



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DE  
CULTURA DO CENTRO

---

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## FASE DE REABERTURA DE SERVIÇOS

---

PREVENÇÃO E CONTROLO DE INFEÇÃO POR NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)

Direção Regional de Cultura do Centro e Equipamentos Afetos

Despacho nº 2836-A/2020 de 02 de março de 2020

Procedimentos para os Trabalhadores e Colaboradores afetos à Direção Regional de Cultura do Centro



## ÍNDICE

INTRODUÇÃO .....	3
1. SITUAÇÃO DE CALAMIDADE .....	4
2. CONDIÇÕES GERAIS PARA A RETOMA PROGRESSIVA DA VIDA SOCIAL.....	5
3. REABERTURA GRADUAL DOS SERVIÇOS.....	6
3.1 Circuito de comunicação .....	7
3.2 Medidas Gerais de reabertura .....	8
a) Equipamento de proteção individual (EPI).....	8
b) Ocupação dos espaços e medidas de higienização e limpeza .....	9
c) Atendimento ao público.....	11
3.3 Plano de reabertura dos Museus e Monumentos .....	13
4. COMO ATUAR PERANTE A SUSPEIÇÃO/ IDENTIFICAÇÃO DE UM CASO CONTÁGIO NO LOCAL DE TRABALHO.....	15
4.1. Perante um caso suspeito validado .....	16
4.2. Procedimento de vigilância de contactos próximos .....	17

## INTRODUÇÃO

Na sequência da declaração da situação de calamidade, iniciada às 0:00 do dia 3 de maio, com duração prevista até às 23:59 do dia 17 de maio, inicia-se o Plano de Desconfinamento e reabertura gradual dos serviços da DRCC, com o presente Plano de Contingência, aplicável à Direção Regional de Cultura do Centro e Serviços Dependentes, que prevê as medidas de prevenção constantes nas orientações da DGS- Direção Geral de Saúde e que tem como objetivo regular o funcionamento de todos os serviços, nesta fase de reabertura gradual.

O Plano de Contingência da DRCC é um documento dinâmico, em permanente atualização, sempre que justificável e em função da evolução da pandemia e orientações futuras do Governo. As medidas e metodologias deste documento aplicam-se a todos os trabalhadores e colaboradores da Direção Regional de Cultura do Centro e Serviços Dependentes.

Deste modo, e de acordo com a resolução do conselho de Ministros nº 33-A/2020, de 30 de abril de 2020, está prevista a reabertura do serviço central da Direção Regional de Cultura do Centro, com **atendimento ao público por marcação, a partir do dia 11 de maio** e a **abertura de museus e monumentos a partir do dia 18 de maio**.

Qualquer situação não prevista neste plano, deve ser abordada com o interlocutor designado para o efeito e com a Sra. Diretora Regional de Cultura.

## **1. SITUAÇÃO DE CALAMIDADE**

A declaração da situação de calamidade visa reconhecer a necessidade de adotar medidas de caráter excepcional destinadas a prevenir, reagir ou repor a normalidade das condições de vida pelos efeitos da ocorrência ou perigo de ocorrência de acidente grave ou catástrofe.

A Lei de Bases da Proteção Civil define catástrofe como o acidente grave ou a série de acidentes graves suscetíveis de provocarem elevados prejuízos materiais e, eventualmente, vítimas, afetando intensamente as condições de vida e o tecido socioeconómico em áreas ou na totalidade do território nacional, o que se tem verificado com a pandemia COVID-19.

A situação de calamidade é um mecanismo legal, devendo a sua execução obediência à lei e à Constituição. A situação de calamidade permite medidas restritivas, mas o seu âmbito é menor que o do estado de emergência.

A situação de calamidade começou às 0:00 do dia 3 de maio e dura até às 23:59 do dia 17 de maio. Ao fim de 15 dias, as decisões serão reavaliadas, podendo ser decidida a prorrogação da situação de calamidade.

