



# **PLANO DE CONTIGÊNCIA**

**Coronavírus SARS-CoV-2 (agente causal da COVID-19)**

**Regresso ao Trabalho**

**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**

14 de Maio de 2020



**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

No seguimento da monitorização permanente feita à situação de pandemia de COVID-19, e considerando o final do estado de emergência nacional, bem como o conjunto de medidas de levantamento gradual das restrições em vigor na Região, aprovado em reunião extraordinária do Conselho do Governo dos Açores, realizada em 30 de abril de 2020, assim como as medidas excecionais e temporárias definidas no Decreto-Lei nº10-A/202, de 13 de março, com as subseqüentes alterações, a ALRAA, tendo em consideração as recomendações emanadas pela Autoridade de Saúde Regional, bem como pela Inspeção Regional do Trabalho, preparou o presente plano, com vista ao desconfinamento gradual, com as medidas de regresso ao trabalho presencial na ALRAA.

Da experiência dos últimos 2 meses, o modelo de aprovação, gestão e monitorização do plano foi redefinido, em relação ao aprovado a 4 de março, uma vez que o anterior nem sempre foi compatível com a agilidade necessária à tomada de medidas urgentes, nem com as especificidades da ALRAA em termos dos requisitos, organização e exigências da atividade parlamentar e dos serviços da competência da Secretaria Geral.

A ALRAA manteve atividade presencial pontual no apoio à realização das Comissões por videoconferência e desde o dia 4 de maio, com a realização do primeiro plenário on-line, a ALRAA deu início a um regresso gradual ao trabalho presencial que culminará com a abertura física de todos os serviços, nos termos definidos no presente plano, a 18 de maio.

Desde 4 de maio iniciou-se um processo de avaliação e adaptação dos vários espaços de trabalho às regras higieno-sanitárias determinadas pela Autoridade de Saúde Regional, colocando zonas/meios de proteção nas áreas de atendimento ao público e marcações de distancias, aquisição de material individual de proteção como máscaras, luvas ou viseiras, reforço de produtos de higienização individual, bem como a preparação de novas regras de trabalho e organização de espaços, que permitam um regresso a uma nova normalidade de forma segura e onde todos os deputados, trabalhadores e colaboradores se sintam capazes de cumprir as suas funções em segurança.





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

## **1. Gestão, Aprovação e Ativação do Plano**

A elaboração, gestão, divulgação e atualização do presente plano de contingência para o regresso gradual dos serviços e da atividade parlamentar da ALRAA é da competência do Secretário-Geral.

A aprovação do presente plano, que implica a sua ativação imediata, compete ao Presidente da ALRAA, que deverá ser permanentemente informado sobre a evolução da situação.

A determinação de medidas adicionais a aplicar aos serviços da Secretaria-Geral, decorrentes da evolução da situação e, a cada momento, da informação disponível, compete ao Secretário Geral, mediante autorização do Presidente da ALRAA, enquanto superintendente dos serviços.

O Presidente da ALRAA pode, por iniciativa própria ou mediante proposta do Secretário-Geral, e após ouvida a Conferência de Líderes, determinar a definição de medidas adicionais relativas, designadamente, ao funcionamento do Plenário, Comissões Parlamentares, deslocações e visitas à ALRAA de entidades externas, ou quanto à assistência às reuniões plenárias.

Todas as medidas adicionais ao presente plano revestem a forma de aditamentos ao mesmo, dele passando a fazer parte integrante.

Compete ao Presidente da Assembleia a desativação do presente plano.

Pelas especificidades do funcionamento de um Plenário presencial, na atual situação de pandemia, este deverá ter um plano de contingência próprio a aprovar pelo Presidente da ALRAA com parecer do Secretário-Geral.

Considerando as exigências higiénico-sanitárias inerentes à abertura e gestão do Bar, na atual situação de pandemia, deve o CCD da ALRAA, entidade responsável pela sua exploração, apresentar um Plano de Contingência próprio a ser aprovado pelo Presidente da ALRAA com parecer do Secretário-Geral.





