



PISCINAS DESCOBERTAS
de **ARMAMAR**

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

MUNICÍPIO DE ARMAMAR
JUNHO DE 2021





I. ÂMBITO

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, e que, desde então, foram adotadas várias medidas urgentes e extraordinárias, com o objetivo de conter a propagação do vírus.

O Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto do atual surto de doença por Coronavírus SARS-CoV-2 - COVID-19 (doravante COVID-19), para utentes da Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

O presente Plano de Contingência visa antecipar e gerir o impacto do aparecimento de casos suspeitos de infeção, na Piscina Municipal Descoberta de Armamar, bem como munir todos os intervenientes com o máximo de informação, como forma de garantir a segurança e tranquilidade dos utentes, face à atual situação de progressivo desconfinamento.





2. OBJETIVOS

A COVID-19 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 pousa na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.
(Fonte: DGS)

Os espaços onde decorre prática de atividade física e de lazer, pelas suas características, podem ser locais de potencial transmissão da infeção por SARS-CoV-2, quer por contacto direto e/ou indireto. Por isso, medidas adicionais devem ser tomadas para assegurar a minimização da transmissão da doença nestes contextos.

De forma a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada para a retoma desta atividade o presente Plano de Contingência, baseado na legislação e orientações em vigor à data, constitui-se como um instrumento de orientação para a gestão de meios e ações de prevenção e de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção, bem como a definição das medidas a implementar com vista à salvaguarda de todas as questões sanitárias de proteção e promoção da saúde pública.

Este documento não prevê ações de tratamento médico, pelo que nessas circunstâncias deverão seguir-se as orientações da Direção-Geral da Saúde e/ou Autoridade de Saúde Local. As situações não previstas no presente Plano deverão ser avaliadas caso a caso.





3. ENQUADRAMENTO LEGAL

O Decreto-Lei n.º 35-A/2021, de 18 de maio, regula o acesso, a ocupação e a utilização das praias de banhos, no contexto da pandemia da doença COVID-19, para a época balnear de 2021, e, conforme previsto no número 3 do artigo 2.º, é aplicável ao funcionamento das piscinas ao ar livre com as necessárias adaptações.

O Governo dá continuidade ao processo de desconfinamento e, entre outras medidas excecionais e temporárias, estabelece regras de ocupação, permanência e distanciamento físico em todos os locais abertos ao público.

É neste contexto, e atendendo à orientação da Direção Geral de Saúde n.º 030/2020, de 29 de maio de 2020, atualizada a 20 de julho de 2020 e o Despacho n.º 6134-A/2020, de 5 de junho de 2020, que é elaborado o presente Plano de Contingência para a utilização da Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

O presente Plano foi elaborado com base na legislação em vigor e em alinhamento com as Informações e Orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS).

4. ATIVAÇÃO DO PLANO

O Plano de Contingência da Piscina Municipal Descoberta de Armamar é ativado por determinação do Presidente da Câmara Municipal, sendo, a cada momento, ponderada a abrangência das medidas face aos dados disponíveis, e com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS).

5. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O Plano de Contingência determina as medidas e procedimentos a aplicar na Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

6. DIVULGAÇÃO

O plano de contingência deve ser disponibilizado no sítio do município na Internet e a reabertura da Piscina Municipal Descoberta de Armamar deve ser precedida de ações de sensibilização e informação de todos os utentes, relativas à implementação do plano de contingência e sobre outras medidas de prevenção e práticas de higiene.





7. EXECUÇÃO

O público-alvo a quem se aplica este plano de contingência é:

- a) Câmara Municipal de Armamar (CMA);
- b) Utentes da Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- c) Trabalhadores da CMA.

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

8. DIREÇÃO E COORDENAÇÃO DO PLANO

O presente plano ficará sob Direção do Presidente da Câmara Municipal, coadjuvado pelo Vice-Presidente da Câmara Municipal, pelos dirigentes dos serviços municipais e pelos responsáveis pela Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

Estes elementos são responsáveis por:

- a) Acompanhar a evolução da situação;
- b) Elaborar e divulgar relatórios de situação, sempre que necessário;
- c) Promover a disponibilização do Plano no sítio do Município na internet;
- d) Monitorizar e realizar alterações ao Plano de Contingência.

