

# Plano de Contingência e Manual de Procedimentos e Proteção

PISCINAS MUNICIPAIS PONTE E RODOVIA

Junho de 2020



## 1. INTRODUÇÃO

No âmbito do desconfinamento progressivo que o Município de Braga tem promovido junto das suas instalações desportivas e recreativas, elabora-se o presente Plano de Contingência e Manual de Procedimentos e de Proteção, doravante designado como Plano, no sentido de dotar as Piscinas Municipais Balneares de instruções claras que sustentem a diminuição do risco de disseminação da COVID-19.

O presente Plano destina-se a utentes, funcionários e demais elementos que utilizem a Piscina Municipal da Ponte e Piscina Municipal da Rodovia.

A elaboração do presente plano sustenta-se e define o seu plano de ação de acordo com a seguintes legislação e demais documentos:

- Plano de Contingência Municipal, na sua versão atualizada;
- Decreto-Lei n.º 24/2020, de 25 de maio, que 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 2020;
- Despacho n.º 6134-A/2020, de 5 de junho, que determina que o funcionamento e utilização de piscinas ao ar livre obriga a que os responsáveis pela gestão destes espaços implementem procedimentos de prevenção e controlo da infeção, assegurando o cumprimento de regras de ocupação, permanência, higienização dos espaços e distanciamento físico entre utentes;
- Manual | Linhas orientadoras – Regime Excecional e temporário para a ocupação e utilização das praias, no contexto COVID-19;
- Orientação nº 030/2020 de 29/05/2020 atualizada a 12/06/2020: COVID-19: Procedimentos de Prevenção e Controlo para Espaços de Lazer, Atividade Física e Desporto e Outras Instalações Desportivas;
- Orientação nº 023/2020 de 08/05/2020: COVID-19: Procedimentos em estabelecimentos de restauração e bebidas
- Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares

## 2. ENQUADRAMENTO

### 2.1. O QUE É O NOVO CORONAVÍRUS

O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos. A fonte da infeção é ainda desconhecida. Ainda que em fase de investigação, a via de transmissão pessoa a pessoa foi confirmada. A infeção alastrou a vários países de todos os continentes, tendo sido declarada a situação de pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS). A investigação prossegue.

Com o objetivo de informar, aconselhar e orientar a população portuguesa sobre o impacto da pandemia COVID-19, a Direção-Geral da Saúde criou o [website](#) temático, que é a sua fonte de informação mais credível. Neste *micro-site* tem acesso a áreas distintas e complementares que o/a ajudam a estar informado/a, atualizado/a e a tomar medidas para se proteger e proteger os seus, como:

- Dispositivo de Saúde Pública | informação sobre monitorização e vigilância epidemiológica;
- Documentos | comunicados, normas, despachos, orientações, plano de contingência e relatórios de situação;
- Perguntas frequentes;
- Centro de recursos com materiais de divulgação | guias de orientação, jogos didáticos, livros digitais, publicações para redes sociais, vídeos e spots rádio;
- Conferências de imprensa | com acesso aos vídeos e áudios das mesmas.

Mantenha-se informado/a e alerta.

### 2.2. A COVID-19 E O SARS-CoV-2

O SARS-CoV-2 é o nome do novo vírus e significa Severe Respiratory Acute Syndrome (Síndrome Respiratória Aguda Grave) – Coronavírus – 2. Existe outro coronavírus que causa uma Síndrome Respiratória Aguda Grave, que foi identificado em 2002, este chamado «SARS-CoV», sendo por isso o Novo Coronavírus designado por «SARS-CoV-2».

COVID-19 (Coronavirus Disease) é o nome da doença e significa Doença por Coronavírus 2019, fazendo referência ao ano em que foi descoberta.

### **2.3. A COVID-19 EM PORTUGAL**

A avaliação de risco em Portugal encontra-se em atualização permanente, de acordo com a evolução do surto. 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.

### **2.4. SINTOMAS DA COVID-19**

A maioria das pessoas infetadas apresenta sintomas ligeiros a moderados de infeção respiratória aguda:

- Febre ( $T > 37,5^{\circ}\text{C}$ );
- Tosse;
- 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. Contudo, a maioria dos casos recupera sem sequelas.

### **2.5. TRANSMISSÃO DA COVID-19**

A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas 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 infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

Estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 2 e 14 dias. A transmissão por pessoas assintomáticas (sem sintomas) ainda está a ser investigada.

## **2.6. O QUE FAZER EM CASO DE SINTOMAS**

Os utentes com suspeita de COVID-19 devem contactar a linha SNS24 | 808 24 24 24. O SNS24 é o contacto indicado para os casos suspeitos de COVID-19 porque encaminha os doentes para o local mais adequado. Este é o contacto mais importante e organizado.