## **2. CONDIÇÕES GERAIS PARA A RETOMA PROGRESSIVA DA VIDA SOCIAL**

No processo de retoma progressiva da vida social, o Governo anunciou as seguintes medidas gerais:

- Disponibilidade no mercado de máscaras e gel desinfetantes;
- Higienização regular dos espaços;
- Lotação máxima reduzida;
- Higiene das mãos e etiqueta respiratória;
- Distanciamento físico de 2 metros;
- Uso obrigatório de máscaras nos transportes públicos, escolas, comércio e outros locais fechados com múltiplas pessoas.

Os deveres gerais a observar durante a situação de calamidade são os seguintes:

- Confinamento obrigatório para pessoas doentes com COVID-19 e em vigilância ativa;
- Dever cívico de recolhimento domiciliário;
- Proibição de eventos ou ajuntamentos com mais de 10 pessoas, exceto em funerais, onde podem estar presentes os familiares.

### **3. REABERTURA GRADUAL DOS SERVIÇOS**

Findo o estado de emergência e iniciada a situação de calamidade em que se encontra o território nacional, e conforme a Resolução do Conselho de Ministros nº 33-A/2020 de 30 de abril, pretende-se dar início à reabertura gradual dos serviços de atendimento ao público, através de atendimento por marcação prévia, garantindo o cumprimento de todas as medidas de segurança que se reconhecem necessárias à proteção da saúde de funcionários, suas famílias e dos visitantes, prevendo-se os seguintes prazos:

- 11 de maio – restabelecimento do atendimento presencial na sede da DRCC, através de atendimento por marcação prévia, devendo ser cumpridas as medidas de distanciamento, higiene das mãos e etiqueta respiratória, entre outras, recomendadas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e demais medidas fornecidas por este documento;

- 18 de maio – reabertura ao público dos museus e monumentos afetos à DRCC, devendo ser cumpridas as medidas de distanciamento, higiene das mãos e etiqueta respiratória, entre outras, recomendadas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e demais medidas fornecidas por este documento.

Sem prejuízo do exposto, relembra-se que trabalhadores imunodeprimidos e os portadores de doença crónica que, de acordo com as orientações da autoridade de saúde, devam ser considerados de risco e não possam desempenhar a sua atividade em regime de teletrabalho ou através de outras formas de prestação de atividade, podem justificar a falta ao trabalho mediante declaração médica.

Para os devidos efeitos são considerados trabalhadores imunodeprimidos e os portadores de doença crónica, os seguintes: os hipertensos; os diabéticos; os doentes cardiovasculares; os portadores de doença respiratória crónica; os doentes oncológicos; e, os portadores de insuficiência renal.

A declaração médica deve atestar a condição de saúde do trabalhador que justifica a sua especial proteção.

### 3.1 Circuito de comunicação

Para a operacionalização deste Plano de Contingência é criado um sistema de comunicação com o envolvimento de todos os trabalhadores e colaboradores da DRCC, devendo os trabalhadores estar em contacto permanente com o interlocutor do Plano de contingência designado e com as respetivas chefias diretas, que informarão ativa e permanentemente a Diretora Regional de Cultura sobre as necessidades de atuação.

Todos os trabalhadores e colaboradores serão informados sobre atualização do plano de contingência, sobre as fases de reabertura gradual de serviços e toda a informação relevante de acordo com a cadeia de comunicação abaixo definida:



### **3.2 Medidas Gerais de reabertura**

O objetivo deste Plano é proceder à reabertura gradual ao público da sede da DRCC (a partir de 11 de maio) e Serviços Dependentes (a partir de 18 de maio).

Será efetuada uma monitorização permanente, através do interlocutor designado e das chefias de cada serviço, e sempre que se considerar necessário serão reforçadas as medidas previstas. Os coordenadores dos serviços e equipamentos afetos devem informar continuamente as necessidades de cada local e qualquer situação anómala verificada durante este período de tempo.

