



**PLANO DE CONTINGÊNCIA DA
PISCINA E DO GINÁSIO
MUNICIPAIS DO CONCELHO
DE SÁTÃO**

Coronavírus / COVID-19

Câmara Municipal de Sátão

(Página intencionalmente em branco para impressão dos dois lados)

Conteúdo

1 Enquadramento.....	4
2 Objetivos	4
3 Situação	4
4 Âmbito de Aplicação.....	5
5 Direção e Coordenação	5
6 Casos Suspeitos de COVID-19	6
6.1 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19.....	6
6.2 Procedimentos para colaboradores e consumidores com sintomas COVID-19	6
7 Procedimento para o funcionamento do ginásio	7
8 Procedimentos para o funcionamento da piscina	8
9 Avaliação.....	8

1 Enquadramento

No contexto de regresso à normalidade do funcionamento das atividades desportivas, nomeadamente, as atividades realizadas no ginásio e piscina, face a uma estabilização da pandemia da COVID-19 vivida no país, em especial no concelho de Sátão, tendo presente a entrada da Resolução de Conselho de Ministros nº 40-A/2020, de 29 de Maio de 2020, o Governo decidiu prorrogar a declaração da situação de calamidade, no âmbito da pandemia da doença COVID-19.

Neste sentido, o Município de Sátão, ao abrigo do artigo 19º da Resolução de Conselho de Ministros, elaborou o presente Plano de Contingência, adiante designado de Plano, para a piscina e o ginásio Municipais do concelho de Sátão.

O presente Plano deve ser entendido como um documento que facilite e agilize os procedimentos a adotar perante os casos de COVID-19, bem como, a adoção de metodologias que minimizem o seu impacto, garantindo tanto quanto possível, a continuidade da prestação dos serviços.

2 Objetivos

Este Plano surge com o objetivo de fazer face à propagação da infeção humana pelo coronavírus COVID-19 e de proteger a saúde de todos quantos trabalham e frequentam o ginásio e a piscina.

3 Situação

Os espaços onde decorre prática de atividade física, 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.

4 Âmbito de Aplicação

O Plano de Contingência aplica-se a instalações desportivas, neste caso a piscina e o ginásio municipais.

Este Plano será revisto e atualizado tendo em atenção as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde - DGS.

As situações não previstas nesta Orientação devem ser avaliadas caso a caso.

5 Direção e Coordenação

O Plano de Contingência para o ginásio e a piscina ficará sob a direção do grupo de Gestão de Contingência:

- Vereador com os pelouros da Educação, Cultura e Desporto, Dra. Zélia Silva;
- Coordenador Municipal de Proteção Civil, Dr. Nuno Miguel Bento;
- Dirigente da Unidade da Cultura, Turismo, Desporto e Comunicação, Dra. Silvina Lopes;

Este grupo de gestão é responsável por:

- Monitorizar a situação;
- Realizar alterações ao Plano de Contingência;
- Divulgar as medidas preventivas e de autoproteção;
- Garantir a informação ao Presidente de Câmara.

6 Casos Suspeitos de COVID-19

6.1 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19:

É estabelecida uma “Área de Isolamento”:

▪ Posto médico

- (1) A área de “isolamento” terá ventilação natural e possuirá revestimentos lisos e laváveis. Cada pessoa terá de se acompanhar com telemóvel próprio para contacto com a SNS24; O espaço terá uma cadeira (para descanso e conforto da pessoa, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte pelo INEM);
- (2) Possuirá também um Kit com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico), solução antisséptica de base alcoólica, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis e termómetro;
- (3) Próximo desta área, existirá uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com sintomas/caso suspeito;
- (4) O Município estabelecerá na altura o circuito a privilegiar, quando uma pessoa com sintomas, se dirigir para a área de “isolamento”. Na deslocação desta pessoa, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

6.2 Procedimentos para colaboradores e consumidores com sintomas COVID-19

- (1) O alerta de uma pessoa com sintomas deve ser de imediato comunicado ao colaborador do Município afeto ao ginásio e piscina, que por sua vez alertará o Vereador, que lhe dará imediatamente orientações de como proceder;
- (2) O colaborador do Município acompanha o munícipe ao espaço definido como área de isolamento e fornece o Kit de proteção individual;
- (3) A pessoa doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24);
- (4) Esta pessoa deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pela própria pessoa;
- (5) Se o caso suspeito não for validado, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da pessoa. A pessoa informa o Município da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho responsável.

