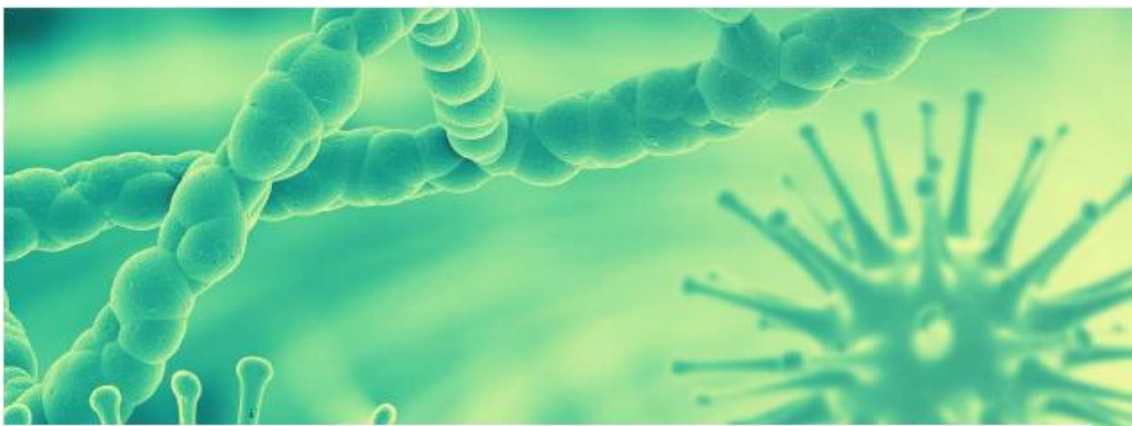



PLANO DE CONTINGÊNCIA




CORONAVÍRUS **COVID-19**



	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

Índice

1. Objetivo.....	3
2. Âmbito.....	3
3. Enquadramento	3
4. Definição de coronavírus SARS-Cov-2, agente causal da COVID-19.....	5
5. Definição de caso suspeito	5
6. Transmissão de infeção	5
7. Sintomatologia.....	6
8. Plano de Contingência.....	6
8.1. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção de SARS-CoV-26	
8.1.1. Área de isolamento.....	6
8.1.2. Procedimentos específicos	6
8.1.2.1. Procedimento num caso suspeito	6
8.1.2.2. Procedimento perante um caso suspeito validado.....	7
8.1.2.3. Procedimento de vigilância de contactos próximos	7
8.1.2.4. Outros procedimentos	8
8.1.3. Definição de responsabilidades.....	9
8.1.4. Profissionais de saúde e seus contactos.....	9
8.1.5. Equipamentos e produtos.....	9
8.1.6. Informar.....	10
8.2. Diligências a efetuar na presença de suspeito(os) de infeção por SARS-CoV-2.....	10
9. Velejadores e Associados.....	10

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

1. Objetivo

Estabelecer o procedimento a adotar no âmbito da infeção pelo coronavírus SARSCov-2, agente causal da COVID-19, no que respeita à prevenção, formação, informação e em caso de contágio, transmissão e progressão do vírus na comunidade do Clube de Vela de Viana do Castelo (CVVC).

2. Âmbito

O presente documento é aplicável a todos os dirigentes, sócios e atletas do CVVC, assim como dos participantes, técnicos das equipas e colaboradores nas provas organizadas/coorganizadas pelo CVVC, ou a todos aqueles que se desloquem ao clube.

3. Enquadramento


O desporto comporta características variadas, abrangendo diversas modalidades, que podem ir de modalidades individuais praticadas a solo e distantes de outros praticantes, a modalidades praticadas em grupo ou individualmente com um ou vários adversários, em proximidade e contacto mais direto e prolongado. A tipologia de modalidades desportivas acarreta diferentes riscos, não só pelo número de pessoas envolvidas, mas também pelas características das mesmas, pelo que urge planear e implementar medidas específicas e contextualizadas, em conformidade com o risco de transmissão e exposição ao SARS-CoV-2, agrupando as modalidades em alto, médio e baixo risco.