Para a reabertura dos serviços serão tomadas as seguintes medidas gerais de proteção:

#### **a) Equipamento de proteção individual (EPI)**

- Serão distribuídos a todos os trabalhadores Equipamento de Proteção Individual (EPI), que permitem a proteção e a prevenção diária no local de trabalho, a saber, máscaras comunitárias e luvas, estando disponível em todos os serviços desinfetantes de mãos e outros considerados necessários;
- Cada colaborador receberá duas máscaras comunitárias, reutilizáveis e certificadas, ficando responsável pela sua boa manutenção de acordo com as normas do fabricante; a máscara deverá ser usada em reuniões, internas ou externas, e demais ocasiões que considere necessário;
- Os trabalhadores devem utilizar os EPI quando estiverem em contacto com os outros (salas partilhadas, corredores e outros locais dos serviços);
- O uso da máscara comunitária é obrigatório sempre que o trabalhador não esteja sozinho;
- Será disponibilizado um medidor de temperatura para quem pretender medir a sua própria temperatura, devendo o equipamento ser limpo e desinfetado sempre entre cada utilização;



- Todos os trabalhadores e colaboradores devem tomar as medidas de prevenção necessárias e usar os equipamentos de proteção individual distribuídos pelos serviços;
- Serão ainda fornecidas viseiras a cada serviço que poderão ser usadas pelos funcionários e colaboradores em contacto com o público (museus e monumentos) e deslocações de trabalho, se o colaborador assim entender; finda a utilização cabe a cada colaborador realizar a desinfeção da mesma;

**b) Ocupação dos espaços e medidas de higienização e limpeza**

- A sala de isolamento mantém-se ativa e disponível durante todo o período próximo, devendo estar devidamente equipada conforme as orientações das autoridades de saúde;
- A lotação dos espaços deve ser reduzida, considerando-se uma média de 25m<sup>2</sup> por pessoa, quando partilham espaços de trabalho (1 a 2 trabalhadores por gabinete/sala), distanciados, entre si, 2 metros;
- A DRCC dispõe de um stock de material de higiene e limpeza e equipamentos de proteção individual, que será gerido de acordo com as necessidades dos vários equipamentos;
- Os serviços de limpeza devem assegurar que os locais e postos de trabalho encontram-se devidamente higienizados e se for necessário deve ser aumentado o número de limpezas diárias ou contratar mais serviços de limpeza, ao abrigo do que a lei excecionalmente permite para esta fase;
- As instalações serão desinfetadas antes da entrada ao serviço dos trabalhadores (até às 08h30), com principal relevância para as instalações sanitárias, puxadores e maçanetas das portas e corrimões; a mesma operação é repetida entre o período da manhã e da tarde, além da limpeza regular.
- Os trabalhadores deverão assumir como rotina de prevenção, a desinfeção do seu próprio posto de trabalho, teclados, monitores, telefone e outros equipamentos, com desinfetantes

fornecidos pelo serviço, pelo menos uma vez por dia (à chegada) ou sempre que estes equipamentos sejam utilizados por outros.

- Os equipamentos de utilização coletiva (impressoras e afins) deverão ser desinfetados antes de cada nova utilização, pelo colaborador que tiver necessidade de os usar;

- Os utilizadores dos carros de serviço ficarão responsáveis pela desinfeção antes e após o uso (volante, tabliê, manípulos das portas e outras superfícies em que tenham que tocar, no interior ou exterior da viatura).

