



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DE  
CULTURA DO CENTRO

---

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Plano de levantamento progressivo de restrições – 2ª fase

20 de agosto 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. SITUAÇÃO DE CONTINGÊNCIA .....	6
2. CONDIÇÕES GERAIS PARA O CONTROLO DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA.....	7
3. FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS .....	10
3.1 Circuito de comunicação .....	10
3.2 Medidas Gerais de funcionamento.....	11
a) Equipamento de proteção individual (EPI).....	11
b) Ocupação dos espaços e medidas de higienização e limpeza .....	12
c) Atendimento ao público.....	14
3.3 Funcionamento dos Museus e Monumentos .....	15
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  
ESTAMOS JUNTOS  
ILUMINANDO HOJE E AMANHÃ

REPÚBLICA  
PORTUGUESA

SNS  
2015-2020  
31.03.2020

DGS  
2015-2020  
PROTEÇÃO DO DOENTE

não paramos  
#ESTAMOSJUNTOS  
Estamos juntos em cada momento da vida. #EstamosJuntos

## INTRODUÇÃO

Através da Resolução do Conselho de Ministros n.º 101-A/2021, de 30 de julho, o Governo estipulou, nos seus artigos 34.º e seguintes, orientações quanto à progressão do levantamento de medidas restritivas, a qual tem em conta, entre outros fatores e indicadores, os patamares de percentagem da população com vacinação completa.

Neste contexto, foram definidos dois patamares (70 % e 85 % da população com vacinação completa), os quais, em conjunto com os indicadores relativos à avaliação de risco e monitorização da pandemia da doença COVID-19 definidos através do Despacho n.º 7577-A/2021, publicado no Diário da República, 2.ª série, n.º 147, de 30 de julho de 2021, habilitariam, caso a situação epidemiológica o permitisse, a alteração de algumas medidas num sentido menos restritivo.

Tendo sido atingido, em 18 de agosto de 2021, o patamar de 70 % da população com vacinação completa, vem o Governo dar sequência à possibilidade prevista na Resolução do Conselho de Ministros n.º 101-A/2021, de 30 de julho, através da **Resolução da Assembleia da República n.º 114-A/2021, publicada no Diário da República n.º 162/2021, 1.º Suplemento, Série I de 2021-08-20, que declara a situação de contingência para todo o território nacional continental, no âmbito da pandemia da doença COVID-19, até às 23:59 h do dia 30 de setembro de 2021** (com a redação corrigida pela Declaração de Retificação N.º 28-A/2021 - Diário da República N.º 167/2021, 2.º Suplemento, Série I de 2021-08-27).

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. SITUAÇÃO DE CONTINGÊNCIA**

A declaração da situação de contingência visa reconhecer a necessidade de adotar medidas de caráter excecional destinadas a prevenir, reagir ou repor a normalidade das condições de vida pelos efeitos da ocorrência ou perigo de ocorrência de acidente grave ou catástrofe.

A Lei de Bases da Proteção Civil define catástrofe como o acidente grave ou a série de acidentes graves suscetíveis de provocarem elevados prejuízos materiais e, eventualmente, vítimas, afetando intensamente as condições de vida e o tecido socioeconómico em áreas ou na totalidade do território nacional, o que se tem verificado com a pandemia COVID-19.

A situação de contingência é um mecanismo legal, devendo a sua execução obediência à lei e à Constituição. A situação de contingência permite medidas restritivas, mas o seu âmbito é menor que o da situação de calamidade.

A situação de contingência vigora até às 23:59 h do dia 30 de setembro de 2021.

## 2. CONDIÇÕES GERAIS PARA O CONTROLO DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA

O plano de levantamento de restrições prevê o levantamento gradual das medidas preconizadas, em função da percentagem de população com vacinação completa.

Está em vigor a 2ª fase do plano, após ser atingida a percentagem de 70% da população vacinada.

### **As medidas gerais em vigor são:**

- Confinamento obrigatório para pessoas com COVID-19 ou em vigilância ativa;
- Obrigatoriedade de uso de máscaras ou viseiras para o acesso ou permanência em locais de trabalho sempre que o distanciamento físico recomendado pelas autoridades de saúde se mostre impraticável; esta obrigação não é aplicável aos trabalhadores quando estejam a prestar o seu trabalho em gabinete, sala ou equivalente que não tenha outros ocupantes ou quando sejam utilizadas barreiras físicas impermeáveis de separação e proteção entre trabalhadores;
- Podem ser realizadas medições de temperatura corporal por meios não invasivos, no controlo de acesso ao local de trabalho, a serviços ou instituições públicas, a estabelecimentos educativos, de ensino e de formação profissional, a espaços comerciais, culturais ou desportivos, a meios de transporte, a estabelecimentos de saúde, a estabelecimentos prisionais ou a centros educativos, bem como em estruturas residenciais;
- Podem ser sujeitos à realização de testes de diagnóstico de SARS-CoV-2, de acordo com as normas e orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS), entre outros, os trabalhadores que desempenham funções em serviços públicos.

Sem prejuízo das regras especialmente previstas que lhes sejam aplicáveis, o funcionamento de atividades, estabelecimentos ou equipamentos está condicionado ao cumprimento de todas as orientações e instruções específicas definidas pela DGS para o respetivo setor de atividade ou de outras que lhes possam ser aplicáveis em função dos serviços que prestem.