7 Procedimento para o funcionamento do ginásio

Nos espaços onde decorre atividade física deve ser assegurado que todas as pessoas que nele trabalham e frequentam estão sensibilizadas para o cumprimento das regras de etiqueta respiratória, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental. Salienta-se ainda a importância de:

- Desinfetar as mãos à entrada e saída de cada espaço;
- É garantido o controlo do acesso às sessões evitando aglomerados/filas de espera;
- A marcação é feita por telefone;
- A sinalização de lugares (por exemplo, marcações no chão), é feita de forma a garantir o distanciamento físico preconizado;
- Os diferentes espaços de prática de atividade física são reposicionados.
- Não é permitido o contato físico quer entre técnicos, funcionários e praticantes, quer entre os praticantes (exceto em situações de emergência);
- Deve ser evitado o uso de equipamentos com superfícies porosas (como alguns tipos de colchões, etc.).
- Os equipamentos disponíveis em espaços de treino, como por exemplo ergómetros, máquinas de musculação, pesos livres, equipamentos gímnicos, mesas de ténis de mesa, entre outros devem ser utilizados assegurando o distanciamento de pelo menos 3 metros entre praticantes.
- Estes equipamentos devem estar posicionados para o mesmo lado, de forma a evitar um “frente a frente” com outros equipamentos ou corredores de circulação, mesmo que garantidos os 3 metros de distância.
- Superfícies porosas como pegadas de equipamentos deverão ser revestidas com película aderente diariamente, ao início do dia (antes da abertura) e substituídas sempre que visivelmente degradadas, e deverão ser descartadas ao final do dia (depois do encerramento).
- Os balneários estão encerrados (apenas acesso a cacifos e sanitários).

8 Procedimentos para funcionamento da piscina

- 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.
- A limpeza e desinfeção da piscina deve ser realizada com o procedimento habitual, devendo-se substituir a água e proceder à cloragem (ou outro tipo de desinfeção química) como definido em protocolo interno.
- 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.
- 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.
- Obrigatoriedade de higienização das mãos na entrada do cais da piscina.
- Recomendar aos utilizadores o uso de óculos de natação dentro da piscina e área circundante, de modo a evitar tocar com as mãos nos olhos.
- Assegurar a limpeza e higienização dos equipamentos utilizados.
- Os balneários estão encerrados (apenas acesso a cacifos e sanitários).

9 Avaliação

A avaliação da eficiência das medidas referidas no atual Plano de Contingência terá lugar sempre que se julgar conveniente.

Paços do Concelho de Sátão, 4 de junho de 2020

O Presidente da Câmara Municipal



(Paulo Manuel Lopes dos Santos)

Anexos I: MATERIAIS DE INFORMAÇÃO PÚBLICA

C OVID-19

OBRIGATÓRIO
MEDIDAS DE SEGURANÇA

Uso de máscara
Desinfecção das mãos
Manter a distância

FIQUE EM CASA
LAVE AS MÃOS
TOMAR O ESPORTE PARA O BEM-ESTAR
NÃO TOQUE NO ROSTO
LAVAR BEM AS HANDEBOLAS
MANTER A DISTÂNCIA
USAR MÁSCARA
FAÇA A DIREÇÃO CORRETA

Caso tenha sintomas: tosse seca, febre ou dificuldades em respirar ligue
SNS 24 **808 24 24 24**

Sátão

Figura 2: Obrigatoriedade do uso de máscaras de proteção

COVID-19

MÁSCARAS

COMO COLOCAR

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**
- VER A POSIÇÃO CORRETA**
Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior.
- COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- AJUSTAR AO BOSTO**
Do nariz até abaixo do queixo
- NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS**

DURANTE O USO

- TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA**
- NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR**
- NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**
Se o fizer, lavar as mãos na seguida.

