



**PLANO DE CONTINGÊNCIA  
DE PREVENÇÃO À TRANSMISSÃO  
DO CORONAVÍRUS DO  
COMPLEXO MUNICIPAL DE  
PISCINAS COBERTAS**

## ÍNDICE

<b>ÍNDICE .....</b>	<b>2</b>
<b>I. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>3</b>
1. Objetivo .....	3
<b>II. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO .....</b>	<b>4</b>
1. Coordenação do Plano .....	4
2. Ativação do Plano .....	4
3. Desativação do Plano .....	4
4. Preparação prévia à abertura ao público .....	4
5. Medidas .....	6
6. Organização do Espaço.....	8
7. Lotação.....	8
8. Procedimentos perante Caso Suspeito.....	8
9. Cidadãos Infetados .....	9
10. Colaborador com Familiares Infetados.....	9
11. Posto de Primeiros Socorros.....	9
12. Zona de Isolamento .....	9
<b>III. REFORÇO DE MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO .....</b>	<b>10</b>
1. Medidas de Prevenção e Proteção.....	10
2. Higienização das Instalações .....	10

## I. INTRODUÇÃO

O Plano de Contingência para Prevenção de Transmissão do Coronavírus (COVID-19) do Complexo Municipal de Piscinas Cobertas, a seguir sucessivamente referido como Plano, apresenta as orientações estratégicas para a sua implementação.

A situação epidemiológica em Portugal causada pela doença COVID-19 tem exigido do Município de Elvas a aprovação de medidas extraordinárias com vista a prevenir a transmissão daquela doença.

A prioridade de prevenção da doença, contenção da pandemia e garantia da segurança dos cidadãos elvenses e dos que visitam a cidade de Elvas, alia-se agora a um regresso gradual da atividade e ao seu normal funcionamento, mediante a avaliação do quadro epidemiológico, sanitário, social e económico.

### 1. Objetivo

A COVID-19 foi reconhecida pela Organização Mundial de Saúde como pandemia, no dia 11 de março de 2020. Neste seguimento, várias medidas têm sido adotadas para conter a expansão da doença. No atual contexto de redução de medidas mais restritivas, o acesso a espaços e atividades culturais e desportivos torna-se muito importante para a saúde da população.

Considerando a evolução epidemiológica atual da COVID-19, são reabertos equipamentos desportivos e de lazer, previsto pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 40-A/2020, de 29 de maio. Os espaços desportivos, pelas suas características, representam locais de risco de transmissão da COVID-19, elaborando-se e implementando-se um plano de contingência próprio para a COVID-19, de acordo com o Decreto-Lei n.º 20/2020 de 1 de maio, Artigo 34.º-B2, tendo como objetivo a prevenção da transmissão da COVID-19, assim como, os procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19. Este plano deve ser atualizado sempre que necessário.

Qualquer situação não prevista neste plano, deve ser abordada com o interlocutor designado para o efeito, o técnico superior Raul Borrega, ou com o Coordenador Municipal de Proteção Civil.

## II. OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO

Todos os que exerçam atividade nas Piscinas Municipais devem ter conhecimento, formação e treino relativamente ao Plano, incluindo o reconhecimento de sinais e sintomas compatíveis com COVID-19, de acordo com a Norma 004/2020 da DGS, e as medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19.

### 1. Coordenação do Plano

A aplicabilidade e monitorização do Plano será da responsabilidade do técnico superior Raul Borrega, com o apoio do Coordenador Municipal de Proteção Civil, desenvolvendo as seguintes ações:

- a) Coordenar a atuação global;
- b) Avaliar a evolução da situação;
- c) Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano;
- d) Informar/notificar a DGS;
- e) Obter e consolidar informação atualizada.

### 2. Ativação do Plano

A ativação do Plano é determinada pelo Presidente da Câmara Municipal de Elvas, que deverá ter especial atenção às seguintes situações:

- a) O nível de alerta Pandémico definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e correspondente recomendação de implementação pelo MS/DGS;
- b) Se verifique um ambiente de transmissão secundária generalizada e sem controlo a nível nacional.