Uma vez que o risco da modalidade e a responsabilidade inerente às federações varia tanto entre as modalidades desportivas, como entre as diferentes disciplinas/vertentes pretende-se definir orientações específicas que permitam um regresso aos treinos e competições em segurança, minimizando o risco de transmissão do SARS-CoV-2. No caso da Vela em Portugal, as suas múltiplas vertentes e disciplinas são distribuídas em dois grandes grupos:

- Embarcações (Vela Ligeira, Adaptada, Modelos à Vela e Cruzeiros);
- Pranchas (Windsurf, Kiteboarding/Kitesurf e Wingfoil).

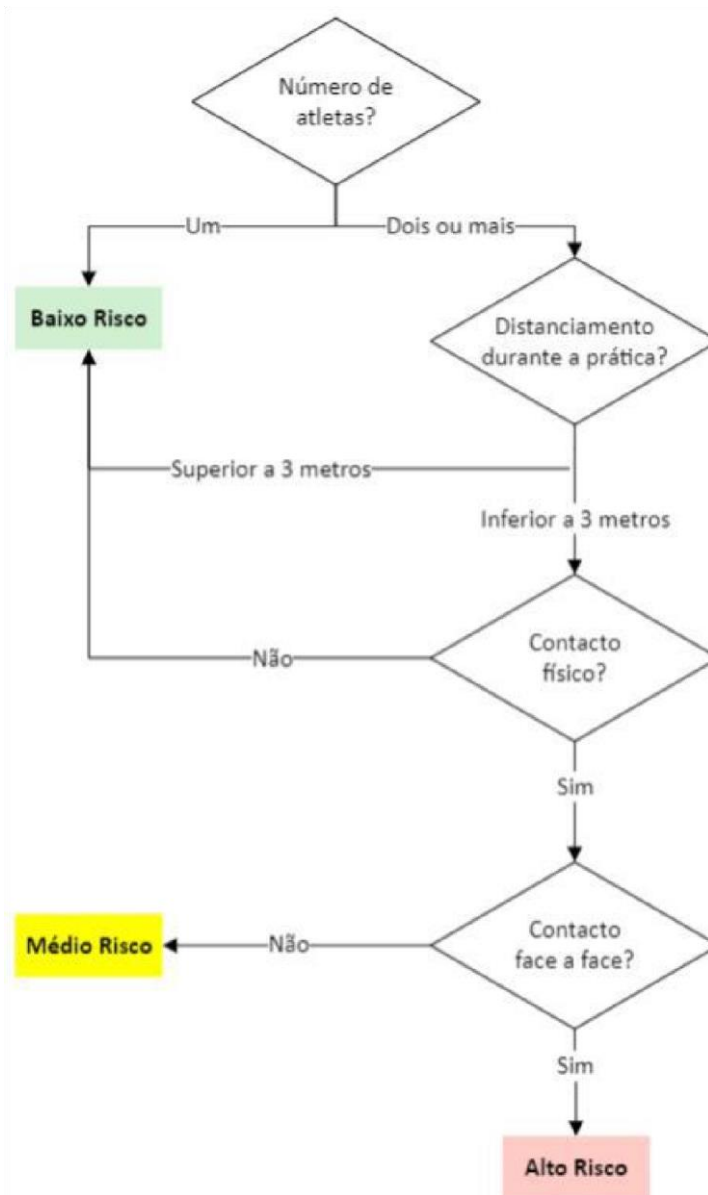
A Vela é uma modalidade:

- Individual, conforme Despacho n.º 1710/2014 de 15 de janeiro (<https://dre.pt/application/conteudo/3585467>, independentemente do número de tripulantes a bordo;
- Praticada ao ar livre e sem contacto físico;
- Classificada de baixo risco pela DGS para contágio de SARs-CoV-2.