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

## **2. Prevenção, Monitorização e Resposta**

### **2.1. Procedimentos a adotar antes do regresso ao posto de trabalho**

- a) Os trabalhadores que apresentem algum sintoma associado à COVID-19, não devem regressar ao seu local de trabalho sem antes confirmar que não existe risco para si nem para os outros, devendo para o efeito contactar a Linha de Saúde Açores (808 24 60 24) e ter essa confirmação
- Entre os principais sintomas a considerar, estão tosse, febre e dificuldade respiratória
- b) Os trabalhadores que tenham mantido contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos de COVID-19, não devem regressar ao seu local de trabalho sem antes contactar a Linha de Saúde Açores (808 24 60 24) para obter orientações adequadas à sua situação concreta
- Os trabalhadores que pertençam ao grupo de pessoas sujeitas a um dever especial de proteção, devem, preferencialmente, realizar as suas tarefas remotamente (teletrabalho)
- c) Entre os grupos sujeitos a um dever especial de proteção, estão:
- os maiores de 60 anos;
  - os imunodeprimidos;
  - os imunodeprimidos e os portadores de doença crónica que, de acordo com as orientações da Direção Regional da Saúde, devam ser considerados de risco, designadamente diabéticos, hipertensos, doentes cardiovasculares, portadores de doença respiratória crónica, doentes oncológicos e os portadores de insuficiência renal





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

## **2.2. Segurança e Saúde no Local de Trabalho**

### **2.2.1 O regresso dos trabalhadores deve ser faseado**

- Devem estar presentes no local de trabalho os trabalhadores considerados necessários ao trabalho presencial
  - A ALRAA manterá em regime de teletrabalho, sempre que possível, os trabalhadores com mais de 60 anos de idade, as pessoas com as condições de saúde especificadas no ponto 2.1, as grávidas, e os que necessitem de apoiar os seus filhos, até aos 14 anos de idade, que, pelo facto de não haver escola, não tenham cônjuge ou outro familiar que com eles possam permanecer em casa, ou, para além desta idade, em situações especiais;
  - A ALRAA continuará a considerar a adoção de teletrabalho e a realização de reuniões por telefone ou videoconferência, criando-se assim redundância do pessoal disponível em caso de doença, nos termos definidos por cada coordenador, especialmente se o local de trabalho não dispuser de espaços que permitam garantir o necessário distanciamento físico;
  - A ALRAA considerará desfasar os horários o mais possível se o espaço de trabalho não permitir que o distanciamento físico seja mantido contemplando possibilidades como a redistribuição de tarefas, o teletrabalho, a rotatividade dos trabalhadores ou a definição de diferentes horários para pausas
- Nas atividades ou situações em que seja necessário o exercício de funções de forma presencial, seja a tempo completo ou a tempo parcial, a ALRAA adotará medidas técnicas e organizacionais que garantam o distanciamento físico e a proteção dos trabalhadores:
  - Estando em cada gabinete mais do que um trabalhador, serão tomadas as devidas diligências no sentido de respeitar o distanciamento entre cada pessoa (2 metros entre pessoas/ 5 pessoas/100m<sup>2</sup>);





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Quando não for possível assegurar o distanciamento físico recomendado, nem proceder à adaptação da disposição dos postos de trabalho, a ALRAA fornecerá aos trabalhadores o equipamento de proteção individual necessário bem como reorganizará os espaços;
- Todos os deputados, trabalhadores e colaboradores da ALRAA deverão aceder ao edifício nos seguintes termos:
  - a. Portas das Ilhas, acesso apenas à Presidência e Grupos Parlamentares do 1.º e 2.º Piso;
  - b. Porta da frente (acesso principal), acesso aos Trabalhadores, restantes Grupos e Representações Parlamentares, e utentes em geral;
  - c. Não é autorizada a circulação no Piso da Presidência e dos Grupos Parlamentares do PS e do PSD, a trabalhadores, colaboradores ou outros, à exceção dos que tenham o seu posto de trabalho nos locais mencionados ou que estejam expressamente autorizados para o efeito;
  - d. Deve ficar apenas afeta uma funcionária do serviço de limpeza ao Gabinete da Presidência, devendo ser previamente comunicada qualquer alteração a esta situação;
- Todos os trabalhadores deverão entrar na ALRAA e efetuar o seu controlo de assiduidade (registo biométrico), devendo existir SABA (Solução Antissética de Base Alcoólica) para desinfeção antes e depois, e medição de temperatura utilizando máscara, devendo somente retirá-la assim que se encontrem no seu gabinete, e desde que seja respeitado o distanciamento físico acima descrito. Procedimento idêntico deve ser tomado sempre que os trabalhadores abandonem as instalações da ALRAA, ou, por algum motivo, saiam do seu gabinete;
- Aquando do seu registo de assiduidade, os colaboradores deverão, ainda, verificar a distância recomendada entre pessoas (2 metros);
- É proibida a utilização de elevador, exceto para transporte de carga ou noutras situações devidamente justificadas, devendo existir SABA para desinfeção;
- Os vigilantes deverão utilizar máscara ou máscara e viseira quando em contacto com pessoas externas à ALRAA;