9. AÇÕES A DESENVOLVER PELOS SERVIÇOS

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 uma das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

9.1. FASE DE PREVENÇÃO:

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a) Divulgação do Plano no sítio do Município na Internet;





- b) Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- c) Reforço de medidas de limpeza na Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- d) Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento da Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- e) Identificação das tarefas essenciais dos trabalhadores municipais;
- f) Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais;
- g) Assegurar a existência de Kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19;
- h) Nomear os trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;
- i) Disponibilizar solução de base alcoólica de desinfeção na entrada e saída da Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- j) Monitorizar e acompanhar a situação.

9.2. 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 da Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- c) Garantir a existência de produtos de higiene na Piscina Municipal Descoberta de Armamar, 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 na Piscina Municipal Descoberta de Armamar:
 - I. 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 o espaço de isolamento;





2. Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.

- f) Informar os utentes sobre a eventual perturbação no funcionamento da Piscina Municipal Descoberta de Armamar;
- g) Emitir relatórios com informação direcionada às autoridades de saúde, dirigentes, demais trabalhadores e comunicação social, se necessário;
- h) Recolher a identificação dos utentes e trabalhadores que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

9.3. FASE DE RECUPERAÇÃO:

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos e pelo regresso gradual à normalidade, culminando com a desativação do Plano.

É caracterizada pelas seguintes ações:

- 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 utentes sobre a reativação e normalização do funcionamento da Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

Com a desativação do Plano:

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

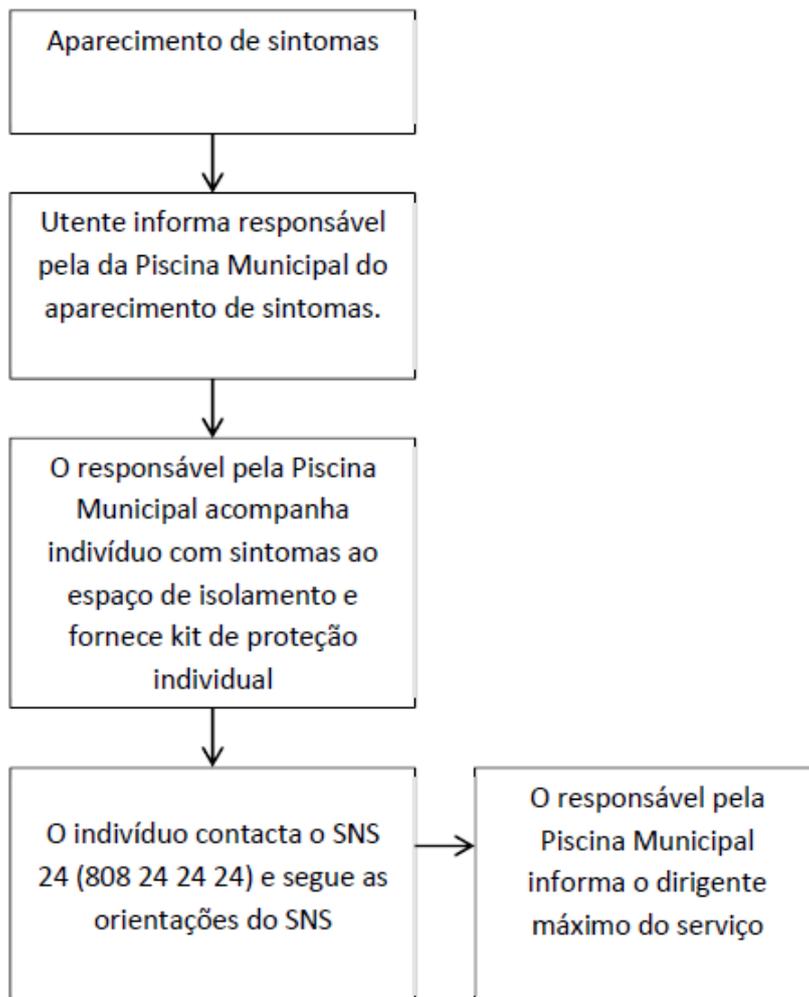
10. PROCEDIMENTOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento da Piscina Municipal Descoberta de Armamar.





