

# ***PLANO DE CONTINGÊNCIA***

***COVID-19***



O Plano de Contingência PAN COVID- 19 definido pretende esclarecer e identificar as medidas que devem ser tomadas por todos os órgãos e filiad@s das estruturas que constituem o PAN, no sentido de informar, reduzir o risco de contágio, gerir situações de eventual doença e minimizar o impacto no Partido e em toda a comunidade.

O Plano tem por base as orientações da Direção-Geral da Saúde e as recomendações da Organização Mundial da Saúde. Devem todos os elementos afetos aos diversos órgãos do partido ter conhecimento deste Plano e agir em conformidade com o mesmo.

Enquanto agentes de saúde pública que todos somos, deve ser garantida a atualização de toda a informação, interna e externa, sempre que existir nova informação relativa ao COVID-19 e modos de atuação.

## **INFORMAÇÃO GERAL SOBRE O COVID-19**

### **O QUE É**

O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. A avaliação de risco encontra-se em atualização permanente. O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) e a Direção-Geral da Saúde (DGS) emitem comunicados diários com o sumário da informação e recomendações mais recentes.

### **COMO SE MANIFESTA**

A maioria das pessoas infectadas apresentam sintomas de infecção respiratória aguda ligeiros a moderados, nomeadamente Febre ( $T > 37,5^{\circ}\text{C}$ ), Tosse e Dificuldade respiratória (Falta de ar). Em casos mais graves pode causar pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte. A maioria dos casos recupera sem sequelas.

### **MODO DE TRANSMISSÃO**

Por contacto próximo com pessoas infectadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados. Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, 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 infectada. Por sua vez, outras pessoas podem infectar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos. O período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, podendo o contágio ocorrer através de pessoas assintomáticas.

## **MEDIDAS GERAIS DE ATUAÇÃO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que sejam tomadas medidas de higiene e etiqueta respiratória para reduzir a exposição e transmissão da doença, nomeadamente:

- *Tapar o nariz e a boca quando espirrar ou tossir, com um lenço de papel ou com o antebraço, nunca com as mãos, e deitar sempre o lenço de papel no lixo;*
- *Lavar as mãos frequentemente. Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto direto com pessoas doentes. Deve lavá-las durante 20 segundos (o tempo que demora a cantar os “Parabéns”) com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70%;*
- *Evitar contacto próximo com pessoas com infecção respiratória;*
- *Evitar tocar na cara com as mãos;*
- *Evitar partilhar objetos pessoais ou comida em que tenha tocado.*

## ***MEDIDAS E PROCEDIMENTOS A ADOPTAR POR TODAS AS ESTRUTURAS DO PAN***

Além das medidas de prevenção e actuação gerais, devem ser adoptadas as seguintes medidas por todos os órgãos da estrutura do Partido:

- 1-** Manter informação atualizada sobre as recomendações das autoridades de saúde;
- 2-** Disponibilizar informação sobre os procedimentos de segurança e actuação junto de todos os elementos e filiados;
- 3-** Divulgar e promover uma abordagem colectiva à situação, explicando aos filiados a importância de medidas de isolamento para a contenção da propagação do vírus, enquanto medidas que afectam directamente a Saúde Pública e não podem ser ignoradas ou desrespeitadas;
- 4-** Garantir a comunicação entre todos os órgãos, filiados e público em geral, através de contactos telefónicos ou outros meios de comunicação à distância (através da Internet e tecnologias relacionadas, como a videoconferência, chat, email ou telefone);
- 5-** Limitar todas as deslocações e actividades que impliquem contactos presenciais às que sejam estritamente necessárias;
- 6-** Limitar a presença de bebés, crianças, grávidas, idosos e pessoas com maior risco de desenvolverem doença;
- 7-** Suspender todos os eventos até orientações em contrário, incluindo assembleias de filiados e atos eleitorais internos;

**8-** Evitar as reuniões presenciais;

**9-** Privilegiar a realização de atividades à distância como o teletrabalho em todas as funções que possam ser realizadas a partir de casa ou de espaço isolado;

**10-** Em caso de obrigatoriedade de reuniões presenciais, garantir que são cumpridas rigorosamente as recomendações da DGS, nomeadamente:

*a) Higienização do espaço, de todas as superfícies e objectos de contacto;*

*b) Lavagem frequentemente das mãos conforme orientações da DGS;*

*c) Seguir orientações de etiqueta respiratória;*

*d) Garantir distância social ou isolamento (reduzir o número de pessoas no mesmo espaço ao máximo possível; afastamento de mais de um metro entre pessoas, evitar contatos físicos);*

*e) Disponibilizar soluções desinfetantes para as mãos e dispensadores de lenços;*

*f) Reforço da higienização dos sanitários (após limpeza regular deverá ser utilizado desinfetante) e de superfícies mais manuseadas (p. ex: maçanetas de portas, corrimãos, botões dos elevadores e teclados dos computadores);*

**11-** O espaço da reunião deve ter uma área de isolamento;

**12-** A área de isolamento deve ter ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica e revestimentos lisos e laváveis (p. ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Deverá ter cadeira ou marquesa (para descanso e conforto, enquanto se aguarda a validação de caso e

o eventual transporte pelo INEM), bem como kit com água e alimentos não perecíveis; contentor de resíduos, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel; máscara e luvas descartáveis; termómetro; anti-piréticos. 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 de quem apresente sintomas ou de quem seja caso suspeito;

**14-** Em caso de suspeita ligar de imediato para a Linha SNS24: **808 24 24 24** em **Portugal Continental**, **800 24 24 20** na **Madeira** e **808 24 60 24** nos **Açores**;

**15-** A área de isolamento ficará interdita até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local;

## ***CONTACTOS E INFORMAÇÕES ADICIONAIS***

**1-** Garantir a articulação e gestão da informação interna em relação a situações de infecção ou suspeita que possam surgir em filiados PAN. Qualquer questão relacionada contactar:

**apoiointernoeautarquico@pan.com.pt** ou o **966 685 771**.

**2-** Os espaços PAN foram encerrados e os funcionários encontram-se em teletrabalho. Podem ser contactados da seguinte forma:

**Lisboa - geral@pan.com.pt** ou **213 426 226**

**Porto - porto@pan.com.pt** ou **228 329 273**

**Aveiro - distrital.aveiro@pan.com.pt**

**Açores - regional.acores@pan.com.pt**

**Faro - regional.madeira@pan.com.pt**

**Setúbal - distrital.aveiro@pan.com.pt**

**Madeira - regional.madeira@pan.com.pt**