	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

Federações com Utilidade Pública Desportiva	Modalidades/disciplinas/vertentes	Estratificação de risco
Federação Portuguesa de Vela	Kiteboard	Baixo
	Vela	Baixo

Fonte: Orientação n.º 036/2020 da DGS (atualização - 31/mar/2021)



Fonte: Orientação n.º 036/2020 da DGS (atualização - 31/mar/2021) - Algoritmo para a Estratificação de Risco das Modalidades Desportivas, aplicável para as disciplinas ou vertentes competitivas formais, disciplinas ou vertentes adaptadas e atividades de treino.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

4. Definição de coronavírus SARS-Cov-2, agente causal da COVID-19

Considera-se COVID-19 o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial de Saúde, para a doença provocada por um novo coronavírus, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países. Coronavírus diz respeito a um grupo de vírus que podem causar infeções, associadas a sintomatologia ao nível do sistema respiratório, sendo similar à gripe comum e podendo evoluir para pneumonia.

5. Definição de caso suspeito

A definição apresentada de seguida é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas entidades:


Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa ⁴ nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

6. Transmissão de infeção

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 passam por ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

7. Sintomatologia

Segundo as últimas informações publicadas, o período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 14 dias.

O tratamento para o COVID-19 é específico e dirigido em função dos sinais e sintomas que a pessoa apresenta.

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória.

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

8. Plano de Contingência

8.1. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção de SARS-CoV-2


8.1.1. Área de isolamento

No Centro de Vela, o local de isolamento é o Posto Médico. Na deslocação da pessoa com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

8.1.2. Procedimentos específicos

8.1.2.1. Procedimento num caso suspeito

Se for detetado um caso possível ou provável, de acordo com os sinais e sintomas previstos na Norma 004/2020 da DGS, este deve ser encaminhado por um só funcionário para a área de isolamento, garantindo que o mesmo é portador de máscara. A área de isolamento tem disponível um kit com água e alguns alimentos não perecíveis, produto desinfetante de mãos, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas, e acesso a instalação sanitária de uso exclusivo. Na área de isolamento, deve ser contactado o SNS 24, de acordo com a Norma 004/2020 da DGS, dando cumprimento às indicações recebidas. Simultaneamente, devem ser cumpridos os procedimentos definidos no Plano de Contingência existente e os procedimentos de limpeza e desinfeção, de acordo com a Orientação nº 014/2020 da DGS.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

Na situação de caso suspeito validado:

- A pessoa com sintomas deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- O acesso dos outros participantes à área de “isolamento” fica interdito (exceto aos designados para prestar assistência);
- O CVVC colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente;
- O CVVC informa os restantes utilizadores e participantes da existência de um caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

No caso suspeito validado, a pessoa com sintomas deverá permanecer na área de “isolamento” até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste com outro(s) elementos que utilizadores das instalações do CVVC. Devem-se evitar deslocações adicionais da pessoa sintomática nas instalações da empresa.

8.1.2.2. Procedimento perante um caso suspeito validado


Na situação de caso confirmado, o CVVC fica obrigado a:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- 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.

8.1.2.3. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um participante 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 caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

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

- Pessoas do mesmo aglomerado (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Pessoas que esteve face-a-face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Pessoas que partilharam com o caso confirmado objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.


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

- Pessoas que tiveram contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).
- Pessoas que prestaram assistência ao caso confirmado, desde que tenham seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

8.1.2.4. Outros procedimentos

Os utilizadores do CVVC devem ter:

- Procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
- Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);
- Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
- Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os participantes e entre estes e os clientes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).
- Processo (interno) de registo de contactos com o Caso Suspeito.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

8.1.3. Definição de responsabilidades

- Todos os utilizadores devem reportar à Direção do CVVC uma situação de doença enquadrada com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Nas situações em que uma pessoa com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o(s) elemento(s) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente devem estar definidos por elementos da Direção ou funcionários. No caso de um participante de uma prova organizada pelo CVVC também será necessário o acompanhamento do responsável pelo atleta.