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Os auxiliares deverão utilizar máscara ou máscara e viseira sempre que necessitem deslocar-se entre gabinetes ou ao exterior para assegurar o respetivo serviço;
  - Os motoristas deverão utilizar máscara ou máscara e viseira quando acompanhados, em viatura. O acompanhante deverá utilizar máscara e deverá sentar-se no banco de trás. A viatura deverá ser ocupada, preferencialmente, pelo máximo de 2 ocupantes;
  - Reduzir, tanto quanto possível, o contacto entre trabalhadores no local de trabalho seja com recurso aos meios telemáticos internos, seja criando-se rotinas e/ou condições físicas seguras
- Os trabalhadores que se mantiverem em teletrabalho, ou em casa por motivos de redundância de pessoal devem manter o cumprimento, no seu domicílio, do horário de trabalho a que estão sujeitos, pressupondo esta situação a sua disponibilidade permanente durante o mesmo, inclusive mediante contato telefónico e, sempre que chamados, a sua comparência ao serviço, assim como devem manter o recomendado recato social;

**2.2.2 Assegurar o planeamento, monitorização e reforço da informação sobre as medidas de prevenção para trabalhadores e pessoas externas à ALRAA**

- A ALRAA reforçará a informação sobre a higiene das mãos, etiqueta respiratória, distanciamento físico e utilização de máscaras
  - Neste sentido, a ALRAA continuará a divulgar junto dos trabalhadores um conjunto de informações para que possam ser asseguradas as condições e a proteção de cada um, designadamente:
    - Correta higienização das mãos;
    - Correta aplicação e remoção das máscaras;
    - Métodos de limpeza e manutenção das várias superfícies da Assembleia Legislativa (sede e delegações)





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

### **2.2.3 Produtos de higienização**

- A ALRAA disponibilizará dispensadores de sabonete líquido e papel para limpeza das mãos e soluções alcoólicas, bem como produtos adequados para limpeza e desinfeção do posto de trabalho
  - A ALRAA disponibilizará, em cada posto de trabalho, 1 garrafa de álcool, 1 desinfetante de álcool gel com doseador, 1 viseira, sacos de papel para depósito de resíduos higiénicos (como, por exemplo, lenços de papel e máscara descartável), e máscaras descartáveis para os trabalhadores para cujas funções seja exigível o seu uso;
  - Os trabalhadores devem higienizar as mãos logo que cheguem ao local de trabalho, imediatamente antes de saírem e ainda com frequência e sempre que contactarem com outros trabalhadores, bem como quando utilizarem equipamentos de uso partilhado;
  - De igual forma, os trabalhadores deverão higienizar as mãos sempre que coloquem e/ou removam as respetivas máscaras/viseiras;
- Será, ainda, mantida a disponibilização de desinfetante para as mãos para as pessoas externas ao serviço, bem como dispensadores de gel desinfetante em vários locais

### **2.2.4 Assegurar uma boa ventilação e limpeza dos locais de trabalho**

- Os locais de trabalho interiores serão ventilados, preferencialmente através do reforço da ventilação natural, através do seu arejamento, assegurado, sempre que possível, pelo menos duas vezes por dia
  - Neste sentido, será reforçada a abertura de todas as janelas de todos os gabinetes logo pela manhã e o seu fecho no final do dia
  - Recomenda-se a todos que na hora do almoço seja deixada uma janela aberta em cada gabinete