Devem ainda ser observadas as seguintes regras de ocupação, permanência e distanciamento físico:

- A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar regras de ocupação máxima indicativa de 0,08 pessoas por metro quadrado de área<sup>1</sup>, com exceção dos estabelecimentos de prestação de serviços;
- A adoção de medidas que assegurem uma distância mínima de 2 m entre as pessoas, salvo disposição especial ou orientação da DGS em sentido distinto;
- A garantia de que as pessoas permanecem dentro do espaço apenas pelo tempo estritamente necessário;
- A proibição de situações de espera para atendimento no interior dos estabelecimentos de prestação de serviços, devendo os operadores económicos recorrer, preferencialmente, a mecanismos de marcação prévia;
- A definição, sempre que possível, de circuitos específicos de entrada e saída nos estabelecimentos e instalações, utilizando portas separadas;
- As atividades de comércio de retalho alimentar e não alimentar funcionam de acordo com o horário do respetivo licenciamento; os demais estabelecimentos ou equipamentos que prestem serviços e estejam abertos ao público, nomeadamente os estabelecimentos de restauração e similares ou os equipamentos culturais e desportivos, funcionam de acordo com o horário do respetivo licenciamento, com o limite das 02:00 h, ficando excluído o acesso ao público para novas admissões a partir da 01:00 h;
- É permitida a realização eventos e celebrações, nomeadamente a realização de eventos culturais em recintos de espetáculo de natureza fixa, com limite de lotação correspondente a 75 % do espaço em que sejam realizados e de outros eventos, designadamente culturais que não se enquadrem no anteriormente disposto e desportivos, sejam realizados em interior, ao ar livre ou fora de recintos fixos, com diminuição de lotação e de acordo com as orientações específicas da DGS;

---

<sup>1</sup> Entende-se por «área» a área destinada ao público, incluindo as áreas de uso coletivo ou de circulação, à exceção das zonas reservadas a estacionamento de veículos; Os limites previstos de ocupação máxima por pessoa não incluem os funcionários e prestadores de serviços que se encontrem a exercer funções nos espaços em causa.



- Os eventos com público realizados fora de estabelecimentos destinados para o efeito devem ser precedidos de avaliação de risco, pelas autoridades de saúde locais, para determinação da viabilidade e condições da sua realização;
- Os serviços públicos desconcentrados e as lojas de cidadão prestam atendimento presencial sem necessidade de recurso a marcação prévia, sem prejuízo da continuidade e do reforço da prestação dos serviços através dos meios digitais e dos centros de contacto com os cidadãos e as empresas.

### **3. FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS**

No âmbito da atual situação de contingência, pretende-se que o funcionamento dos serviços se aproxime da normalidade, adotando as medidas previstas no Plano de levantamento gradual das restrições, acautelando as medidas legalmente determinadas e as normas da DGS.

Os serviços de atendimento ao público continuarão a ser prestados preferencialmente 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. De forma preferencial e sempre que se mostre possível, o atendimento poderá 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 atividades profissionais, quer na atividade dos museus e monumentos afetos à DRCC.

#### **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 outras pessoas (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 desinfecção 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;
- Os espaços de trabalho partilhados garantem, sempre que possível, um distanciamento de pelo menos 2 metros entre trabalhadores; nos casos em que tal seja inviável, serão instaladas divisórias de proteção;
- A afetação dos espaços acessíveis ao público deve observar a regra de ocupação máxima indicativa de 0,08 pessoas por metro quadrado de área, o que equivale a duas pessoas por cada 25 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;

- Foram disponibilizadas soluções líquidas de base alcoólica, para os trabalhadores e utentes dos espaços, colocados nas entradas e saídas dos espaços, assim como no seu interior, em localizações adequadas para desinfeção de acordo com a organização de cada espaço.

**c) Atendimento ao público**

- Atendimento ao público presencial realiza-se preferencialmente por marcação prévia, devendo o número máximo de pessoas permitir respeitar 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 para a instrução, fiscalização ou desenvolvimento de qualquer processo da responsabilidade da DRCC deverão realizar-se acautelando todos os cuidados e normas necessários à contenção da propagação do vírus;

- A deslocação até ao local de trabalho deve ser efetuada com as devidas medidas de precaução aconselhadas pelas autoridades de saúde.

### 3.3 Funcionamento dos Museus e Monumentos

Os museus e monumentos afetos à DRCC reabriram ao público a 05 de abril, podendo encerrar em determinados períodos do dia para assegurar operações de limpeza e desinfeção.

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.

Adicionalmente é necessário prever um conjunto adicional de medidas, a saber:

- As equipas dos museus deverão assegurar as condições de visita adequadas para acolhimento de públicos;
- Cada diretor/coordenador 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 0,08 pessoas por metro quadrado de área, o que equivale a duas pessoas por cada 25 metros quadrados;
- A admissão de visitantes é realizada de forma livre ou por conjuntos de pessoas (dependendo da dimensão médias das salas do equipamento);
- Deverá ser assegurada vigilância à entrada das instalações sanitárias por forma a garantir que na respetiva utilização se mantém a lotação máxima por m<sup>2</sup>;
- Deverão ser divulgados os respetivos 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), 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 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;
- 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 contatos 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, 13 de setembro de 2021