- Os corrimãos de escadas e maçanetas das portas serão desinfetados diariamente, pelo menos duas vezes por dia (antes da hora de abertura e durante a hora de almoço, ou sempre que a afluência de públicos justifique), devendo essa prática ser reforçada sempre que necessário;

- Os serviços de limpeza asseguram e reforçam a higienização das instalações sanitárias, de forma regular, sendo que os equipamentos sanitários devem ser devidamente desinfetados em cada limpeza e o número de frequência das limpezas deverá ser reforçado diariamente de acordo com as necessidades e o progressivo aumento de colaboradores e utentes;

- Serão colocados painéis acrílicos de separação nos balcões de atendimento da receção da DRCC e dos serviços dependentes que deverão ser higienizados regularmente pelas equipas de atendimento (interior e exterior do painel de acrílico);

- Encontram-se colocados em todos os equipamentos os dispensadores automáticos, considerados necessários para a higienização/desinfeção das mãos. Recomenda-se que esta prática, deve ser efetuada regularmente;

- os terminais de pagamento automático (TPA), os equipamentos, objetos e superfícies de contacto público, os balcões e vitrines e locais de colocação de folhetos informativos suscetíveis de estarem em contacto físico com o público devem ser limpos e higienizados após cada utilização pelas equipas de vigilância e atendimento;

- As portas interiores do edifício, devem estar abertas de forma a evitar um contacto regular com puxadores e de modo a favorecer a circulação de ar;

- Os elevadores devem ser utilizados só em casos prioritários e devem ser higienizados regularmente;
- Os locais destinados a efetuar refeições pelos trabalhadores devem ser limpos diariamente e desinfetados de acordo com a programação de limpeza prevista;
- Serão disponibilizadas soluções líquidas de base alcoólica, para os trabalhadores e utentes dos espaços, colocados nas entradas e saídas dos espaços, assim como no seu interior, em localizações adequadas para desinfeção de acordo com a organização de cada espaço.

### **c) Atendimento ao público**

- Atendimento ao público presencial realiza-se por marcação prévia, devendo o número máximo ser de duas pessoas (1 trabalhador e 1 requerente), respeitando as medidas de distanciamento social e o uso obrigatório máscara;
- O requerente deverá ser avisado aquando da marcação da reunião sobre a obrigatoriedade de usar máscara própria durante a reunião e durante a sua permanência dentro das instalações;
- Os públicos dos museus deverão usar obrigatoriamente máscara própria durante a sua permanência dentro das instalações; esta informação será veiculada publicamente através dos websites e redes sociais, não sendo admitida a entrada de visitantes sem máscara própria colocada.
- As deslocações em trabalho serão reduzidas ao necessário para a instrução, fiscalização ou desenvolvimento de qualquer processo da responsabilidade da DRCC, devendo por regra ser observado um máximo de duas pessoas em cada deslocação: o condutor e o técnico que deverá sentar-se no banco traseiro;
- O regime de teletrabalho continuará a ser adotado, como regra, para os trabalhadores cujas funções permitam esse regime, sem prejuízo de o funcionário ter que se deslocar ao seu local de trabalho sempre que as funções ou tarefas adstritas o exijam, bastando que a sua presença no local de trabalho seja solicitada pela sua chefia direta;

- Os trabalhadores cujo conteúdo funcional não permita o regime de teletrabalho, regressarão ao seu posto de trabalho, retomando as suas funções, nomeadamente, no que diz respeito aos serviços de atendimento ao público, motoristas, reabertura dos museus e monumentos e respetiva preparação prévia desses equipamentos para a sua reabertura ao público ou quaisquer outras funções não passíveis de desempenho através de regime de teletrabalho;
- Cada chefia organizará horários desencontrados para os trabalhadores que regressem ao regime de trabalho normal ou teletrabalho parcial, e para os trabalhadores que fruto da sua função/atividade não podem estar em regime de teletrabalho ou teletrabalho parcial;
- Mantém-se a suspensão de iniciativas de carácter público e de natureza presencial;
- A deslocação até ao local de trabalho deve ser efetuada com as devidas medidas de precaução aconselhadas pelas autoridades de saúde;
- Mantém-se suspensa a realização do registo biométrico para todos os trabalhadores, devendo a assiduidade ser registada digitalmente;
- Relativamente aos monumentos que são geridos em parceria com outras entidades será feita a respetiva articulação no sentido de preparar a sua reabertura com a observância das regras de proteção e segurança;
- Poderão ser realizados novos trabalhos de Conservação, Restauro e Salvaguarda do património Cultural e continuar os que estejam em curso, cumprindo as regras de proteção e segurança em vigor;
- Para os devidos efeitos e sempre que necessário serão emitidas declarações para que os trabalhadores possam demonstrar que estão em cumprimento de funções públicas autorizadas.