**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Será reforçada a manutenção e limpeza dos sistemas de ventilação e ar condicionado (não pode ser utilizado o modo de recirculação. O ar deve ser retirado diretamente do exterior e a função de recirculação do ar não deve ser ativada)
- Os locais de trabalho, as instalações sanitárias, os espaços de utilização comum e outras superfícies em que as pessoas tocam frequentemente (por exemplo, corrimãos, maçanetas, interruptores, impressoras e fotocopiadoras) serão limpos com mais frequência
  - Para além das medidas já estabelecidas, a ALRAA assegurará a realização de uma desinfeção geral profunda regular, com álcool, a todos os teclados, ratos, telefones e secretárias
  - Após reuniões presenciais todo o espaço e mobiliário deverá ser higienizado de imediato
  - Todas as limpezas devem ser registadas com identificação das pessoas responsáveis e a frequência com que são realizadas, para efeitos controlo auditoria, em formulário próprio a afixar, no caso dos espaços de uso comum, em local visível por todos os utentes
  - Os profissionais de limpeza devem conhecer bem os produtos a utilizar, as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação, bem como a se proteger durante os procedimentos de limpeza dos espaços, como garantir uma boa ventilação dos mesmos durante a limpeza e desinfeção e como se devem equipar e proteger antes, aquando e depois do exercício das suas funções. Devem conhecer, ainda, como deve ser feita a limpeza e sua frequência. A ALRAA deve assegurar-se que devem existir materiais de limpeza distintos de acordo com o nível de risco das áreas a limpar e todos os trabalhadores devem preocupar-se em manter a limpeza de rotina das superfícies, sobretudo aquelas onde todos tocam frequentemente. Neste sentido, deve ser tida em conta a Circular Informativa nº 20, de 23 de março de 2020 – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares.





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

### **2.2.5 Contactos entre trabalhadores e visitantes e/ou fornecedores**

- Conforme já referido, a ALRAA fornecerá aos trabalhadores que têm contacto direto com visitantes e fornecedores equipamento de proteção individual, designadamente máscaras e viseiras
- Não é permitida a entrada, circulação ou permanência nas instalações da ALRAA a quem não usar máscara social ou cirúrgica devidamente colocada
- Sempre que alguém que pretenda aceder à ALRAA não esteja a utilizar máscara social ou cirúrgica deverá ser atendido à entrada pelo vigilante
  - Tratando-se de utentes externos, fornecedores e visitantes, deverão os vigilantes em serviço na receção efetuar o rastreio do utente, nomeadamente, solicitar a identificação, de onde vem e com quem deseja falar. Solicita ainda o contacto telefónico e morada, de forma a que em caso de necessidade possa ser contactado. Mais solicita que o utente faça uma rubrica junto à sua identificação e confirmação de dados relativos ao rastreio do COVID-19;
  - De forma a manter a estanquidade dos espaços e serviços, reduzindo ao mínimo os contactos pessoais, deve o utente aguardar na sala de espera, que estará preparada para a salvaguarda do distanciamento físico, até ser atendido pelo seu destinatário;
  - Tendo presente o ponto anterior, deve o vigilante contactar o destinatário do utente, dando-lhe indicações de que o mesmo se encontra a aguardar na sala de espera;
  - Até indicação em contrário, as portas do bar, manter-se-ão encerradas, não sendo permitido qualquer acesso ao edifício por estas;
  - As portas exteriores da área dos Recursos Humanos e área da Informática, deverão manter-se sempre fechadas. Sendo utilizadas para qualquer eventualidade (fumar, etc.), deverão os trabalhadores manter-se no local e não permitir qualquer acesso não autorizado;
  - De igual modo, em especial nesta área, deverá a porta de acesso à Representação Parlamentar do PCP e RTP Açores manter-se sempre fechada, não sendo permitido qualquer acesso por este local, devendo os utentes destes espaços aceder pelo exterior.





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Conforme já referido, será disponibilizado desinfetante para as mãos para as pessoas externas ao serviço
- As visitas guiadas à ALRAA espontâneas ficam suspensas até ao final da Legislatura
- As visitas guiadas à ALRAA com marcação serão avaliadas caso a caso, decorrendo, apenas, nos jardins da ALRAA e da Cedars House
- O piso inferior dos jardins da Cedars House será fechado a visitantes, por não ser possível o controlo de entrada e saída de pessoas