Em tempo de pandemia, os utentes sem suspeita de COVID-19 devem contactar o seu centro de saúde preferencialmente por telefone ou por *email*. Apenas se devem deslocar quando for absolutamente necessário ou indicação do médico ou enfermeiro após contacto telefónico.

## **2.7. MEDIDAS DE PREVENÇÃO**

Também conhecidas como medidas de higiene e etiqueta respiratória, nas áreas afetadas, a OMS recomenda as seguintes medidas para reduzir a exposição e transmissão da doença:

- Medidas de etiqueta respiratória: 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 infeção respiratória;
- Evitar tocar na cara com as mãos;
- Evitar partilhar objetos pessoais ou comida em que tenha tocado.

### 3. PROCEDIMENTOS GERAIS

O funcionamento e utilização de piscinas ao ar livre obriga a que os responsáveis pela gestão destes espaços implementem procedimentos de prevenção e controlo da infeção, assegurando o cumprimento de regras de ocupação, permanência, higienização dos espaços e distanciamento físico entre utentes, pelo que se expõe o seguinte:

1. As Piscinas Municipais possuem o seguinte horário de utilização: 10h00 às 19h30. A saída do plano de água terá que ser efetuada até às 19h15;
2. À entrada da instalação, todos os utentes terão que efetuar higienização das mãos, mediante utilização de solução antisséptica de base alcoólica, passagem por tapete desinfetante e terão ainda que se submeter a medição de temperatura corporal. Na entrada da instalação, os utentes terão ainda que fornecer nome completo, contacto telefónico e data de nascimento, com indicação do dia, hora de entrada e hora de saída da instalação, para efeitos de despiste da DGS, em caso de caso positivo identificado;
3. Utilização, obrigatória, da máscara de proteção individual quando na circulação nos percursos e idas ao wc, bar, ou outra deslocação, exceção feita quando se desloca para o tanque de água para se banhar. Nestes percursos, é ainda obrigatória a utilização de calçado, recomendando-se a utilização de chinelos ou similar. Excetua-se ainda a obrigatoriedade de utilização de máscara por parte de crianças com idade igual ou inferior a 10 anos;
4. A utilização de balneários e cacifos encontra-se impossibilitada. Estarão disponíveis WC's para os utentes. Nestes estará disponível à saída solução anti-séptica de base alcoólica;
5. Haverá, em locais distintos, vários pontos de desinfecção de mãos;
6. Os utentes deverão seguir as indicações dos vigilantes, no que diz respeito ao alinhamento e colocação de toalhas, guarda-sóis, espreguiçadeiras, respeitando ainda as indicações no que diz respeito às distâncias entre utentes/toalhas, de acordo com a disposição legal, a designar:
  - a) Elementos que partilhem o mesmo agregado familiar – toalhas sequenciais sem espaçamento;
  - b) Distância entre toalhas em utentes que não habitem o mesmo agregado familiar – 1.5 metros;
  - c) Distância entre guarda-sóis – 3 metros (se não integrarem o mesmo agregado familiar);

7. Os utentes devem efetuar as suas deslocações, utilizando para tal os circuitos de circulação existentes e identificados. Nestes percursos, os utentes deverão sempre circular pela direita, salvo alguma exceção identificada no local;
8. Não podem ser utilizados equipamentos lúdicos e/ou de uso coletivo, como boias, colchões, ou outro da mesma natureza;
9. Recomenda-se a utilização de óculos de natação;
10. Estarão sinalizadas quais as escadas de acesso ao plano de água, assim como as escadas de saída do mesmo, não podendo ocorrer a inversão dos acessos;
11. Recomenda-se que no plano de água, os utentes respeitem o distanciamento físico de 2 metros;
12. Não é permitido o convívio social sem o adequado afastamento físico;
13. Será efetuada higienização dos espaços e áreas comuns, com uma periodicidade de 30 minutos;
14. Cada utilizador deve seguir um código de ética, responsabilidade e compromisso com as normas vigentes para os procedimentos utilizados;
15. Na utilização das piscinas as vias de contacto mantêm-se, pelo que é importante continuar a promover as regras definidas pela DGS:
  - a) Distanciamento físico;
  - b) Limpeza frequente das mãos;
  - c) Etiqueta respiratória;
  - d) Limpeza e higienização dos espaços;
  - e) Utilização de máscara ou viseira, quando tal for obrigatório.