10.1. PROCEDIMENTOS PARA UTENTES COM SINTOMAS DE COVID-19:



10.2. ÁREA DE ISOLAMENTO:

A colocação de um utente com sintomas de Covid-19 numa área de “isolamento” visa impedir que outros utentes possam ser expostos e infetados.

A Piscina Municipal Descoberta de Armamar possui uma área de “isolamento” identificada nos Mapas constantes do Anexo II, a qual possui ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e revestimentos lisos e laváveis.

Esta área estará equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do utente, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica - SABA





(disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscaras cirúrgicas; luvas descartáveis; termómetro.

Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Utente com Sintomas/Caso Suspeito.

Após a utilização da área de isolamento, todo o espaço e equipamentos deverão ser limpos e desinfetados, de acordo com a Orientação da DGS nº 014/2020 de 21/03/2020. Todo o material que não puder ser desinfetado deverá de ser descartado e substituído.

10.3. REGRAS SANITÁRIAS A ADOPTAR:

10.3.1. Regras Gerais:

- a) Garantir a implementação das medidas indicadas nas fases de prevenção, fase de alerta e resposta e fase de recuperação;
- b) Manter o distanciamento físico de segurança entre os utentes;
- c) Usar máscara para entrar nas instalações;
- d) Respeitar os circuitos específicos de entrada e saída, onde será disponibilizada solução desinfetante cutânea, bem como o circuito de circulação em sentido único, conforme Anexo II;
- e) Respeitar as orientações da Câmara Municipal e dos seus colaboradores;
- f) Cumprir todas as orientações das autoridades de saúde competentes;
- g) Em caso de incumprimento das presentes determinações, poderá ser impedido o acesso ou determinada a saída do(s) utente(s) da Piscina Municipal Descoberta de Armamar.

10.3.2. Regras a adotar pelos Colaboradores:

É obrigatório:

- a) Uso de máscara (em complemento pode ser usada viseira);
- b) Uso de luvas de proteção (sempre que preconizado);
- c) Seguir as indicações do Plano de Contingência;
- d) Garantir as regras de funcionamento do recinto, designadamente quanto a





- acesso, lotação máxima dos espaços e circuitos de circulação;
- e) Garantir a disponibilização e uso de soluções líquidas de base alcoólica, para si e para os utentes, junto a locais visíveis e devidamente identificados;
 - f) Uso de equipamento de proteção individual por parte dos trabalhadores responsáveis pelo serviço de limpeza;
 - g) Proceder à desinfecção e higienização periódica dos espaços, equipamentos, objetos e superfícies, conforme indicado no protocolo de higienização.

10.3.3. Regras a adotar pelos Utenes:

- a) Não é permitida a utilização de quaisquer objetos (ex.: boias, bolas, etc.) no interior das piscinas, excetuando o uso de “braçadeiras” em crianças pequenas;
- b) Na água, não é permitido cuspir, urinar, e assoar o nariz;
- c) Os utentes devem confirmar a ausência de exposição pessoal a casos conhecidos, prováveis ou suspeitos de COVID-19 nos últimos 14 dias;
- d) O acesso não será permitido a indivíduos que se encontrem em situação de confinamento obrigatório;
- e) A temperatura corporal poderá ser medida nos utentes e seus acompanhantes em cada acesso. Para pessoas com temperatura igual ou superior a 37,5 ° C, o acesso não será permitido e será dada a indicação para consultar o seu médico.