**2.2.6 Reduzir os contactos entre trabalhadores e outras pessoas nos intervalos, pausas e espaços comuns**

- Nos espaços em que as pessoas tendem a juntar-se (como espaços de entrada), serão observados o distanciamento físico adequado (1 metro em espaços abertos e 2 metros em espaços fechados)
- Os trabalhadores que efetuam as suas refeições na ALRAA, fá-lo-ão no seu posto de trabalho, utilizando, se necessário, o micro-ondas colocado no piso dos respetivos gabinetes, estando proibida a circulação entre pisos

**2.2.7 Garantir o acesso de todos os trabalhadores aos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) adequados**

- Conforme já referido, a ALRAA assegurará que os trabalhadores, colaboradores e deputados tenham acesso aos EPI adequados aos riscos profissionais e às funções que desempenham, bem como assegurará que os todos estão devidamente formados e/ou informados sobre a correta utilização dos EPI, em função da avaliação dos riscos profissionais de cada atividade específica
  - Para tal, e conforme já referido, a ALRAA divulgará informação com o intuito de despertar a atenção destes para a correta utilização dos EPI

**2.2.8 Reforçar as práticas de higienização dos EPI e roupas de trabalho**





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Nenhum EPI deve ser partilhado e, no caso dos equipamentos reutilizáveis, devem os mesmos ser guardados separados do vestuário do dia-a-dia
- Conforme já referido, a ALRAA adquirirá sacos onde serão colocados os EPI descartáveis, posteriormente fechados e colocados no lixo comum
- Se a sua utilização ocorreu em situações de contacto com caso confirmado de COVID-19, os EPI descartáveis devem ser colocados em, pelo menos, dois sacos de plástico próprios, que devem ser cheios até 2/3 da sua capacidade, ser bem fechados e colocados no lixo comum
- Os trabalhadores devem ser informados das regras de lavagem do seu vestuário de trabalho em casa

### **3. Rotinas e Procedimentos de Segurança**

#### **3.1. Utilização de máscaras e viseiras**

- O uso de máscara é uma medida de proteção adicional ao distanciamento físico, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória. A população geral deverá utilizar as máscaras comunitárias e quem pertence ao grupo de risco deverá usar máscaras cirúrgicas.
- Aquando da utilização das máscaras, deverão ser observados os seguintes passos:
  - Lavar bem as mãos antes de colocar a máscara
  - Colocar a máscara com o lado branco (face interna) virado para a cara e o lado com outra cor (face externa) virado para fora
  - Verificar se está perfeitamente ajustada ao seu rosto
  - Evitar tocar na máscara enquanto está a usá-la (caso toque, lave as mãos)
  - Lavar bem as mãos antes de retirar a máscara
  - Deve ser removida a partir de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos.
  - Deve ser descartada para um contentor de resíduos
  - Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- As máscaras devem ser trocadas a cada 4 horas de utilização, ou caso se verifique que estão sujas ou húmidas
- As máscaras cirúrgicas são de uso único. Não são reutilizáveis, nem laváveis (não se aplica às máscaras comunitárias têxteis).
- As viseiras não dispensam a utilização de máscara.  
As viseiras são pessoais e intransmissíveis e são reutilizáveis, devendo ser desinfetadas frequentemente.

Para mais informação, poderão ser consultados os seguintes websites:

<https://covid19.azores.gov.pt/>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0192020-de-03042020-pdf.aspx>

<https://covid19.min-saude.pt/viseira-nao-dispensa-utilizacao-de-mascara/>

<https://www.youtube.com/watch?v=MJmWJyWywIU>

### **3.2. Procedimento para lavagem de vestuário**

- Leia as indicações na etiqueta da roupa, para saber os cuidados a ter aquando da sua lavagem  
Nota: Existem produtos desinfetantes próprios para roupas de cor
- Lave a roupa a temperatura superior a 60°C  
- Se não for possível lavar a altas temperaturas, use um produto com desinfetante próprio para roupas (por exemplo, com lixívia)

### **3.3. Procedimento de limpeza/desinfecção**

- Durante o procedimento de limpeza/desinfecção, deverão ser observados os seguintes passos, sempre que possível:

#### **Superfícies**

1. Lavar as mãos





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

2. Colocar as luvas e roupa protetora
3. Lavar a superfície com água e detergente
4. Aplicar água com lixívia (medida: para 4 litros de água, adicionar 5 colheres de sopa de lixívia)
5. Deixar atuar 10 minutos, enxaguar com água quente e deixar secar
6. No final, remover as luvas e lavar novamente as mãos
7. Estes equipamentos de utilização única deverão ser logo depois descartados. Os restantes equipamentos de limpeza deverão ser limpos e desinfetados para poderem ser novamente utilizados

