

→ Aprovado.  
→ A reunião para ratificar



15.01.21.

# Coronavirus

## SARS-CoV-2 (COVID-19)



# Plano de Contingência

## FEIRA DE MAFRA

Mafra, 14 janeiro 2021

VERSÃO 2.0



# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## Índice

NOTA INTRODUTÓRIA .....	3
REFERÊNCIAS.....	4
1. ANÁLISE DE RISCO .....	5
1.1 Caracterização da situação .....	5
1.2 Sintomas .....	5
1.3 Definição e classificação de caso .....	6
1.4 Transmissão da infeção .....	7
1.5 Classificação do tipo de contacto próximo .....	8
2. PLANO DE CONTINGÊNCIA .....	10
2.1 Objetivo e Conceito de Atuação .....	10
3. SITUAÇÃO .....	11
4. EXECUÇÃO.....	11
4.1 Direção e coordenação .....	12
4.2 Informação e monitorização.....	12
4.3 Ativação do Plano .....	13
4.4 Ações a desenvolver .....	13
5. PROCEDIMENTOS .....	16
5.1 Procedimentos para feirantes, colaboradores e consumidores com sintomas de COVID-19 .....	16
5.2 Procedimento para funcionamento da Feira .....	17
6. LOGÍSTICA .....	18
7. INFORMAÇÃO PÚBLICA .....	19
8. ANEXOS .....	19
ANEXO 1 – Sintomas.....	20
ANEXO 2 – Procedimentos de autoproteção .....	21
Anexo 3 - Higiene das Mãos .....	22
ANEXO 4 – Composição de Kits para casos suspeitos e identificação de espaços de isolamento de casos suspeitos .....	23
ANEXO 5 – Layout do espaço da feira.....	24

✍



## NOTA INTRODUTÓRIA

A COVID-19 foi declarada 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.

Esta é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia. Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos. A COVID-19 foi reconhecida como Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde.

Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública. O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.



## REFERÊNCIAS

### Orientações da Direção-Geral de Saúde (DGS):

- n.º 006/2020, de 26/02/2020 - Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas;
- n.º 011/2020 de 17/03/2020 - Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público;
- n.º 014/2020 de 21/03/2020 - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- n.º 019/2020 de 03/04/2020 - Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não-Profissionais de Saúde.

### Normas da Direção-Geral de Saúde (DGS):

- n.º 004/2020, de 14/10/2020 - Abordagem do doente com suspeita ou infeção por SARS-CoV-2);
- n.º 20/2020 de 09/11/2020 - COVID-19: Definição de Caso de COVID-19;



## 1. ANÁLISE DE RISCO

### 1.1 Caracterização da situação

Como já referido, a 30 de janeiro de 2020 a Organização Mundial de Saúde declarou uma emergência de saúde pública face à epidemia SARS-CoV-2, tendo posteriormente, no dia 11 de março de 2020, declarado a COVID-19 como uma pandemia. Desde então, foram adotadas várias medidas urgentes e extraordinárias, com o objetivo de conter a propagação do vírus.

Não obstante a adoção daquelas medidas ter permitido resultados benéficos quanto ao controlo da pandemia e à garantia da segurança dos portugueses, continua a ser necessário encetar medidas para conter a transmissão do vírus e controlar a situação epidemiológica, razão pela qual o Governo veio declarar a situação de calamidade.

Entre as várias medidas adotadas através daquela Resolução, o Governo veio definir 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.

### 1.2 Sintomas

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade (ANEXO 5), 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.

1



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

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

### 1.3 Definição e classificação de caso

De acordo com a Norma 20/2020, de 09/11/2020, tem-se como critérios para a Definição de Caso de COVID-19:

- a) **Critérios clínicos** - Qualquer pessoa que apresente, pelo menos, um dos seguintes critérios:
- Tosse de novo ou agravamento do padrão habitual;
  - Febre (temperatura corporal  $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$ ) sem outra causa atribuível;
  - Dispneia / dificuldade respiratória sem outra causa atribuível;
  - Anosmia (perda do olfato) de início súbito;
  - Disgeusia (distorção do paladar) ou ageusia (perda do paladar) de início súbito.

Podem existir também outros sintomas que devem ser valorizados de acordo com o contexto e a pessoa, entre os quais, congestão nasal, diarreia, náuseas/vómitos, dores no corpo e dor de garganta.



- b) **Critérios epidemiológicos:** quando nos 14 dias antes do início de sintomas tenha havido contacto com um caso confirmado de COVID-19;
- c) **Critérios imagiológicos,** atestados por radiografia do tórax, tomografia computadorizada do tórax;
- d) **Critérios laboratoriais,** através da realização de testes;

Quanto à classificação do Caso de COVID-19, tem-se:

- a) **Caso Possível:** pessoa que preencha os critérios clínicos;
- b) **Caso Provável:** pessoa que preencha um dos seguintes critérios:
  - Critérios clínicos e critérios epidemiológicos; ou
  - Critérios clínicos e critérios imagiológicos.
- c) **Caso Confirmado:** pessoa que preencha os critérios laboratoriais.

