

PLANO DE PREVENÇÃO
E
CONTINGÊNCIA CONTRA A
GRIPE A

**Departamento de Segurança, Higiene
e Saúde no Local de Trabalho**

28 de Outubro de 2009

1. Objectivos

O presente Plano de Prevenção e de Contingência pretendem antecipar e gerir a potencial evolução da Gripe A e o seu impacto nos funcionários, dirigentes e frequentadores das instalações da CGTP-IN, e visa:

- Definir a estrutura de coordenação e decisão (fluxograma da cadeia de comando);
- Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da pandemia e manter os serviços essenciais em funcionamento;
- Preparar a resposta às necessidades de notificação e comunicação, para dentro e para fora da sede;
- Preparar o restabelecimento da situação normal tão rápido e seguro quanto possível.

2. Âmbito de Aplicação

O Plano de Prevenção e de Contingência contemplam os procedimentos de decisão e de coordenação das medidas estabelecidas para vigorar nas instalações da Sede da CGTP-IN.

Trata-se, portanto, de assegurar melhores condições de prevenção e defesa contra a propagação da Gripe A, bem como as melhores condições para responder às diferentes fases da evolução da Gripe A.

Neste sentido, em cada fase da evolução, teremos o cuidado de articular as medidas e acções necessárias com as diversas instituições presentes no Edifício e que poderão directa ou indirectamente afectar a evolução da Gripe A nas instalações.

3. Princípios Gerais

O Plano de Prevenção e de Contingência/CGTP-IN baseia-se nos seguintes princípios:

- Salvar a saúde e vida das pessoas, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho e limitando a possibilidade de propagação no interior das instalações da CGTP-IN;
- Preservar e proteger o património e a continuidade dos serviços prestados pela CGTP-IN e dos fins essenciais da sua actuação;
- Envolver todas as pessoas, serviços e entidades relacionadas com a CGTP-IN e que directa ou indirectamente poderão sofrer alguma interferência de um acontecimento ligado à gripe A;
- Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio, acompanhamento e resolução da situação de crise;
- Gerir a informação interna e externa, de modo a garantir uma intervenção adequada.

O Plano de Prevenção e Contingência/CGTP-IN foi aprovado pelo Secretariado da CGTP-IN, sendo depois apresentado aos trabalhadores e demais órgãos dirigentes da CGTP-IN, CECO e CN.

4. Os níveis de riscos da Gripe A

A OMS define seis fases de alerta pandémico para a gripe:

- a **fase 1**, que corresponde à ausência de casos de infecção em pessoas por um vírus que se encontra em circulação nos animais,
- a **fase 2** em que são detectados casos de infecção humana por um vírus de origem animal,
- a **fase 3** com casos esporádicos de infecção humana por vírus de origem animal ou com rearranjo humano-animal, sem surtos na comunidade,
- a **fase 4** em que se verifica transmissão do vírus entre pessoas, capaz de provocar surtos na comunidade,
- a **fase 5** corresponde à ocorrência de surtos limitados na comunidade, em dois ou mais países de uma única região da OMS,
- a **fase 6** corresponde à ocorrência de surtos limitados na comunidade, em mais de uma região da OMS, causada pelo mesmo vírus. São ainda definidos: o período pós-pico, quando se verifica a descida dos níveis de gripe pandémica para níveis inferiores ao da fase 6, e o período pós-pandémico quando há um retorno aos níveis de actividade do vírus verificados na gripe sazonal (comum).

A OMS passou o nível de alerta pandémico da gripe A (H1N1) para fase 6 no dia 11 de Junho. Isto significa que se deve implementar o Plano de Contingência que, normalmente, é preparado a partir da Fase 4.

Medidas aplicáveis segundo o risco de exposição nos locais de trabalho	
Muito elevado	<p>Locais que apresentam potencial muito elevado de exposição a secreções de pessoas doentes com gripe. Por ex., instalações onde são realizados procedimentos médicos ou laboratoriais específicos.</p> <p><i>Medidas de higiene, segurança e gestão. Apenas nestes casos está indicado o recurso a Equipamentos de Protecção Individual (EPI).</i></p>
Elevado	<p>Locais que apresentam elevado potencial de exposição a pessoas doentes, ou suspeitas de estarem doentes com gripe. Por ex., serviços de ambulatório.</p> <p><i>Medidas de higiene, segurança e gestão.</i></p>
Médio	<p>Actividades que obrigam a contactos frequentes e próximos (a menos de 1 m de distância) com pessoas suspeitas de estarem doentes com gripe, tais como colegas de trabalho, público em geral, crianças escolarizadas ou outras concentrações de pessoas.</p> <p><i>Medidas de higiene, segurança e gestão.</i></p>
Baixo	<p>Actividades que não obriguem ao contacto com pessoas que se saiba estarem doentes com gripe ou a contactos próximos (menos de 1 m) com o público.</p> <p><i>Medidas de higiene, segurança e gestão.</i></p>