É obrigatório:

- a) O uso de máscara (devidamente colocada e ajustada) para entrar nas instalações, circular e utilizar as instalações sanitárias;
- b) O uso de calçado apropriado para circular em todo o recinto, incluindo na área envolvente à piscina, chuveiros externos e sanitários;
- c) Cumprir as regras de funcionamento do recinto, designadamente quanto ao acesso, e circuitos de circulação;
- d) Cumprir as regras de distanciamento social (manter uma distância de pelo menos 1.5 metros entre as pessoas), de higiene das mãos e de etiqueta respiratória, em todas as circunstâncias;
- e) Cumprir o distanciamento de 1,5 metro entre toalhas/utentes (não exigível aos utentes que integrem o mesmo grupo);





- f) Depositar nos equipamentos disponíveis e identificados para este efeito as máscaras, luvas, sacos, e outros resíduos;
- g) Cumprir o limite de permanência no recinto.

II. EQUIPAMENTOS, TURNOS E HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO E LOTAÇÃO MÁXIMA DOS ESPAÇOS

II.1. EQUIPAMENTOS

II.1.1. Instalações Sanitárias:

- a) Nas instalações sanitárias é obrigatório: utilização de calçado apropriado; utilização de máscara no interior da instalação; higienização das mãos, cumprimento da lotação máxima (utilização individual ou criança acompanhada por adulto);
- b) Deve ser cumprido o plano específico de higienização das instalações sanitárias, e mantido o registo das ações de limpeza/desinfecção efetuadas (Anexo I);
- c) Não é permitida a utilização dos cacifos e chuveiros dos balneários, pelo que os utilizadores deverão ser previamente informados deste condicionalismo.

II.1.2. Equipamentos coletivos:

Fica interdita a disponibilização e a utilização de quaisquer equipamentos de uso coletivo, nomeadamente espreguiçadeiras, chapéus-de-sol e outras estruturas similares.

II.2. TURNOS E HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO

Atendendo às restrições legais que se impõem quanto à lotação máxima dos espaços, a permanência no recinto da Piscina Municipal Descoberta de Armamar é limitada aos seguintes turnos:

- a) Primeiro turno – Das 10H00 às 13H00.
- b) Segundo turno – Das 14H00 às 19H00.





11.3. LOTAÇÃO MÁXIMA DOS ESPAÇOS

Nos termos do n.º 5 do Despacho n.º 6134-A/2020, de 5 de junho, a ocupação máxima permitida deve ser definida em função das restrições necessárias ao cumprimento das regras de higiene e distanciamento físico entre utentes, sendo o número máximo de presenças admitido em cada piscina ao ar livre definido pela autarquia local competente.

Assim, considerando o espaço existente nas Piscinas Municipais, define-se o seguinte número máximo de presenças: **30 pessoas por cada turno.**

12. INFORMAÇÃO PÚBLICA

Deve proceder-se à difusão alargada de comportamentos e medidas de autoproteção, mediante a publicação do presente Plano, no site do Município e na Piscina Municipal Descoberta de Armamar, bem como à divulgação de todas as regras a cumprir e dos materiais de divulgação pública da DGS (Anexo III) e da lista com os responsáveis e contactos de emergência (Anexo IV).

13. APROVAÇÃO

O Plano de Contingência para a utilização da Piscina Municipal Descoberta de Armamar contém as medidas preventivas e o plano de Ação, pelo que deverá ser cumprido por todos os utentes e trabalhadores do Município.

Este Plano entra em vigor imediatamente após a sua assinatura.

Armamar, 28 de junho de 2021

João Paulo Fonseca

Presidente da Câmara Municipal





ANEXO I

PLANO DE LIMPEZA E DESINFECÇÃO DOS ESPAÇOS

Enquadramento:

O presente Plano de Limpeza e Desinfecção dos Espaços é elaborado em conformidade com a Orientação n.º 014/2020, de 21.03.2020, cujas prescrições devem ser integralmente observadas na execução da limpeza e higienização das instalações.