### 3. Desativação do Plano

O Plano é desativado por determinação do Presidente da Câmara Municipal de Elvas.

### 4. Preparação prévia à abertura ao público

A preparação prévia para a abertura ao público contempla:

- a) Antes da reabertura, quando os sistemas são reativados é necessário a revisão da avaliação de risco e do regime de controlo, adotando medidas para minimizar o risco de infeções em resultados da formação de biofilmes dentro da piscina, tubagens e acessórios;

- b) A limpeza e desinfeção da piscina deve ser realizada com o procedimento habitual, devendo-se substituir a água e proceder à cloração;
- c) Garantir que a água é testada regularmente quanto à química correta e desinfeção adequada e verificar se a instalação está livre de outros riscos químicos e físicos;
- d) Todos os operadores devem manter registos atualizados dos resultados e testes de qualidade da água. Desta forma, devem ser reforçados os mecanismos de desinfeção do circuito de água da piscina;
- e) Definição da área de isolamento;
- f) Entradas e saídas, com circuitos próprios e separados, evitando o contacto entre pessoas;

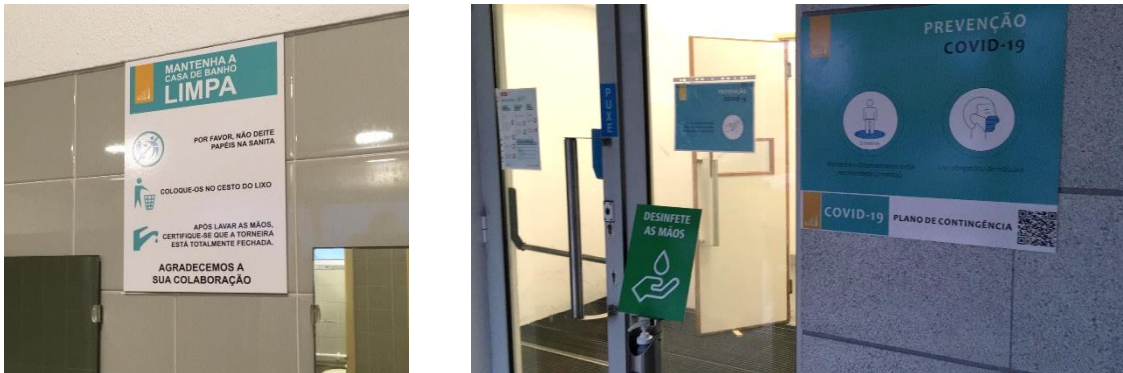


- g) Afixação, em vários locais visíveis, de cartazes e outros materiais informativos com as medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19, para conhecimento dos utilizadores;



- h) Fornecer a todos os funcionários e colaboradores informação sobre a COVID-19 e o plano de contingência, especialmente sobre como reconhecer e atuar perante um utilizador com suspeita de COVID-19;
- i) Garantir todos os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) necessários aos funcionários;

- j) Afixar, de forma acessível a todos, as regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos e normas de funcionamento das instalações;



- k) Colocação de proteções acrílicas nas zonas de atendimento e/ou controlo de acessos;



- l) Providenciar a colocação de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou solução à base de álcool, junto à receção, instalações sanitárias, entradas e saídas.

## 5. Medidas

- Reforçar a comunicação a todos os utilizadores sobre a importância e necessidade de cumprimento das medidas e boas práticas agora instituídas, para prevenção da transmissão do COVID-19;
- Deve ser assegurado que todas as pessoas estão sensibilizadas para o cumprimento das regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental;
- Informar os funcionários que não devem frequentar as instalações, caso apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19. Deverão contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24), e seguir as recomendações que lhe forem dadas;
- Garantir a utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) para todos os técnicos que não estejam a realizar exercício físico;