Para mais informação, deverão ser consultados os seguintes vídeos informativos:

<https://www.youtube.com/watch?v=tcQ5zH2yAdg>

### **Móveis e Equipamentos**

Limpos com toalhetes húmidos ou com desinfetante e álcool a 70%, mas sempre com uma limpeza prévia com água e sabão

### **Casas de Banho**

Lavadas e desinfetadas com produtos de limpeza mistos cuja composição compreenda detergente e desinfetante

Para mais informação, poderá ser consultado os seguintes websites:

<https://covid19.azores.gov.pt/>

<https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/saude-e-trabalho-medidas-de-prevencao-da-covid-19-pdf.aspx>

## **4. Teletrabalho**





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

- Existem dois tipos de posto de trabalho remoto: computador da ALRAA (portátil ou desktop) ou computador pessoal. O Setor da Informática articulará com cada trabalhador as necessárias instalações e configurações dos equipamentos;
- Os trabalhadores devem estar sempre contactáveis pelo telemóvel ou pelos meios eletrónicos internos durante o normal horário de funcionamento;
- Os trabalhadores devem consultar o correio de eletrónico profissional e a Gestão Documental diária e regularmente e manter as rotinas normais nas demais plataformas ou portais setoriais;
- Serão utilizadas as ferramentas TEAMS da Microsoft e Skype Empresas para trabalho cooperativo e reuniões

## **5. COVID19 – Sintomas, Incubação e Contágio**

### **a) Sintomas**

- Febre
- Tosse
- Dificuldades respiratórias

### **b) Período de Incubação**

O período de incubação é atualmente considerado entre **um (1) a catorze (14) dias**.

### **c) Modo de Contágio/Situações que facilitam o contágio**

Modo de contágio:

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e 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 e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

Situações que facilitam o contágio:

- Deficiente higiene das mãos;
- Permanência em ambientes fechados ou pouco arejados (com proximidade entre pessoas - distância inferior a (1) um metro);
- Cumprimentos pessoais

## **6. Definição de Caso Suspeito**

A presente definição é baseada na informação disponibilizada pela DRS:

Critérios clínicos: Todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), ou dispneia / dificuldade respiratória, são considerados suspeitos de COVID-19.

## **7. Procedimento num caso suspeito**

O procedimento aqui descrito decorre diretamente das orientações da DRS à data, pelo que deve ser revisto e adaptado sempre que surjam novas diretivas.







**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

Qualquer deputado, trabalhador ou colaborador com sinais e sintomas de COVID-19, ou que identifique alguém na ALRAA com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar, preferencialmente por via telefónica, o Secretário-Geral (292207694) ou o Chefe de Gabinete da PALRAA, consoante o caso aplicável, e dirigir-se para à sala de “isolamento” do edifício onde se encontrar.

Sempre que possível, deve ser assegurada a distância de segurança (superior a (2) dois metros) do doente. Quem acompanhar o doente deve 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 (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o doente.

O doente (caso suspeito de COVID-19) já na sala de “isolamento”, contacta a Linha de Saúde Açores (808 24 60 24) e deve colocar a máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio doente. 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, deve ser substituída por outra.

Após avaliação, a **Linha de Saúde Açores informa o doente:**

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do doente;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: a Linha de Saúde Açores desencadeia os devidos procedimentos para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
  - Caso Suspeito Não Validado: a Linha de Saúde Açores define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do doente, o qual informa o Secretário-Geral ou o Chefe de Gabinete da PALRAA;
  - Caso Suspeito Validado: a Linha de Saúde Açores ativa os devidos procedimentos, devendo o doente permanecer na sala de “isolamento” até indicação em contrário





**ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES**  
*Gabinete da Presidência*

(com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita). Neste caso é expressamente interdito o acesso à sala de “isolamento”.