Espaços de utilização comum:

Os colaboradores procederão à limpeza e desinfecção de todos os espaços de utilização comum, designadamente local de entrada, local de saída, chuveiros exteriores e espaço pavimentado envolvente às piscinas, com solução aquosa à base de hipoclorito de sódio (5% de concentração), nos seguintes horários: 9H30; 13H00; 19H00;

Instalações sanitárias:

Os colaboradores procederão à limpeza e desinfecção das instalações sanitárias, com solução aquosa à base de hipoclorito de sódio (5% de concentração), de hora a hora, com início às 9H30.

Será mantido, e afixado para consulta, o registo das ações de limpeza/desinfecção efetuadas. No final de cada desinfecção o espaço será arejado por um período de 15 minutos.

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

2 - A limpeza e desinfecção da piscina deve ser realizada com o procedimento habitual, devendo-se substituir a água e proceder à cloragem (ou outro tipo de desinfecção química) como definido em protocolo interno.





3 - Garantir que a água é testada/analisa regularmente quanto à química correta e desinfecção adequada, verificar se a instalação está livre de riscos físico-químicos e microbiológicos e monitorizar a conformidade desses parâmetros. Os sub-produtos de desinfecção (bromatos, cloritos, cloratos e trihalometanos) não devem exceder os limites legalmente estabelecidos e deve verificar-se se a instalação está livre de outros riscos químicos e físicos.

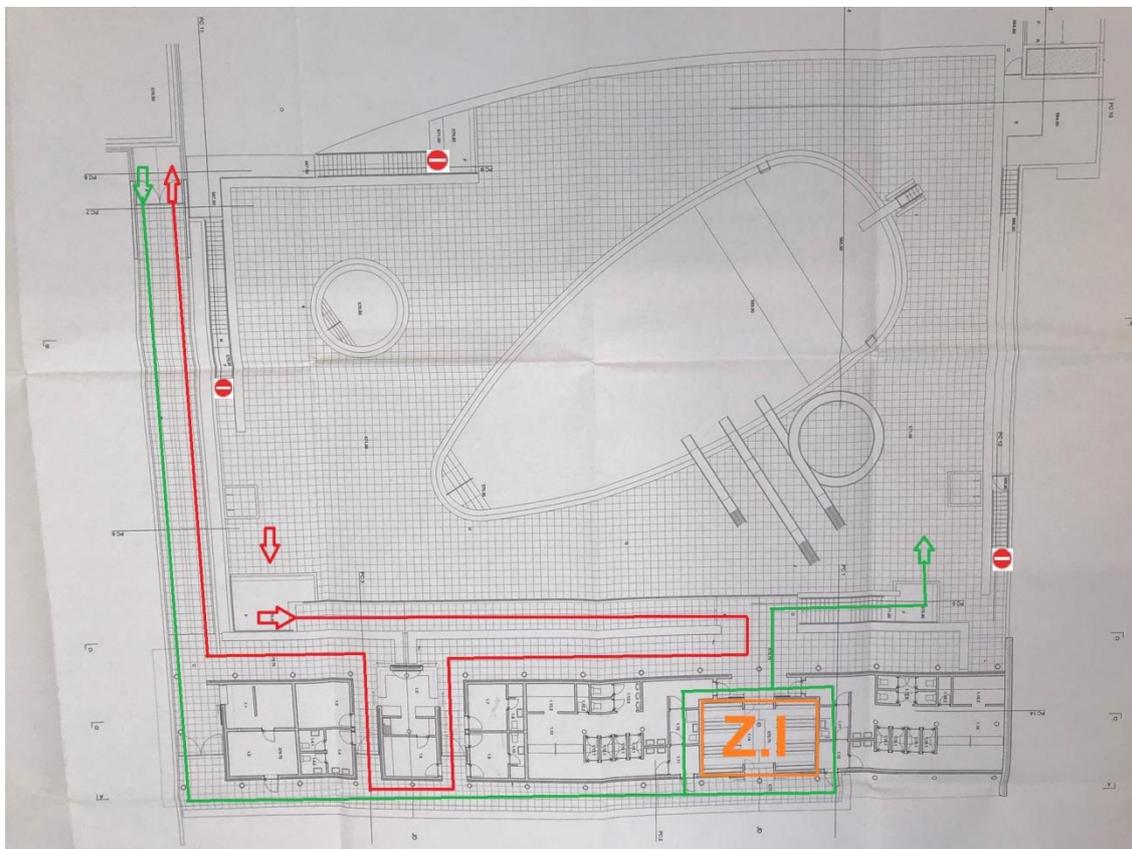
4 - Todos os responsáveis técnicos das piscinas devem manter registos atualizados dos resultados e testes de qualidade da água. Desta forma, devem ser reforçados os mecanismos de desinfecção do circuito de água da piscina.