## 1.4 Transmissão da infeção

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.

Via de contacto direto	Via de contacto indireto
Através de gotículas que uma pessoa infetada transmite pela boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra (e não utiliza as regras de etiqueta respiratória) podendo estas entrar diretamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima.	Através das mãos, que tocam nas superfícies contaminadas com as gotículas expelidas pelas pessoas infetadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente, sem termos feito a higiene das mãos.

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.

## 1.5 Classificação do tipo de contacto próximo

### Alto risco de exposição

Pessoa com:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
  - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
  - Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;



# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

- Contacto físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contacto com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
  - Numa aeronave:
    - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
    - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
  - Num navio:
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Partilha da mesma cabine com o doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).





## Baixo risco de exposição (contacto casual)

Pessoa com:

- Contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19;
- Contacto frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos;
- Contacto em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros OU durante menos de 15 minutos.

## 2. PLANO DE CONTINGÊNCIA

### 2.1 Objetivo e Conceito de Atuação

O Plano de Contingência visa:

- Dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para retoma da atividade comercial que se desenvolve nas feiras retalhistas cuja organização compete à Câmara Municipal de Mafra;
- Estabelecer os princípios orientadores e regras de atuação;
- Elencar procedimentos a adotar face à confirmação de casos positivos nas feiras de âmbito municipal;

Este Plano, que constitui um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção, define, nomeadamente:

- A estrutura de decisão, coordenação, monitorização e divulgação de informação;



- Os procedimentos a adotar de forma a conter a propagação da doença junto dos feirantes, consumidores e trabalhadores da Junta de Freguesia.

## 3. SITUAÇÃO

A Câmara Municipal de Mafra tem sob a sua gestão a feira retalhista - Feira Mensal de Mafra - cujo recinto se situa no Parque Intermodal de Mafra (junto às escolas) onde se desenvolve a atividade de comércio a retalho e prestação de serviços de snack-bar e bebidas não sedentárias.

Trata-se de um espaço propenso à aglomeração de um elevado número de pessoas, quer pela forma como os espaços de venda estão posicionados entre si, quer ainda porque implicam o contacto direto entre indivíduos.

Neste contexto identificam-se os seguintes intervenientes:

- Câmara Municipal de Mafra;
- Feirantes;
- Colaboradores dos feirantes;
- Consumidores;

## 4. EXECUÇÃO

Este plano aplica-se a todos os feirantes, colaboradores dos feirantes e consumidores que interagem direta ou indiretamente no recinto da feira.

No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão cometidas.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19 pela Câmara Municipal de Mafra, no recinto da feira, será ponderada tendo em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas autoridades de saúde e do Governo, bem como a atuação por parte de todos os intervenientes.

## 4.1 Direção e coordenação

O presente plano ficará sob direção do Presidente da Câmara Municipal de Mafra coadjuvado por uma Equipa de Coordenação constituída pelo Chefe de Divisão da Proteção Civil, por um elemento da Unidade de Licenciamentos Diversos, por um elemento do serviço de Polícia Municipal, pelo Comandante dos Bombeiros Voluntários de Mafra e pelo Comandante do Posto Territorial de Mafra da Guarda Nacional Republicana.

Esta equipa é responsável por:

- a) Acompanhar a evolução da situação;
- b) Elaborar e divulgar relatórios de situação;
- c) Promover a disponibilização do Plano no sítio da Câmara Municipal na internet;
- d) Realizar alterações ao Plano de Contingência.

## 4.2 Informação e monitorização

A equipa, nomeará um Gestor do Plano, responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência na feira, centralizar a informação, elaborar relatórios e reportar



os dados à Equipa de Coordenação, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

A articulação com a DGS será garantida pelo Executivo da Câmara Municipal, que assegurará a divulgação de informação considerada pertinente ao Gestor do Plano.

## 4.3 Ativação do Plano

O Plano é ativado pelo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Mafra (Diretor do Plano), com o apoio técnico da Equipa de Coordenação, atendendo a uma das seguintes situações:

- a) Orientações emanadas pela DGS;
- b) Na iminência da proliferação generalizada de casos de COVID-19;
- c) Surgimento de um caso de contaminação ou suspeita de contaminação COVID-19 na Feira Mensal de Mafra

A desativação do Plano de Contingência é da responsabilidade do Diretor do Plano, em articulação com a Equipa de Coordenação.