### **3.3 Plano de reabertura dos Museus e Monumentos**

Os museus e monumentos afetos à DRCC reabrem ao público a partir do próximo dia 18 de maio, a partir das 10:00h, podendo encerrar em determinados períodos do dia para assegurar operações de limpeza e desinfeção, devendo o diretor/coordenador do Museu e Monumento comunicar previamente à tutela os horários que considera ajustados e adequados.

As medidas gerais de reabertura previstas no ponto anterior aplicam-se aos museus e monumentos afetos, sendo necessário prever um conjunto adicional de medidas que deverão ser implementadas antes da abertura ao público, isto é, entre 11 e 17 de maio, a saber:

- As equipas dos museus deverão assegurar as condições de visita adequadas para acolhimento de públicos a partir do dia 18 de maio;
- Cada diretor do equipamento cultural define o período máximo de visita, o qual deverá ser transmitido ao visitante antes da aquisição do bilhete;
- Deverá garantir-se que cada visitante dispõe de uma área mínima de 25m<sup>2</sup> e distância mínima de 2 metros lineares para qualquer outra pessoa que não seja sua convivente;
- A admissão de visitantes é realizada de forma livre ou por conjuntos de pessoas (dependendo da dimensão médias das salas do equipamento);
- Deverá ser assegurada vigilância à entrada das instalações sanitárias por forma a garantir que na respetiva utilização se mantém a lotação máxima por m<sup>2</sup>;
- Deverá ser preparada nota de imprensa a divulgar a reabertura dos museus e monumento a partir do dia 18 de maio, os respetivos horários de funcionamento e as regras de ocupação de cada espaço (número máximo de visitantes por espaço e por hora) com a indicação expressa do uso obrigatório de máscaras para o público durante a sua permanência dentro das instalações e outras informações relevantes para o bom acolhimento de públicos, nomeadamente, no que concerne ao eventual agendamento de visitas guiadas (horários de realização e número máximo de participantes); a mesma informação deverá ser disponibilizada nos websites e redes sociais da DRCC e de cada serviço;



- Nos espaços exteriores deverão ser asseguradas as condições de acolhimento adequadas, com a limpeza de todos os acessos e a manutenção de jardins nos moldes habitualmente executados;
- Os espaços interiores deverão ser alvo de higienização prévia e limpeza cuidada (espaços de acesso público e espaços de acesso condicionado) e rigorosa verificação das condições expositivas;
- Todos os equipamentos interativos (televisores, equipamentos informáticos e outros) deverão ser testados previamente devendo, contudo, evitar-se, se possível, que se encontrem ligados para minimizar o contacto do público com essas superfícies e para minimizar os pontos de concentração/foco dos visitantes, indicando claramente que o equipamento se encontra desligado por questões de segurança;
- Os objetos habitualmente disponíveis para toque devem ser suprimidos das exposições ou, não sendo possível, deve ser desaconselhada a sua utilização;
- Deverão ser criados circuitos formais de visita, preferencialmente de sentido único (limitando a visita a espaços exíguos e minimizando o cruzamento de visitantes em pontos de estrangulamento), através da colocação de barreiras ou fitas autocolantes (chão) de longa duração e de grande visibilidade;
- sempre que possível, deverão ser eliminados ou reduzidos os pontos de estrangulamento de passagem, mediante eventual retirada de mobiliário/vitrines;
- Nos espaços de acolhimento ao público (recepções e lojas) deverá ser sinalizado, com fitas autocolantes de longa duração, a distância mínima entre públicos;
- Nas áreas de serviços e de acesso condicionado aplicam-se as mesmas medidas gerais de segurança já mencionadas;
- Os vigilantes e rececionistas, em horário de atendimento ao público, devem usar obrigatoriamente a máscara e, facultativa e cumulativamente, a viseira.
- Todas as atividades culturais e pedagógicas previstas no âmbito da programação dos museus e monumentos será sujeita a análise prévia das medidas de segurança adequadas.

