



PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19

Setembro de 2020

1. ENQUADRAMENTO

Tendo em consideração a atual situação de Epidemia pelo COVID-19 e dando resposta às orientações da DGS as empresas do UNIVERSO PRAGOSA procederam à avaliação do impacto deste cenário no normal desenvolvimento da atividade das várias empresas e consideraram necessário proceder à elaboração do presente Plano de Contingência.

Este documento aplica-se a todas as empresas do Universo Pragosa e em todas as instalações do Grupo, concretamente:

- Construções Pragosa, S.A.: Complexo do Tojal, Complexo de Caldas da Rainha; Complexo de Torres Vedras; Complexo de Alenquer, Complexo de Montemor-o-Novo, Areeiro de Alpedriz e todas as empreitadas em curso;
- Pragosa Indústria Extractiva, S.A.: Pedreira “Vale Rodrigues n.º 2”, Pedreira “Cabeço da Vagem” - Moleanos, Pedreira “Tecabrita - Cano”; Pedreira “Santa Eulália” - Elvas;
- Pragosa Ambiente, S.A.: Complexo de Alenquer, Complexo do Cano – Sousel, e todos as prestações de serviços;
- Pragosa Transportes, S.A.;
- Pragosa Imobiliária, S.A.;
- Carbomin, S.A.;
- Concretope – Fábrica de Betão Pronto, S.A.: Complexo de Almada, Complexo de São Brás de Alportel, Complexo de Odiáxere;
- Sobrissul – Sociedade de Britas Seleccionadas do Sul, S.A.: Pedreira “Mata Redonda”.

O Plano de Contingência pretende definir responsabilidades, procedimentos e medidas específicas a adotar para mitigar as consequências desta infeção no desempenho das atividades desenvolvidas no Grupo. Este documento é dinâmico, podendo por isso vir a ser alterado e complementado em função de novas orientações da DGS, da evolução da situação e da experiência acumulada.

2. DEFINIÇÕES

2.1. CASO SUSPEITO

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

Critérios Clínicos		Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	e	História de Viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início dos 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

2.2. TRANSMISSÃO DA 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 primeiros 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. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

3. IDENTIFICAÇÃO DO GRUPO DE GESTÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

A Administração nomeia o(s) colaborador(es) para a operacionalização e gestão do Plano.

Estes elementos terão as seguintes responsabilidades:

Responsável	Tarefa
Equipa de QAS	Garantir e Operacionalizar o Plano de Contingência Atualizar o Plano de Contingência à medida da evolução da informação disponibilizada Garantir a informação à Administração
Equipa de Segurança	Divulgar e controlar o cumprimento das medidas preventivas e de autoproteção
Recursos Humanos Equipa de Segurança	Garantir a informação e coordenação com os serviços de SHST/Médico do Colaborar Articular os contactos com a Direção-Geral da Saúde Trabalho
Recursos Humanos	Atendimento permanente aos Colaboradores para esclarecimento de dúvidas e procedimentos
Recursos Humanos	Articular com os serviços jurídicos as questões legais que possam surgir
Polidiagnostico	Colaborar e articular as medidas nomeadamente no caso do grupo de baixo risco

Os responsáveis identificados anteriormente possuem os seguintes contactos:

Equipa de Segurança:

- Vitor Silva – 967 353 744
- Ricardo Santos – 967 638 213
- Isabel Pimentel – 965 246 140

Equipa de QAS:

- Nuno Ferreira – 927 418 208

Recursos Humanos:

- **Anabela Pedrosa – 927 056 090**

4. MEDIDAS ESSENCIAIS E PRIORITÁRIAS

Considerando a situação atual de desenvolvimento do COVID-19, são adotadas pelo Grupo as seguintes medidas:

- a) Registrar o número de casos assinalados nas empresas, em estreita articulação com as Autoridades de Saúde;
- b) Acompanhamento da situação;
- c) Implementar novas medidas de limpeza e higienização (sempre que necessário);
- d) Distribuição de embalagens de álcool (ou gel de base alcoólica) em cada sala ou local de afluxo de pessoas;
- e) Difusão de toda a informação pertinente, de modo a evitar alarmismos;
- f) Promover o acompanhamento da situação clínica das pessoas afetadas;
- g) Garantir a distribuição dos Equipamentos de Proteção Individual, sempre que se justifique;
- h) Disponibilizar uma área de isolamento;
- i) Disponibilizar na área de isolamento equipamentos de proteção individual, cujo uso se destina a casos suspeitos;
- j) Reduzir sempre que possível as reuniões presenciais, com colaboradores internos ou entidades externas, promovendo videoconferências, telefonemas ou email's;
- k) Evitar a realização de viagens dispensáveis e não prioritárias a locais/países afectados