## 4.4 Ações a desenvolver

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos: fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação. As ações descritas em cada umas das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## FASE DE PREVENÇÃO:

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a) Divulgação do Plano no sítio da Câmara Municipal na Internet.
- b) Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes (ANEXO 2 e ANEXO 3);
- c) Reforço de medidas de limpeza no recinto da feira;
- d) Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento da feira;
- e) Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais;
- f) Aquisição de equipamentos, kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19 (ANEXO 4);
- g) Nomear os trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;
- h) Preparar um espaço no recinto da feira, onde tal seja possível, com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas da fonte potencial de infeção (ANEXO 5);
- i) Deverá também ser indicado qual o responsável designado para acompanhamento ao espaço de isolamento, de eventual suspeito de infeção.
- j) Disponibilizar solução de base alcoólicas de desinfeção na entrada e saída do recinto da feira;
- k) Monitorizar e acompanhar a situação.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## FASE DE RESPOSTA:

Esta fase é desencadeada pela referenciação de possíveis casos de contágio em qualquer interveniente, e compreende as seguintes ações:

- a) Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- b) Reforço da limpeza do recinto da feira;
- c) Garantir a existência de produtos de higiene no recinto da feira, de modo a reforçar uma boa higienização das mãos;
- d) Garantir a reposição dos kits de proteção individual;
- e) Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas de infeção por COVID-19 no recinto e durante a realização da feira:
- f) 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 (ANEXO 4);
- g) proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.
- h) informar os fregueses sobre a eventual perturbação no funcionamento da feira;
- i) emitir relatórios com informação direcionada às autoridades de saúde;
- j) recolher a identificação das pessoas que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

## FASE DE RECUPERAÇÃO

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos, pela recuperação clínica dos últimos infetados e pelo regresso gradual normalidade, culminando com a desativação do Plano. É caracterizada pelas seguintes ações:

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

- a) Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza de instalações;
- b) Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subsequentes de infeção;
- c) Informação aos fregueses sobre a reativação e normalização do funcionamento da feira.

Com a desativação do Plano:

- a) Desativar os espaços de isolamento;
- b) Recolher os kits de proteção individual não utilizados;
- c) Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;
- d) Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

## 5. PROCEDIMENTOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento da feira

### 5.1 Procedimentos para feirantes, colaboradores e consumidores com sintomas de COVID-19

1. Aparecimento de Sintomas;
2. O feirante, colaborador ou consumidor informa a Câmara Municipal de Mafra – Linha de Emergência 800 261 261;





3. O indivíduo é acompanhado pela pessoa designada pelo Diretor do Plano (gestor do Plano) ao espaço de isolamento e fornece kit de proteção individual;
4. O indivíduo contacta o SNS 24 (808 24 24 24) e segue as orientações do SNS;
5. O Gestor do Plano reporta a situação ao Presidente da Câmara Municipal;

## 5.2 Procedimento para funcionamento da Feira

De acordo com as orientações da DGS e com o Decreto n.º 3-A/2021 de 14 de janeiro, a abertura do funcionamento das feiras fica sujeito ao cumprimento das seguintes regras:

- a) A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regra de ocupação máxima indicativa de 0,05 pessoas por metro quadrado de área (1 pessoa por cada 20 m<sup>2</sup>);
- b) O gestor do plano em cada recinto deverá identificar no ANEXO 4, o número total de utentes permitidos no espaço, e deve efetuar uma contabilização dos mesmos, de forma a nunca ultrapassar a ocupação máxima;
- c) Manter uma distância mínima de dois metros entre as pessoas;
- d) O atendimento terá de ser efetuado de forma organizada, limitado a um consumidor de cada vez, respeitando as regras de higiene e segurança;
- e) Assegurar-se que as pessoas permanecem no recinto da feira apenas o tempo estritamente necessário à aquisição dos bens;
- f) Definição de circuitos específicos de entrada e saída deverão estar colocados no ANEXO 05;
- g) Os feirantes terão de ter para disponibilização aos utentes, solução antisséptica de base alcoólica;



- h) É obrigatório, dentro do recinto da feira, o uso de máscara pelos feirantes e consumidores, podendo ser complementado com o uso de viseira;
- i) É obrigatório, dentro do recinto da feira, o uso de luvas pelos feirantes;
- j) Os feirantes devem providenciar, uma barreira física de forma a assegurar um distanciamento mínimo de 1 metro entre o consumidor e a banca de exposição dos artigos;
- k) Os artigos, principalmente os produtos alimentares, só podem ser manuseados pelos feirantes e seus colaboradores;
- l) Observar todas as regras do SNS e do Governo aplicáveis.