8.1.4. Profissionais de saúde e seus contactos

Serviço de Saúde do Trabalho: VIG – Prevenção de Riscos Profissionais, Lda

Contacto: +351 258 811 911

Médico responsável: Dr. Fábio Viana

USPAM – Unidade de Saúde Pública do Alto Minho

Morada: Rua José Espregueira, 96 | 4904-459 VIANA DO CASTELO

Telefone/Fax: 258 809 480 / 258 809 481

Coordenador da Unidade de Saúde Pública: Dr. Luís Moreno Delgado


Delegado de Saúde Coordenador da ULSAM: Dr. Luís Moreno Delgado

Email Geral: delegado.saude.ulsam@ulsam.min-saude.pt

8.1.5. Equipamentos e produtos

O CVVC deve disponibilizar e fazer o seguinte:

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (ex. zona de refeições, registo biométrico, área de “isolamento” da empresa), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Máscaras cirúrgicas para utilização do Participantes com sintomas (caso suspeito);
- Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos participantes que prestam assistência ao Participantes com sintomas (caso suspeito);
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfecção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um Caso Confirmado na empresa. Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;
- Produtos de higiene e limpeza. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfecção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

8.1.6. Informar


- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os utilizadores do CVVC;
- Esclarecer mediante informação precisa e clara sobre a COVID-19 para os utilizadores terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir;
- Informar quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito nas instalações do CVVC (descritos no ponto 8.1.2.).

8.2. Diligências a efetuar na presença de suspeito(os) de infeção por SARS-CoV-2

- Acionar o Plano de Contingência da empresa para COVID-19;
- Confirmar a efetiva implementação dos procedimentos específicos estabelecidos em 8.1.2.;
- Procurar manter atualizada a informação sobre COVID-19, de acordo com o disponibilizado pela Direção-Geral da Saúde, Autoridade de Saúde Local e meios de comunicação oficiais.

9. Velejadores e associados do CVVC

Todos os velejadores e associados tem como obrigação seguir as normas criadas que se encontram no anexo 1.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

ANEXO 1

Normas de Funcionamento do Clube de Vela de Viana do Castelo face ao COVID-19

Introdução

Segundo as diretrizes da Direção Geral de Saúde e da Federação Portuguesa de Vela e tendo em vista a reabertura de forma faseada do Centro de Vela, o Clube de Vela de Viana do Castelo criou o seguinte regulamento de funcionamento, acautelando o bem-estar dos praticantes, sócios, funcionários e população em geral.

1. Objetivo


Estabelecer o procedimento de funcionamento a adotar na prevenção de contágio, transmissão e progressão do coronavírus COVID-19 na comunidade do Clube de Vela de Viana do Castelo (CVVC).

2. Âmbito

O presente documento é aplicável a todos os velejadores, associados e treinadores do CVVC, assim como a todos aqueles que se desloquem ao mesmo.

3. Obrigações CVVC

- Disponibilizar gel desinfetante em sítios estratégicos (ex. entradas do hangar e no portão secundário do Centro de Vela), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Desinfetar o wc e áreas comuns;
- Disponibilizar produtos de higiene e limpeza;

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------


4. Obrigações dos Velejadores e Associados

- Seguir as regras descritas neste documento;
- Exercer a distância de segurança de 2 metros por pessoa/embarcação.
- Uso de máscara cirúrgica e/ou viseira em todo o recinto do Centro de Vela.
- Obrigatoriedade de andar calçado em todo o recinto do Centro de Vela.
- Higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilizar um desinfetante para as mãos (que se encontram nas entradas do hangar do Centro de Vela e no wc)
- Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel)
- Evitar o contacto físico com outras pessoas (ex. abraços, beijos, apertos de mão)
- Não partilhar embarcações, material ou equipamento entre praticantes;
- Desinfetar as mão à entrada do Centro de Vela e à entrada do hangar.