5. MEDIDAS PREVENTIVAS E DE AUTOPROTEÇÃO

Deverão ser escrupulosamente observadas as medidas preventivas e de autoproteção permanentemente enunciadas pela autoridade de saúde, concretamente:

Medidas aplicáveis a Visitantes, Clientes e Fornecedores:

- a) Serão adiadas todas as reuniões ou visitas presenciais no interior dos escritórios da sede com fornecedores/clientes/outros visitantes de caráter **não urgente**;
- b) As reuniões presenciais nas instalações da Pragosa serão substituídas, sempre que possível e considerado adequado por **sessões de videoconferência ou chamada telefónica**;
- c) Todos os visitantes, clientes e fornecedores serão sujeitos a um controlo prévio, que poderá incluir entre outras medidas a medição de temperatura corporal;
- d) **Depois de autorizada a sua entrada, todos os visitantes, clientes e fornecedores terão que desinfetar as mãos antes de entrar nas instalações e são obrigados a utilizar máscara de proteção**;
- e) Todos os visitantes, clientes e fornecedores têm de minimizar o contacto com os nossos colaboradores, **permanecendo**, no mínimo, a 2 metros de distância. No caso de motoristas deverão permanecer sempre que possível no interior das cabines;
- f) Ainda neste caso, é interdito o acesso a qualquer local das nossas instalações com exceção dos locais de carga/descarga, portarias e salas de reuniões pré definidas;
- g) As reuniões externas nos escritórios dos Clientes respeitarão os planos de contingência dos mesmos, mas deverão, sempre que possível, ser substituídas por sessões de videoconferência ou chamada telefónica.

Medidas coletivas:

- a) Estar atento às diretivas e recomendações emanadas pela DGS, disponibilizadas com regularidade no seu site (www.dgs.pt);
- b) Afixar em espaços visíveis os folhetos distribuídos pela DGS contendo informação detalhada sobre os sintomas do COVID-19 e sobre as respetivas medidas de Autoproteção;
- c) Aumentar a periodicidade e o cuidado na lavagem de espaços de utilização comum dentro das instalações, nomeadamente salas de reunião, salas de estar, refeitórios e zonas sanitárias;
- d) Os transportes cumprirão com as regras definidas na RCM 51-A/2020, de 26/06. As viaturas com lotação superior a 5 ocupantes, transportarão apenas 2/3 da lotação máxima e todos os seus ocupantes deverão usar máscara.

Medidas individuais:

- a) Todos os colaboradores serão sujeitos a medições da temperatura corporal, em todos os complexos das empresas do Grupo;
- b) A medições serão realizadas antes dos colaboradores entrarem nas instalações. Proceder-se-á a um registo da realização da medição, **não se registando o valor medido**;

- c) Caso a temperatura medida seja inferior a 38° C o colaborador é autorizado a entrar nas instalações;
- d) Caso a temperatura seja igual ou superior a 38° C o colaborador não poderá entrar nas instalações e será colocado em isolamento e com máscara. A medição de temperatura será repetida 30-45 minutos depois. Caso o valor medido seja inferior a 38° C o colaborador é autorizado a entrar nas instalações. Caso o valor se mantenha igual ou superior a 38° C o colaborador deverá manter-se em isolamento e deverá contactar as autoridades de saúde.
- e) Lavar as mãos regularmente de preferência de 2 em 2 horas e sempre antes das refeições;
- f) Nunca espirrar para as mãos nem para o ar, sempre que possível fazê-lo para um lenço de papel deitando-o de seguida para o lixo, ou para a manga de uma peça de roupa;
- g) Evitar o contacto das mãos com a face, nariz e boca;
- h) Evitar os cumprimentos com abraços, beijos ou cumprimentos de mão;
- i) Garantir uma distância de segurança mínima de 2 metros entre pessoas;
- j) Evitar ajuntamentos de pessoas;
- k) Usar máscara comunitária de proteção individual exceto se:
 - Conduzir sozinho;
 - Trabalhar sozinho;
 - Trabalhar em espaço aberto e mantiver o distanciamento social de 2 metros.
- l) Limitar a circulação entre salas nos diversos complexos, ao mínimo indispensável, promovendo os contactos à distância através de telefone, Skype, WhatsApp, email, etc;
- m) Promover nos locais de trabalho a limpeza regular ou o isolamento de equipamentos de utilização coletiva, como teclados de computador, ratos, telefones, comandos de aparelhos eletrónicos, etc.;
- n) Se apresentar sintomas de gripe (febre súbita superior a 38°, tosse ou nariz entupido, dor de garganta, dores corporais ou musculares, dores de cabeça, fadiga, arrepios de frio, vômitos ou diarreia), proceder da seguinte forma:
 - a. Ficar no local de residência e ligar de imediato para a **Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24**, seguindo as indicações recebidas;
 - b. Informar a empresa da situação e das indicações recebidas.
- o) Caso chegue a Portugal proveniente do estrangeiro, deve informar a empresa, não sendo permitido o acesso às instalações até indicação expressa da Administração;**
- p) Caso seja diagnosticado COVID-19 a um seu familiar direto que partilhe consigo a habitação ou com o qual mantenha estreito contacto (cônjuges, pais, filhos, avós, etc.), deve informar a empresa, não sendo permitido o acesso às instalações até indicação expressa da Administração;**