## **4. COMO ATUAR PERANTE A SUSPEIÇÃO/ IDENTIFICAÇÃO DE UM CASO CONTÁGIO NO LOCAL DE TRABALHO**

No âmbito da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19), a presente orientação define os procedimentos a adotar em caso de identificação, no local de trabalho, de um desses casos.

Por precaução será destinado, na sede da DRCC e nos serviços dependentes, um espaço para área de isolamento de um caso suspeito de coronavírus, preferencialmente próximo da entrada do edifício e de uma casa de banho, conforme as orientações da DGS, que permita o isolamento/separação entre o doente e as restantes pessoas no local. Cada coordenador dos equipamentos definirá esse espaço com o apoio do interlocutor do plano de contingência.

De acordo com as condições em cada local, o doente em isolamento deverá, se possível, dispor de acesso a uma casa de banho para uso exclusivo, um kit de máscaras, luvas, água, alguns alimentos e mobiliário que permita estar confortável, enquanto aguarda encaminhamento.

O trabalhador que detete um caso suspeito de infeção por novo coronavírus (covid-19) deve:

- Reportar à sua chefia direta e ao Interlocutor do plano de contingência, uma situação de doença com possível ligação ao COVID-19;
- O trabalhador deve ter viseira e máscara e colocar luvas;
- Deve dar ao doente uma máscara cirúrgica, se o mesmo não tiver máscara;
- Deve encaminhar o doente para a área de isolamento prevista, evitando o contacto direto;
- O trabalhador deverá ligar para o SNS 24 (808 24 24 24) ou para o número de emergência médica nacional (112) e aguardar a chegada do pessoal médico;
- O trabalhador deverá encaminhar todas as pessoas para locais distantes da área de isolamento, tentando manter a calma e ordem no local;
- O trabalhador apenas contactará diretamente com o doente, quando estritamente necessário.

De momento algumas das características deste vírus são ainda desconhecidas, pelo que será atualizada esta informação e/ou os procedimentos a seguir, sempre que necessário, seguindo as recomendações emanadas pela DGS.

#### **4.1. Perante um caso suspeito validado**

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a DRCC dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o Caso for não confirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais previstos, incluindo de limpeza e desinfeção.
- Se o Caso for confirmado, a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de Caso confirmado devem tomar-se as seguintes diligências:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho ou local onde esteve o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas, e sobre o estado de saúde dos contatos próximos do doente.

#### **4.2. Procedimento de vigilância de contactos próximos**

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador/colaborador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com o caso confirmado de COVID 19 pode ser de:

– **“Alto risco de exposição”, é definido como:**

Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros);

Trabalhador que esteve face-a-face com a pessoa com Caso Confirmado ou no mesmo espaço fechado;

Trabalhador que partilhou com a pessoa com Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

– **“Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:**

Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com a pessoa com Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa);

Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência à pessoa com Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia.

Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a DRCC, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver no local de trabalho, deve-se iniciar os “Procedimentos num Caso Suspeito”;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

Recomenda-se a todos os trabalhadores que se encontram em casa, em teletrabalho ou por outras razões, que sigam todas as indicações das autoridades de saúde de forma a privilegiar o isolamento social.

Aconselha-se também a visualização da página eletrónica da DGS, onde está atualizada em permanência - <https://covid19.min-saude.pt/>

Coimbra, 06 de maio de 2020