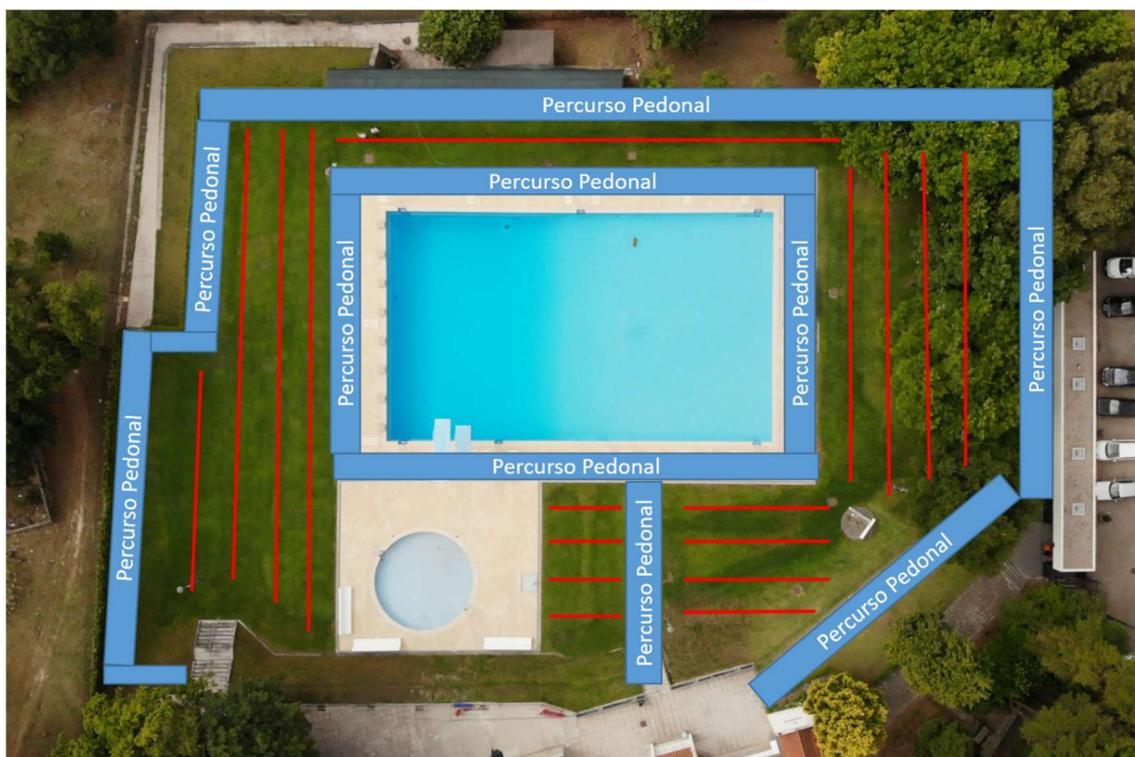
## 4. PROCEDIMENTO ESPECÍFICOS

### 4.1. PISCINA MUNICIPAL DA PONTE

1. A ocupação máxima instantânea da Piscina Municipal da Ponte, no presente contexto COVID-19, é de 190 utentes;
2. Na entrada da instalação, de forma a informar devidamente os utentes do estado de ocupação da piscina, encontrar-se-á informação visual com sinalética de cores;

<b>Verde: Ocupação Baixa</b> Utilização até 63 Utentes	<b>Amarelo: Ocupação Elevada</b> Utilização de 64 a 126 Utentes	<b>Vermelho: Ocupação Plena</b> Utilização de 127 a 190 Utentes
---	--	--