6. ZONAS DE ISOLAMENTO

Para cada Complexo Industrial do GRUPO PRAGOSA foi definido um local de isolamento para onde devem ser encaminhados os casos suspeitos de infeção por COVID-19. Estes locais possuem as seguintes características:

- a) Ventilação natural ou ventilação mecânica;
- b) Espaço equipado com: telefone interno, cadeira ou marquesa, água potável, alimentos não perecíveis, contentor de resíduos, solução antisséptica de base alcoólica, toalhete de papel, máscara cirúrgica, luvas descartáveis e termómetro;
- c) Instalações sanitárias exclusivas ou de fácil acesso, devidamente equipadas com doseador de sabonete líquido e toalhete de papel.
- d) Em caso de utilização da sala de isolamento, será interdito o seu acesso a qualquer pessoa.
- e) A sala de isolamento será devidamente identificada no exterior, sendo ainda indicada a situação de “Acesso Livre” ou “Acesso Interdito”

As Salas de Isolamento encontram-se listadas na Página 13 do presente documento.

7. PROCEDIMENTO EM CASO DE IDENTIFICAÇÃO DE CASO SUSPEITO

Qualquer colaborador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um colaborador no serviço com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deve **informar a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”**.

A chefia direta deve contactar, de imediato, a Equipa Operativa (preferencialmente por via telefónica): Anabela Pedrosa – 927 056 090 e garante que o colaborador suspeito é encaminhado para a Zona de Isolamento.

Nas situações em que se demonstre necessário (ex. dificuldade de locomoção do colaborador), a chefia direta assegura que seja prestada a assistência adequada ao colaborador até à área de “isolamento”.

Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

O(s) colaborador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao colaborador com sintomas deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o colaborador doente.

O colaborador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento” contacta o SNS 24 (808 24 24 24).

Este colaborador deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio colaborador.

Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o colaborador deve substituí-la por outra.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o colaborador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o Colaborador:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do colaborador;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição.

No caso Suspeito Não Validado, este fica encerrado para COVID-19.

8. PROCEDIMENTO EM CASO DE VALIDAÇÃO DE UM CASO SUSPEITO

No caso de validação de uma Caso Suspeito, a DGS deverá ativar o INEM e indicará os procedimentos a seguir;

A pessoa doente deverá permanecer na zona de isolamento, com a máscara cirúrgica colocada, até à chegada da equipa médica 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;

A Equipa Operativa efetua o registo interno do Caso Suspeito.

A chefia impede a utilização do posto de trabalho por terceiros, até que este seja devidamente desinfetado.

Procede-se à desinfecção dos locais de permanência de casos suspeitos, posto de trabalho, sala de isolamento, instalações sanitárias ou zonas de utilização comum como salas de espera e elevadores e locais onde o colaborador possa ter tocado.

9. PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTATOS PRÓXIMOS

Considera-se “contacto próximo” um colaborador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de: **a) Alto risco de exposição; ou b) Baixo risco de exposição.**

Alto risco de exposição é definido como:

- Colaborador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do caso confirmado de COVID-19;
- Colaborador que esteve face-a-face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Colaborador que partilhou com o 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:

- Colaborador que teve 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).
- Colaborador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas, etiqueta respiratória, higiene das mãos).

A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Equipa Operacional e o médico do trabalho, 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.