Caso ocorra um caso suspeito validado:

- O Secretário-Geral tomará as medidas adequadas previstas no presente Plano;
- A sala de isolamento ficará interdita até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Concelhia;
- O Secretário-Geral determinará a limpeza e desinfeção da sala de isolamento, bem como do local de trabalho do doente e determinará o armazenamento dos resíduos do doente, que devem ser segregados e enviados para operador licenciado para gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

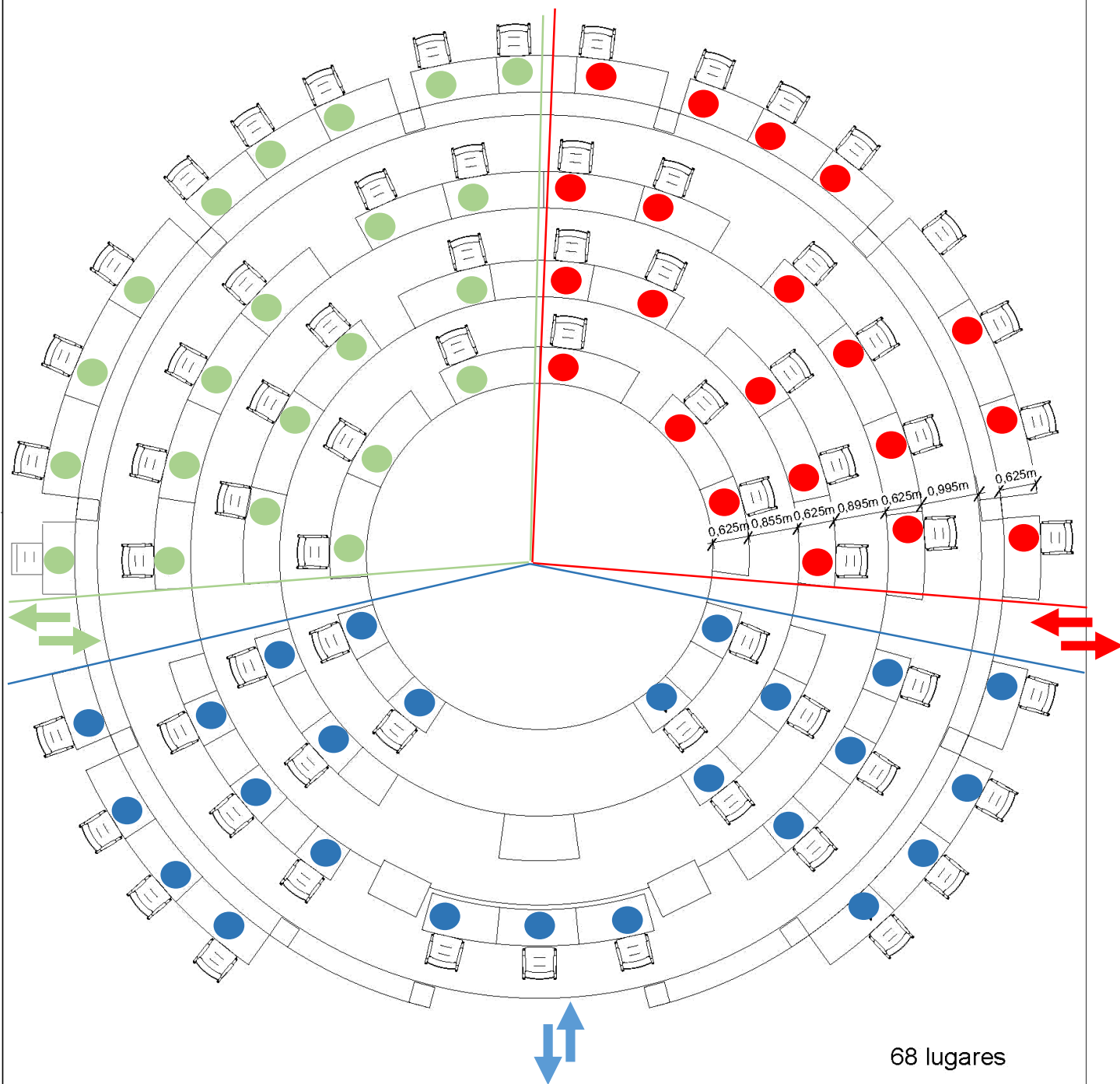
## **8. Aplicação do Plano aos Grupos e Representações Parlamentares e às Delegações da ALRAA**

Aplica-se o presente plano a todas as delegações da ALRAA, e aos seus trabalhadores, colaboradores e deputados, competindo ao Secretário-Geral proceder às necessárias e devidas adaptações, com a devida autorização do Presidente da ALRAA, à realidade de funcionamento destas bem como às características físicas das suas instalações e situação epidemiológica da respetiva ilha.