COMO REMOVER

- LAVAR AS MÃOS**
- RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA**
- LAVAR AS MÃOS**

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado.
- Lavar a máscara após cada utilização:
 - ... pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos.
 - ... não usar álcool.
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização.
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
 - ... as condições para uma adequada utilização e secagem;
 - ... o número máximo de utilizações.

#SÉAUMAAGENTEDESAÚDEPÚBLICA
#ESTAMOSEN
#UMCONSELHODADEZ

Figura 3: Guia de boas práticas para a correta colocação de máscara de proteção

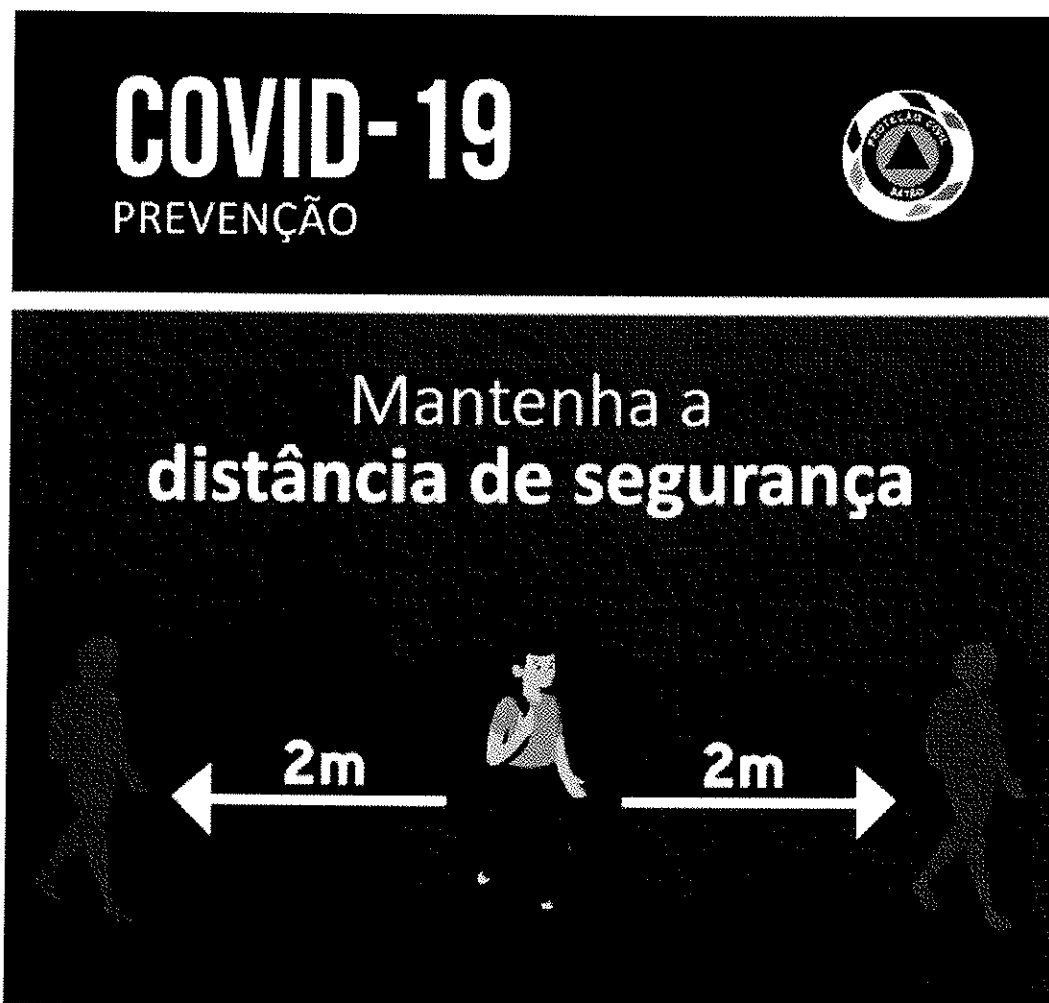


Figura 4: Manter o distanciamento social