ANEXO II

MAPA DE ACESSOS E CIRCULAÇÃO DAS PISCINAS



Traçado verde – trajeto de entrada na piscina

Traçado vermelho – trajeto de saída da piscina

Z.I laranja – zona de isolamento

Sinais de sentido proibido – zonas de acesso proibido aos utentes



ANEXO III
MATERIAIS INFORMATIVOS/DIVULGAÇÃO

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool



ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

DISTANCIAMENTO SOCIAL

Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de 1,5 - 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS
SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE
RESPIRATÓRIA

LIGUE
SNS 24

808 24 24 24

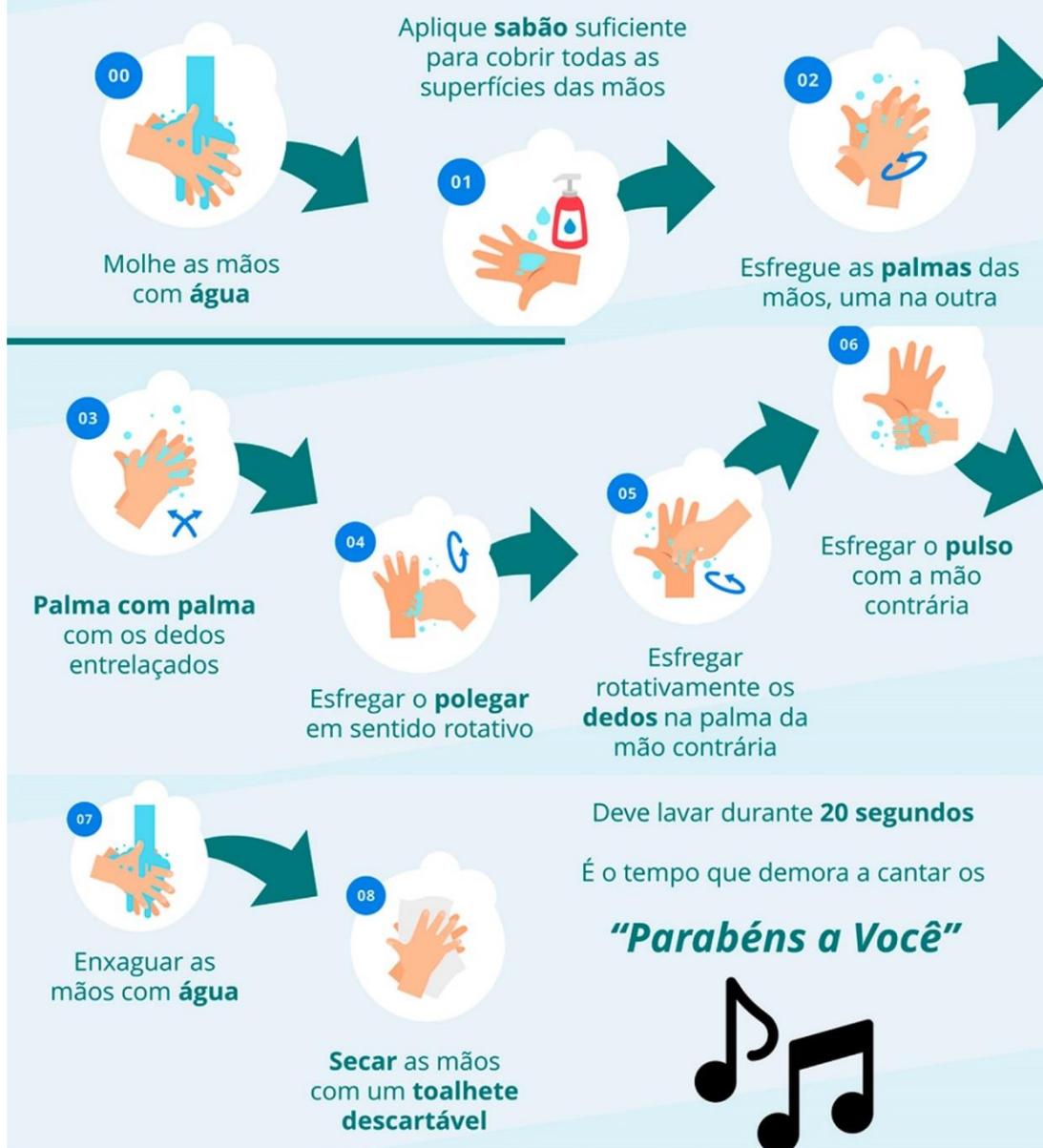
#SEJAMAGENTESDAUDEPUBLICA
#ESTANDSON
#UMCONSELHODADGS





NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Como lavar as mãos?





NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS (com uma solução à base de álcool)

 **Duração total do procedimento: 20 segundos**

01



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies

02



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra

03



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa

04



Palma com palma com os dedos entrelaçados

05



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

06



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

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Partilhe Informação e boas práticas sobre o COVID-19



REPÚBLICA PORTUGUESA

142331



SNS

SISTEMA NACIONAL DE SAÚDE



DGS

1920 2018

Departamento da Saúde



COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