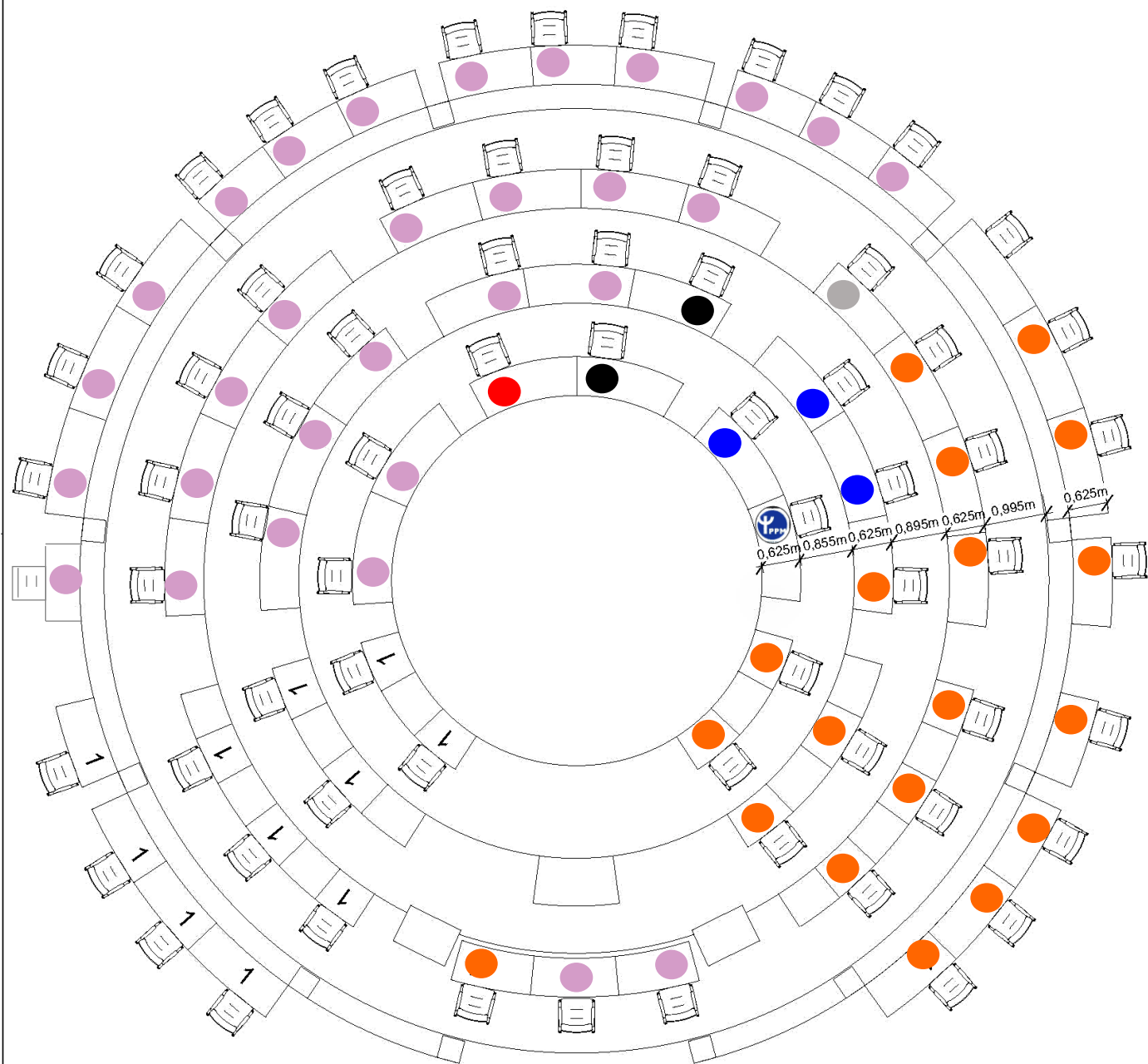


ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES





ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA  
REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES



68 lugares

- |          |       |    |
|----------|-------|----|
| GPPS     | GPBE  | DI |
| GPPSD    | RPPCP |    |
| GPCDS-PP | RPPPM |    |