- e) Manter um registo, devidamente autorizado, dos funcionários e utilizadores (nome e contacto telefónico), por data e hora (entrada e saída), para efeitos de eventual vigilância epidemiológica;
- f) Os utilizadores e funcionários devem desinfetar as mãos à entrada e saída das instalações, usando os dispensadores de SABA ou solução à base de álcool dispersos pelas instalações, existindo a obrigatoriedade de higienização das mãos na entrada do cais da piscina;
- g) Garantir a utilização de EPI para todos os técnicos que não estejam a realizar exercício físico, sendo obrigatório o uso de máscara. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a lecionação de sessões de treino que impliquem realização de exercício físico;
- h) Os utilizadores terão o uso obrigatório de máscara, nos acessos às instalações, assim como, nos espaços interiores (recepção, espaços de circulação, etc.). Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização de exercício físico;
- i) Recomendar aos utilizadores o uso de óculos de natação dentro da mesma e área circundante, de modo a evitar tocar com as mãos nos olhos;
- j) Assegurar a limpeza e higienização dos equipamentos utilizados;
- k) É permitido o acesso dos utilizadores às instalações sanitárias, privilegiando o uso de papel das mãos descartável;
- l) Nas instalações sanitárias é obrigatória a utilização de calçado, devendo adotar -se comportamentos de proteção pessoal, tais como a higienização das mãos, a utilização de máscara no interior da instalação, a distância de segurança e as medidas de etiqueta respiratória;



- m) No exterior das instalações sanitárias deve ser disponibilizada a informação sobre o número máximo de utentes e a prescrição do distanciamento físico;



- n) Deve ser aumentada a frequência de higienização das instalações sanitárias, devendo manter-se o registo das ações de limpeza efetuadas, bem como garantir a utilização de equipamentos de proteção individual por parte dos trabalhadores responsáveis pelo serviço de limpeza;
- o) Aumentar a frequência de limpeza e desinfeção várias vezes por dia e com recurso a agentes adequados de todas as zonas (ex.: zonas de atendimento, balcões, mesas, corrimãos, maçanetas de portas, instalações sanitárias, puxadores, cabides, superfícies de piscinas e similares, entre outros);
- p) Os utilizadores e funcionários devem depositar os resíduos gerados nos locais destinados a esse efeito;
- q) É obrigatório o uso de calçado até à entrada na piscina;
- r) O tempo de permanência nas instalações deve ser o estritamente necessário à realização da prática desportiva;
- s) Não será permitida a utilização das bancadas.

## 6. Organização do Espaço

As medidas de distanciamento físico constituem uma das mais importantes estratégias de redução do risco de contágio por COVID-19 na comunidade:

- a) Assegurar que em espaços fechados e abertos é garantido o distanciamento físico mínimo de:
  - i. Pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico (receção, espaços de circulação, etc.);
  - ii. Pelo menos três metros entre pessoas durante a prática de exercício físico.
- b) A entrada nas instalações do Complexo Municipal de Piscinas Cobertas é efetuada através do corredor junto à receção, garantir o controlo do acesso às instalações, para manter a entrada ordeira e com o devido distanciamento físico preconizado;
- c) A saída efetua-se pelos respetivos balneários, masculino e feminino.

## 7. Lotação

Em cumprimento da legislação vigente e em adequação às condições consideradas adequadas à boa prática desportiva, a lotação do Complexo Municipal de Piscinas Cobertas, estabelecesse num máximo de 36 utilizadores de lotação instantânea, para a piscina 25 metros, e 10 utilizadores para o tanque de aprendizagem.

## 8. Procedimentos perante Caso Suspeito

São considerados casos suspeitos todas as pessoas que apresentem sintomas de infeção respiratória aguda, febre, tosse ou dificuldades respiratórias, ou



que tenham tido contacto confirmado ou provável com sujeitos infetados por COVID-19.

Perante uma suspeita de um cidadão infetado por COVID-19, devem adotar-se, de imediato, medidas de isolamento e decidir caso a caso, tendo por base a identificação do risco, em estreita articulação com a Autoridade de Saúde Local e a Linha SNS24 (808 24 24 24).

Quem acompanhar e prestar assistência ao colaborador com suspeita deve assegurar a utilização de uma máscara e luvas descartáveis. O colaborador que manifestar sintomas deve usar uma máscara.