1º
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR



2º
VER A POSIÇÃO CORRETA
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)



3º
COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



4º
AJUSTAR AO ROSTO
Do nariz até abaixo do queixo



5º
NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS



DURANTE O USO

1º
TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA



2º
NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR



3º
NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA
Se o fizer, lavar as mãos de seguida



COMO REMOVER

1º
LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER



2º
RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS



3º
DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA



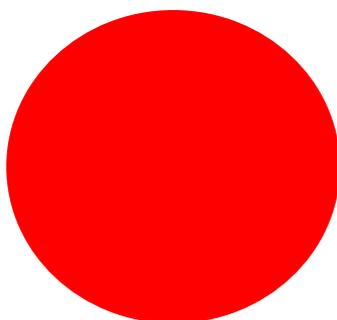
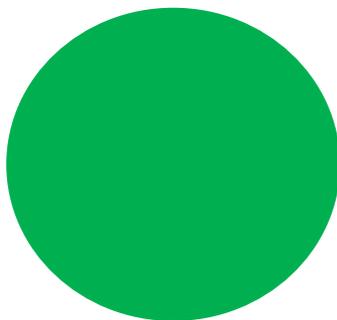
4º
LAVAR AS MÃOS



TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Bola verde – Ocupação baixa;

Bola vermelha – Ocupação plena.





ANEXO IV

DIVULGAÇÃO DE CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

Em caso de emergência deverão ser contactados os responsáveis pelas Piscinas Municipais Descobertas:

Identificação	Contacto
Nuno Fonseca	914 294 769
David Fonseca	966 667 638

Para além dos contactos dos responsáveis, nas instalações das Piscinas Municipais, deverão, ainda, ser divulgados, os seguintes contactos de emergência:

INEM	112
Linha SNS 24	808 24 24 24
Centro de Saúde de Armamar	254 855 260
Câmara Municipal de Armamar	254 850 800
Bombeiros Voluntários de Armamar	254 855 209
GNR Armamar	254 600 246