5. Circulação no Centro de Vela

- Todos os espaços comuns irão permanecer com restrições (balneários, sala de sócios, sala da direção, sala de formação, sala de convívio, camaratas, bar, balneário técnico, oficina, arrecadação, ginásio e hangar). Estas áreas poderão ser abertas, fechadas ou condicionadas à permanência e passagem mediante indicações dos responsáveis do CVVC, em função das necessidades de utilização e seguindo as normas da DGS e de outras entidades responsáveis pelas medidas de contenção do Covid-19.

- O portão principal do CVVC para a entrada de veículos poderá estar encerrado, ou aberto, em função das condições e eventos a realizar em cada dia de atividade, sempre com o cuidado de proteger os utilizadores das instalações do CVVC, cabendo aos responsáveis do CVVC analisar qual a melhor opção e sempre seguindo as normas da DGS e restantes autoridades de combate ao Covid-19. É aconselháveis os alunos/atletas/associados entrar pelo portão secundário localizado de acesso pedonal mais a Este, desinfetando as mãos à entrada no dispensador lá colocado e nunca acompanhados, entrando uma pessoa de cada vez e espaçadamente, sendo a saída aconselhada ser realizada pelo mesmo local e executada da mesma forma.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

- Os balneários encontram-se com utilização condicionada, sendo possível a sua utilização mas com as restrições aplicadas à data de utilização, seguindo as indicações da DGS e restantes autoridades de combate ao Covid-19. Esta utilização será monitorizada pelos responsáveis do CVVC. Contudo aconselha-se aos alunos e atletas a vir equipados e voltar da mesma forma para casa, evitando o máximo possível banhos e trocas de roupa.

- Haverá um WC disponível no hangar e será higienizado várias vezes por dia.

- Não será permitido aglomerados de pessoas no hangar, será obrigatória a distância social de 2 metros e a obrigatoriedade de utilização de máscara social ou cirúrgica.

6. Aparelhar/Desaparelhar embarcações

- Toda a palamenta das embarcações deverá permanecer dentro da própria, nunca guardado nas zonas anteriormente designadas para o mesmo.

- Os barcos para serem aparelhados será feita uma zona para o efeito a sul do hangar e as embarcações deverão manter-se sempre afastadas por 2 metros. Para desaparelhar será realizado a norte do hangar e com espaçamento entre embarcações de 2 metros.

7. Saída para a água/ Regresso da água

- São 2 caminhos diferenciados para saída e regresso da água, nunca se cruzando. O acesso à rampa (para saída para a água) será realizado através do portão lateral do hangar (orientado para sul). Para o regresso da água será feita a entrada pelo portão orientado a Oeste do Hangar.

- Sempre que uma embarcação estiver dentro do hangar, a próxima aguardará a sua vez, na parte de fora na zona indicada.

- Para a lavagem das embarcações, a mangueira será utilizada exclusivamente pelo treinador ou elementos do Staff.


8. Sessões de Treino/ Prática desportiva

- Após o término da prática desportiva não é permitido convívio, todos os alunos/atletas deverão encaminhar-se para casa.

- Os treinos serão seguindo as normativas da DGS, autoridades de combate ao Covid-19 e pelas normas apresentadas para a modalidade da Vela publicadas pela Federação Portuguesa de Vela. As reuniões pré e pós treino serão sempre em espaços abertos com o distanciamento de 2 metros por pessoa.

- A prática de Vela será limitada a condições de vento de intensidade até 25 nós.

9. Treinadores/ Pessoas de Apoio

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	Data: 19/04/2021
--	---	-------------------------

-Durante a competição o treinador/pessoa de apoio tem a obrigatoriedade de informar e formar os atletas sobre as regras de funcionamento acima descritas.

- Os barcos de apoio e de Vela serão utilizados segundo as normativas publicadas pela Federação Portuguesa de Vela.

- Para operações de grua será utilizada exclusivamente pelo treinador ou elementos do Staff e desinfetada (o comando) após utilização.

10. Isolamento

Na eventualidade de surgir um caso suspeito de COVID 19, o individuo suspeito será encaminhado para a área de isolamento (Posto Médico), acompanhado do treinador e este dará início aos procedimentos descritos no plano de contingência do Clube de Vela de Viana do Castelo.