

MANUAL DE PROCEDIMENTOS COVID 19 - FASE 1 DESCONFINAMENTO

ENTRONCAMENTO



PAVILHÃO DESPORTIVO MUNICIPAL



Junho 2020



1. Enquadramento

Ao abrigo da Resolução do Concelho de Ministros n.40 A/2020, de 29 de Maio de 2020, artigo 19.º, seguindo as recomendações da Direção Geral de Saúde (DGS) no que respeita à Orientação nº30/2020 de 29 de Maio de 2020, da Organização Mundial de Saúde (OMS), o Município do Entroncamento apresenta o Manual de procedimentos de praticantes desportivos e funcionários, assumindo e comunicando desta forma o seu compromisso com a adoção de medidas e implementação de boas práticas que sustentam a diminuição do risco de disseminação da Covid-19.

Ainda dentro das práticas indicadas anteriormente, referimos que os praticantes desportivos e funcionários comprometem-se a cumprir todas as normas de boa conduta e higiene-sanitárias referenciadas pela DGS e assumem o código de conduta expresso no respetivo manual de procedimentos de proteção.

2. Pessoal autorizado a utilizar as instalações

Apenas estão autorizados a frequentar as instalações os atletas/utentes, os acompanhantes/pais, não podem entrar.

Cada atleta/utente terá que assinar um termo de responsabilidade (em anexo), em caso de menores de idade será o seu tutor/encarregado de educação a assinar.

Cada atleta/utente deverá ser auto vigilante no que diz respeito aos sintomas associados a Covid-19, e caso apresente os mesmos, não deverá dirigir-se às instalações, e deverá ser informar os técnicos por via telefónica ou email.

3. Procedimentos de entrada no pavilhão

- i. É composto por um circuito, para entrada e saída nas instalações.
- ii. O circuito de entrada tem o seu início na entrada VIP do pavilhão e prevê:
 - a. Obrigatório o uso de máscara;

b. Desinfecção e higienização das mãos;

c. Todos os atletas/utentes/colaboradores terão que à entrada para o pavilhão desinfetar o calçado numa superfície designada para o efeito.

iii. É obrigatório o uso de máscara em todos os momentos à exceção dos atletas durante a realização do treino.

4. Balneários e Vestiários

i. Está interdita a utilização dos balneários por parte de atletas, técnicos e colaboradores.

5. Instalações Sanitárias

i. Será pedido aos atletas e técnicos para utilizarem o Wc da entrada VIP (dos deficientes) apenas em caso de emergência, tentando que os mesmos tenham o menor uso possível. Irá ser aumentada a frequência de higienização profunda a pelo menos 1 vez por hora ou sempre que se justificar.

ii. Os utilizadores deverão higienizar as mãos antes e após a utilização de qualquer instalação sanitária.

6. Equipamento de Proteção Individual (EPI)

i. É obrigatório para técnicos e funcionários o uso dentro das instalações de máscara comunitária/cirúrgica.

ii. O seu uso deve seguir todas normas e procedimentos enumerados pela DGS.

7. Plano de Contingência se existirem sintomas durante o treino

- i. Encontra-se identificada a Sala de Isolamento, composta por WC, líquido desinfetante, termómetro, lenços de papel, luvas, máscara, alimentos secos, água e recipiente para lixo.
- ii. Em caso de sintomas durante o treino o atleta deverá sair do treino e colocar desde logo a máscara sendo encaminhado por um técnico/colaborador a uma distância mínima de 2m até à sala de isolamento.
- iii. De seguida deverá ser contactada a Linha de SNS 24 (808 24 24 24) e seguir todas as recomendações.

8. Planos de Higienização

- i. Realização de higienização da zona de treino.
- ii. Realização de higienização de zonas de circulação.

9. Deslocações e comportamento fora do treino

a. Comportamento fora do treino

- i. O comportamento fora do treino deve reger-se pelas mais recentes orientações da DGS, no que se refere ao recolhimento domiciliário, distanciamento social, etiqueta respiratória e demais recomendações.

b. Deslocações para e das instalações do treino

- i. As deslocações para e das instalações de treino devem ser efetuadas, sempre que possível, em veículo próprio, sem contacto com terceiros, respeitando as mais recentes orientações da DGS. Os utilizadores só devem dirigir-se às instalações se assintomáticos. Na presença de sintomas ou de temperatura elevada medida no domicílio, os utilizadores devem abster-se da deslocação às instalações e procurar assistência médica.

c. Processo administrativo

i. Todas as questões administrativas deverão ser tratadas preferencialmente por via eletrónica.

d. Controlo de Acessos

i. O controlo de acessos será monitorizado pelo funcionário de serviço à entrada do pavilhão.

ii. Cada utilizador deverá manter a distância social mínima de 2m a quando de entrada e durante os percursos em toda a instalação.

10. Horários de treinos

O plano de treinos é composto por vários horários distintos. Cada utilizador apenas poderá utilizar as instalações uma vez por dia, estando o mesmo confinado apenas ao seu horário de treino.



TERMO DE RESPONSABILIDADE

UTILIZAÇÃO DO PAVILHÃO MUNICIPAL DO ENTRONCAMENTO

EU _____, OU RESPONSÁVEL (EM CASO DE MENORES DE 18 ANOS) _____ DECLARO QUE CONCORDO E ACEITO RESPEITAR TODAS AS NORMAS PRESENTES NO MANUAL DE PROCEDIMENTOS, BEM COMO AS RESTANTES RECOMENDAÇÕES DA DIRECÇÃO GERAL DE SAÚDE.