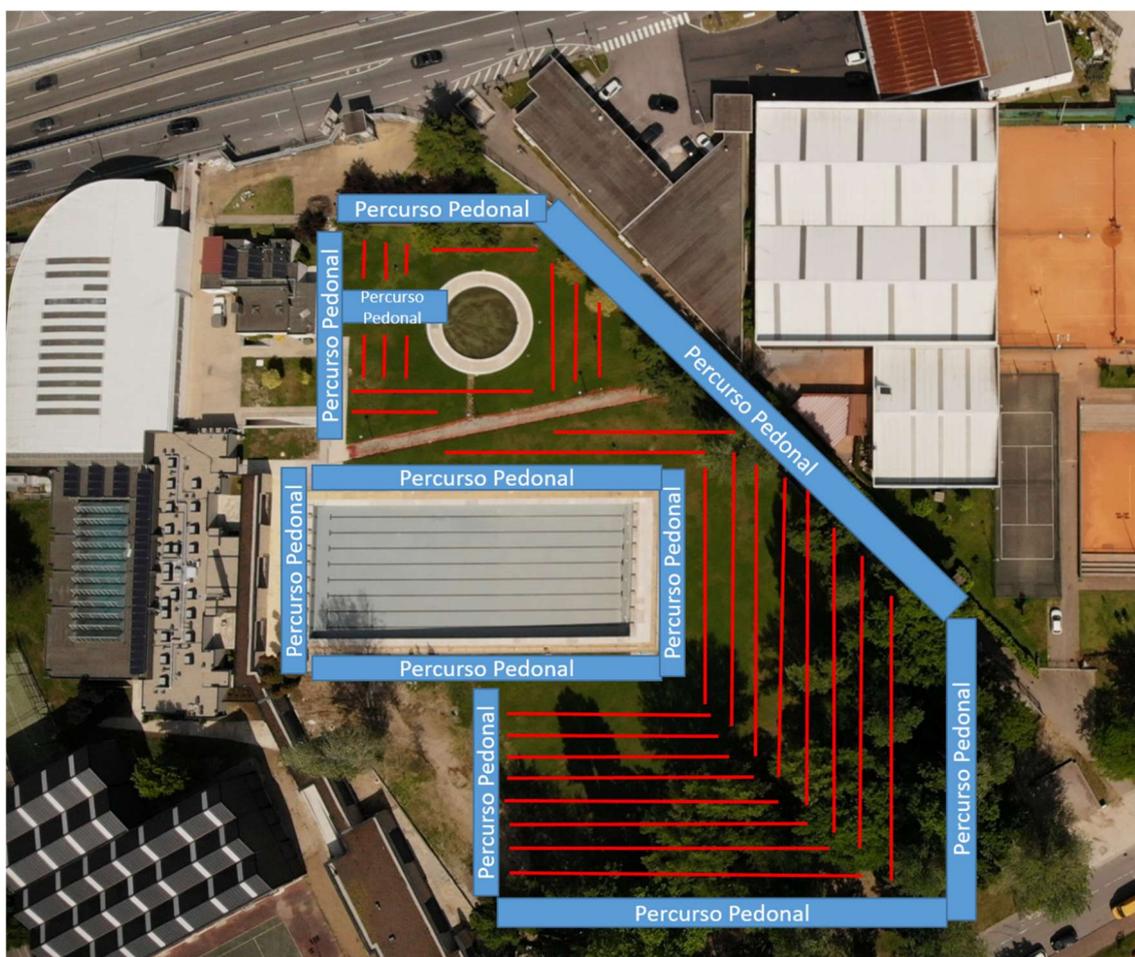
- A prancha de saltos estará encerrada aos utentes;
- Os bancos existentes possuirão sinalética dos lugares passíveis de serem utilizados;
- A ocupação da Piscina da Ponte, deverá ser efetuada da seguinte forma;



## 4.2. PISCINA MUNICIPAL DA RODOVIA

1. A ocupação máxima instantânea da Piscina Municipal da Rodovia, no presente contexto COVID-19, é de 510 utentes;
2. Na entrada da instalação, de forma a informar devidamente os utentes do estado de ocupação da piscina, encontrar-se-á informação visual com sinalética de cores;

<b>Verde: Ocupação Baixa</b> Utilização até 170 Utentes	<b>Amarelo: Ocupação Elevada</b> Utilização de 171 a 340 Utentes	<b>Vermelho: Ocupação Plena</b> Utilização de 341 a 510 Utentes
--	---	--



## 5. ÁREA DE ISOLAMENTO

A colocação de um colaborador, utente ou voluntário suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros indivíduos possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.

Ambas as instalações estarão dotadas de uma área de isolamento, devidamente identificada.

Esta área estará equipada com:

- Telemóvel;
- Cadeira (para descanso e conforto enquanto aguarda validação do caso e eventual transporte);
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica;
- Toalhetes de papel;
- Máscara cirúrgica;
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.

Esta área possui ainda uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do caso suspeito.

## 6. PONTO FOCAL

Na eventualidade de se detetar um caso suspeito, os colaboradores municipais deverão comunicar de imediato tal situação ao Encarregado da Instalação.

Este deverá acompanhar o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestando todo o apoio necessário e, desencadeando os contactos estabelecidos no Plano de Contingência da Câmara Municipal e nos procedimentos deste Manual.

Ponto Focal	Designação	Contacto
Piscina Municipal Ponte	António Rodrigues	934 354 263
Piscina Municipal Rodovia	Manuel João Oliveira	967 743 779
Município de Braga (1)	Dr. João Correia	965 015 373
Município de Braga (2)	Dr. Gabriel Oliveira	960 459 120
Município de Braga (3)	Dr. Miguel Caldas	924 489 968



**BRAGA**  
Município