabalho do SPGL Dra. Cândida Soares (917245648) expondo-lhe a situação.

2.5. Em situação de limitação/impedimento de prestação de trabalho nas instalações do Sindicato

O SPGL deve estar preparado para a eventualidade de algumas das pessoas que trabalham nas suas instalações, dirigentes e trabalhadores, poderem, por razões diversas, ser impedidos (na totalidade ou em parte) de nelas levarem a cabo a suas habituais funções, pelo que serão definidas quais as atividades que, perante esta situação, é necessário manter.

No plano do funcionamento do SPGL, a Direção tomará medidas que permitam que os sócios do SPGL possam, dentro do possível, continuar a contar com o apoio do seu Sindicato, nomeadamente no que respeita ao Serviço de Apoio aos Sócios (através de voz e correio eletrónico) e ao atendimento jurídico urgente;

Em função da evolução da epidemia o SPGL atualizará os procedimentos a seguir de acordo com as orientações da Direção Geral da Saúde e da Autoridade Local de Saúde em articulação com o Médico do Trabalho.

Lisboa, 10 de Março de 2020

A Direção do SPGL

Procedimentos a adotar na presença de sintomas de COVID-19 numa empresa/instituição