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	
“alto risco de exposição”	“baixo risco de exposição”
<p>Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;</p>	<p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</p> <p>Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.</p>
<p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</p> <p>Restringir o contacto social ao indispensável;</p> <p>Evitar viajar;</p> <p>Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição;</p> <p>Ficar em teletrabalho caso haja aprovação do Superior Hierárquico e caso a função seja compatível;</p> <p>Caso não tenha sido feito solicitado teste pela Autoridade de Saúde Local, o colaborador não deverá regressar à empresa sem antes realizar um teste.</p>	<p>Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.</p> <p>Restringir o contacto social ao indispensável;</p> <p>Restringir ao máximo o acesso a espaços partilhados (salas partilhadas) e/ou espaços comuns.</p> <p>Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.</p>

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio colaborador, 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 colaborador estiver na empresa, devem-se iniciar os “Procedimentos a Adotar Perante um Caso Suspeito”, estabelecidos no ponto 7;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

10. MEDIDAS DE ÂMBITO LABORAL DESTINADAS A MINIMIZAR A TRANSMISSÃO DA DOENÇA

Perante casos de contágio em colaboradores do Grupo (caso confirmado) e tendo em conta a evolução da situação poderão ser implementadas medidas de âmbito laboral, com vista a minimizar a transmissão da doença, nomeadamente:

- Medição de temperatura corporal de todos os colaboradores à entrada do edifício sede;
- Obrigatoriedade de utilização de máscara de proteção em todos os locais fechado, inclusivamente no interior das salas, exceto se trabalhar sozinho;
- Reforço do recurso a meios de comunicação não presenciais, como telefone, e-mail, vídeo em detrimento de reuniões presenciais;
- Condicionar a circulação de utentes externos aos edifícios/complexos da PRAGOSA;
- Recomendar aos colaboradores que limitem a sua permanência em espaços comuns muito frequentados;
- Limitar a circulação dos colaboradores entre salas de diferentes departamentos, promovendo a comunicação por telefone, Skype, WhatsApp, email, etc.

11. AVALIAÇÃO E REVISÃO DO PLANO

A avaliação da eficácia das medidas constantes do presente Plano de Contingência e a sua revisão será realizada sempre que se julgar conveniente.

Data: 14 de Setembro de 2020

A administração

LOCALIZAÇÃO DAS SALAS DE ISOLAMENTO

Construções Pragosa, S.A., Pragosa Imobiliária, S.A., Pragosa Transportes, S.A., Pragosa Ambiente, S.A., Pragosa Betão, S.A.

- Complexo do Tojal – Contentor junto ao laboratório;
- Complexo de Alenquer – Gabinete Médico no piso 1 do edifício administrativo;
- Complexo de Caldas da Rainha – Escritório junto à Cabine de Comando;
- Complexo de Torres Vedras – Escritório junto à Bomba de Gasóleo;
- Complexo de Montemor-o-Novo – Escritório no piso 0;

Pragosa Indústria Extractiva, S.A.

- Pedreira de “Vale Rodrigues n.º 2” – Escritório antigo;
- Pedreira do “Tecabrita” Cano – Escritório junto à receção;
- Pedreira “Santa Eulália” – Escritório ao lado do refeitório;
- Pedreira “Cabeço da Vagem” – Vestiário no piso superior;

Concretepe – Fábrica de Betão Pronto, S.A.

- Complexo de Almada – Sala dos comerciais;
- Complexo de Lagos – Sala no antigo escritório;
- Complexo de São Brás de Alportel – Escritório do Comercial;

Sobrissul – Sociedade de Britas Seleccionadas do Sul, S.A.

- Pedreira de Sesimbra – Sala de Reuniões.

DOCUMENTOS DE REFERÊNCIA:

<https://www.dgs.pt/corona-virus/documentos/orientacoes.aspx>

Orientação sobre prevenção e controlo de infeção por Coronavírus (2019-nCoV) da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação n.º 003/2020 de 26/02/2020.

Orientação sobre abordagem do Doente com Suspeita ou Infeção por SARS-CoV-2 da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação n.º 004/2020 de 23/03/2020 atualizada a 25/04/2020

Orientação sobre procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020.

Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020.

Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não Profissionais de Saúde da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação nº 019/2020 de 03/04/2020.

Orientação sobre a Prevenção e Controlo de Infeção no Setor da Construção Civil da Direção-Geral da Saúde. DGS, Orientação n.º 034/2020 de 11/07/2020