## 6. LOGÍSTICA

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

### Executivo da Câmara Municipal

- Garante a monitorização do cumprimento das regras definidas no presente;
- Afetação de recursos para o cumprimento das regras de higiene e saúde pública previstas no Plano;
- Assegura a reposição e reforço de *stocks* de bens essenciais e indispensáveis ao funcionamento dos serviços (produtos de higiene, limpeza, kits de proteção individual, etc.);
- Assegura a revisão dos contratos de limpeza para desinfeção do espaço de permanência de casos suspeitos e dos recintos das feiras;

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

- Assegura a higienização do recinto da feira;
- A articulação com a DGS;
- Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento da feira;
- Assegura a cedência, colocação e recolha de grades no recinto da feira;

## Serviço de Polícia Municipal

- Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento da feira.

## GNR de Mafra

- Garante o cumprimento das regras definidas para o bom funcionamento da feira.

## 7. INFORMAÇÃO PÚBLICA

Por forma a assegurar a difusão alargada de comportamentos e medidas de autoproteção, a informação a divulgar respeitará simultaneamente as orientações das autoridades de saúde e os procedimentos definidos no presente Plano, sendo difundida através dos habituais meios de divulgação da Câmara Municipal de Mafra.

## 8. ANEXOS

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## ANEXO 1 – Sintomas

**NOVO | NEW | 新型冠状病毒**  
**CORONAVÍRUS 2019 nCoV**

**TOSSE**  
COUGH  
咳嗽

**FEBRE**  
FEVER  
发烧

**DIFICULDADE RESPIRATORIA**  
SHORTNESS OF BREATH  
呼吸困难

**+**

**REGRESSOU DA CHINA?**  
HAVE YOU RETURNED FROM CHINA?  
你从中国回来的吗?


**OU**  
**OR**  
**或**


**CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO**  
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PATIENT  
你有接触过任何患有新型冠状病毒感染的病人吗?


**LIGUE PARA**  
PLEASE CALL  
请致电

**SNS 24**  
**808 24 24 24**

**E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE**  
AND REPORT YOUR RECENT TRIP  
并且报告你最近的出行记录

 **REPÚBLICA PORTUGUESA**  
salud

 **SNS**  
Serviço Nacional de Saúde

 **120 DGS**  
Direção-Geral de Saúde

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## ANEXO 2 – Procedimentos de autoproteção

- Cobrir o nariz e a boca, com a manga ou um lenço, quando espirrar ou tossir;
- Utilizar lenços descartáveis de papel e rejeitá-los para contentores fechados;
- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão;
- Evitar contacto com pessoas que tenham sintomas semelhantes aos da gripe;

**NOVO | NEW | 新型 冠状病毒**  
**CORONAVÍRUS 2019-nCoV**

**RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议**

		
Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o antebraço	Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool	Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória
When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm	Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution	Avoid close contact with people suffering from respiratory infections
咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或手臂遮住嘴巴和鼻子	经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手	避免与有呼吸道感染的人密切接触

**EM CASO DE DÚVIDA LIGUE**  
**IF IN DOUBT, CALL**  
**若有任何疑惑，请直接电话询问**

**SNS 24**  
**808 24 24 24**





## Anexo 3 - Higiene das Mãos

Lavar as mãos habitualmente é um gesto vantajoso para se proteger:

- Ao chegar ao trabalho e antes de iniciar as tarefas;
- Depois de utilizar a casa de banho;
- Quando tossir ou espirrar;
- Depois de tocar no nariz, cabelo ou outras partes do corpo;
- Quando utilizar material de limpeza;
- Depois de pegar em dinheiro e fumar;
- Depois de recolher o lixo e outros resíduos;
- Antes, durante e depois de cozinhar.



A lavagem correcta das mãos deve durar mais de 20 segundos



0 Molhe as mãos com água



1 Aplique sabão para cobrir todas as superfícies das mãos



2 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



3 Palma da mão direita no dorso da esquerda, com os dedos entrelaçados e vice-versa



4 Palma com palma com os dedos entrelaçados



5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



6 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa



7 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa



8 Enxagúe as mãos com água



9 Seque as mãos com toalhete descartável



10 Utilize o toalhete para fechar a torneira, se esta for de comando manual



11 Agora as suas mãos estão limpas e seguras



## ANEXO 4 – Composição de Kits para casos suspeitos e identificação de espaços de isolamento de casos suspeitos

### COMPOSIÇÃO DE KITS PARA CASOS SUSPEITOS DE INFEÇÃO:

- Máscara cirúrgica para proteção da boca e do nariz;
- Solução de desinfetante à base de álcool.

### COMPOSIÇÃO DE KITS PARA O ACOMPANHANTE DE CASOS SUSPEITOS:

- Máscara cirúrgica para proteção da boca e do nariz;
- Luvas descartáveis.

### IDENTIFICAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO DE CASOS SUSPEITOS

- Equipamento de apoio à Feira Mensal de Mafra - Sala de isolamento

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

Feira Mafra  
COVID-19

Serviço Municipal de Proteção Civil



Data: 14-01-2021

## ANEXO 5 – Layout do espaço da feira