INFORMO QUE TENHO CONHECIMENTO E COMPREENDO OS RISCOS E AS VIAS DE TRANSMISSÃO DA COVID-19, E ACEITO CUMPRIR TODAS AS MEDIDAS PARA LIMITAR A SUA DISSEMINAÇÃO/MITIGAÇÃO NOMEADAMENTE: ETIQUETA RESPIRATÓRIA, HIGIENE DE MÃOS, DISTANCIAMENTO INDIVIDUAL E UTILIZAÇÃO DE MÁSCARA NOS LOCAIS OBRIGATÓRIOS.

OS ATLETAS, TREINADORES E RESTANTES PESSOAS COM ACESSO AUTORIZADO ÀS INSTALAÇÕES COMPROMETEM-SE A AUTO MONITORIZAR A SUA TEMPERATURA E SEMPRE QUE O REGISTO DE TEMPERATURA FOR SUPERIOR A 37,5°, O ATLETA/TREINADOR NÃO DEVERÁ ACEDER ÀS INSTALAÇÕES E DEVERÁ PERMANECER EM CASA SOBRE VIGILÂNCIA.

ENTRONCAMENTO,

DATA ____/____/____ ASSINATURA: _____

Anexo I. Etiqueta respiratória

**NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19**

**Proteja o espirro,
com um lenço
ou o braço**

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



REPUBLICA PORTUGUESA SAÚDE
40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE
120 ANOS DGS Direção-Geral de Saúde

Disponível em:

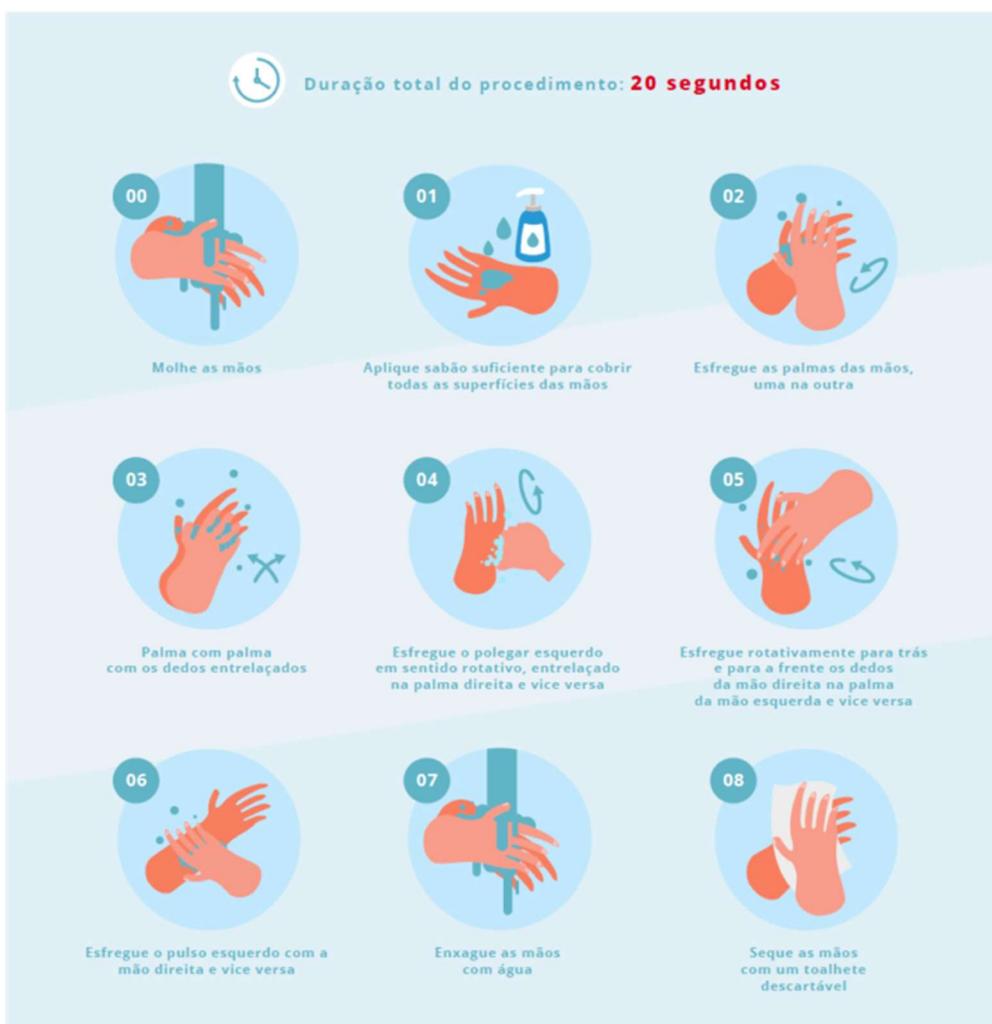
<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Diapositivo23-1024x1024.png>

Orientação nº 030/2020 de 29/05/2020

Anexo II Higienização das mãos

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Disponível em:

https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/01-DGS_lavarmaos_alcool_adultos.pdf

Orientação nº 030/2020 de 29/05/2020

Anexo III Correta utilização da máscara

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**
- VER A POSIÇÃO CORRETA**
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
- COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- AJUSTAR AO ROSTO**
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 de seguida

COMO REMOVER

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER**
- 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.
- Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
- Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
- Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODAGES



Disponível em:

<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/05/Máscaras2.pdf>

Orientação nº 030/2020 de 29/05/2020

Entroncamento, 8 de junho de 2020

O Responsável

Vitor Frutuoso