O caso suspeito validado deve permanecer na zona de isolamento até à chegada da equipa de Pré-Hospitalar dos Bombeiros Voluntários de Elvas, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste doente com os restantes colaboradores. Devem-se evitar deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações.

## 9. Cidadãos Infetados

É expressamente proibido o acesso a cidadãos infetados. Devem adotar medidas de proteção individual, e cumprir as orientações emanadas das entidades competentes de modo a evitar o risco de contágio.

## 10. Colaborador com Familiares Infetados

Colaboradores que não estão infetados, mas têm um ou mais familiares infetados ou estiveram em contacto com o vírus, não podem deslocar-se para as instalações onde desempenham a sua atividade.

## 11. Posto de Primeiros Socorros

- a) O posto de primeiros socorros deve estar dotado com termómetro e equipamento de proteção individual, e compreender uma área destinada ao isolamento de casos suspeitos da doença COVID -19;
- b) O nadador salvador deve encaminhar os casos suspeitos para o espaço de isolamento e prestar todo o apoio que se revele necessário, interditando a aproximação de qualquer outra pessoa até à chegada da equipa de emergência médica.

## 12. Zona de Isolamento

Nos termos do ponto 5.2.1 da Orientação n.º 006/2020 emitida pela Direção Geral da Saúde, no dia 26/02/2020, identifica-se no Complexo Municipal de Piscinas Cobertas como zona de isolamento o posto médico, respetivamente identificado, considerando a localização, acessibilidade, ventilação e a própria condição de higienização e desinfeção.



O acesso de outros colaboradores à zona de isolamento ficará interdito, exceto ao responsável por prestar assistência.

### **III. REFORÇO DE MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO**

#### **1. Medidas de Prevenção e Proteção**

De acordo com as orientações emanadas pela OMS e DGS:

- Nos pontos de entrada dos edifícios e nos demais locais de maior afluxo de pessoas serão instalados dispensadores de produto de higienização antisséptico para mãos, para que colaboradores e todas as demais pessoas que se desloquem às instalações possam desinfetar as mãos nos termos recomendados;
- Sempre que possível os funcionários deverão cumprir os procedimentos básicos para higienização das mãos (lavagem frequente das mãos com água e sabão ou com soluções à base de álcool);
- Cumprimento das regras de etiqueta respiratória:
  - Cobrir a boca e o nariz ao espirrar ou tossir;
  - Utilizar um toalhete de uso único para conter as secreções respiratórias, o qual deve ser prontamente eliminado num contentor de resíduos próximo;
  - Em alternativa poderá tossir ou espirrar para o braço/manga evitando a dispersão de partículas, e a consequente contaminação das mãos;
  - Higienizar as mãos após contacto com secreções respiratórias;
  - Evitar tocar nas mucosas dos olhos, boca ou nariz.
- Evitar contacto com pessoas com infeção respiratória;
- Evitar partilha de objetos de uso pessoal e comida;
- Sempre que um colaborador do Município de Elvas apresente sintomas de tosse, febre ou dificuldade respiratória conjugado com regresso recente de áreas com transmissão comunitária ativa do COVID-19 ou contacto com um doente infetado, deve ligar para a Linha SNS 24 – 808 24 24 24, informando os seus superiores hierárquicos;
- Manter pelo menos 2 metros de distância em relação a outras pessoas, principalmente daquelas que apresentam sintomas de tosse ou febre.

#### **2. Higienização das Instalações**

- Deve ser articulado o plano de limpeza com os colaboradores responsáveis deste serviço;



- Após a deteção de um caso suspeito devem ser adaptados os procedimentos de limpeza e desinfeção de todas as áreas, em especial, nas zonas onde se verifica o maior fluxo/concentração de pessoas;
- Cada colaborador deve proceder à limpeza diária do telefone, bancada de trabalho e teclado;
- Os resíduos recolhidos nas instalações sanitárias devem ser acondicionados em recipiente próprio e ter destino adequado;
- Deve proceder-se à renovação do ar interior e espaços comuns.