Fonte; DGS “Orientações para as Empresas: Como avaliar o risco e manter a actividade”

5. Gestão e Coordenação

Afim de garantir uma implementação e uma organização operacional eficazes do Plano, importa definir uma cadeia que permita a tomada de decisão e a coordenação das actividades necessárias em cada momento.

Esta cadeia deve ser respeitada e posta em prática por todos os elementos, funcionários e dirigentes, que trabalham na sede da CGTP-IN, bem como os participantes em reuniões ou outras actividades pontuais.

1º nível : O Secretariado

Compete ao Secretariado decidir sobre a gestão estratégica do Plano de Prevenção e de Contingência. Para tomar estas decisões estratégicas basear-se-á no trabalho operacional do GCGA.

2º Nível: O GCGA / Grupo de Coordenação Gripe A

Compete ao GCGA:

- Ajudar o Secretariado na gestão estratégica do Plano face ao evoluir da situação;
- Implementar e controlar a aplicação das medidas do Plano de Prevenção e de Contingência com base na análise permanente da situação;
- Actualizar o Plano de Prevenção de Contingência face a informações que entretanto sejam disponibilizadas;
- Distribuir tarefas e responsabilidades claramente definidas;
- Garantir a recolha de informação relevante e a sua divulgação quando necessária;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa sobre a matéria.
- Determinar os níveis de alerta na organização e as medidas a tomar, conforme previsto no Plano de Contingência;
- Estabelecer prioridades para a vacinação contra a gripe A, logo que a vacina esteja disponível.

Composição:

Fernando Gomes – Secretariado – Dep. SHST
João Torrinhas Paulo – Secretariado – Dep. Organização e Quadros
Deolinda Machado – Secretariado – Resp. Recursos Humanos
M.ª do Carmo Tavares – CECO – Política de Saúde
António Gaspar - Director Serviços
Georges Casula - Dep. SHST
Hugo Dionisio - Dep. SHST
Marta Curto - CT
Mariana Palma – Representante SHST

O GCGA designa um Coordenador e um Responsável Técnico

Coordenador – Fernando Gomes
Responsável Técnico – Georges Casula

6. Medidas de Prevenção

6.1 Medidas Organizacionais

	Medidas	Data	Nível	Exec.
1	Nomeação do GCGA - Grupo de Coordenação Gripe A (Coordenador)		2	
2	Nomeação do Responsável Técnico do Plano		3	
3	Identificação dos Grupos de pessoas especialmente vulneráveis em cada Área de trabalho – com as chefias		3	
4	Audição dos RT's e CT		3	
5	Reunião com Qualivita: Definir mais claramente o que vai pedir à Qualivita? - Realizar algumas medições especiais: nível de toxicidade na sala de reprografia; outros?		3	
6	Reunião com o Médico do trabalho		3	
7	Reunião com empresa de limpezas: Definir claramente o que se vai pedir a empresa de limpezas: - lavagem mais eficiente das torneiras, maçanetas e tampas de sanitas) - lavagem das maçanetas de todas as portas e das grelhas do elevador		3	
8	Reunião com empresa do Bar/refeitório		3	
9	Assegurar os canais de comunicação / contactos telefónicos. Listagem de todos os Contactos necessários em caso de urgência: - Lista dos nomes e contactos telefónicos dos familiares de todo o pessoal e dirigentes permanentes na central. - Nº de tel. do Médico de Trabalho, INEM, saúde 24, Centro de Saúde, Qualivita - Definir mais claramente o que se pretende com os outros interlocutores		3	

6.2 Medidas Estruturais

	Medidas	Data	Nível	Exec.
1	Instalação de soluções alcoólicas no edifício		3	
2	Instalação de toalhetes de álcool nos WC's homens/Mulheres		3	
3	Reavaliação do sistema de ventilação		3	
4	Instalação de toalhetes de limpeza à base de álcool em locais de risco		2	
5	Limpeza das superfícies de risco com substâncias desinfetantes		3	
6	Redimensionamento do espaço de atendimento ao público (operador/público), em caso de nível de risco nº4		3	
7	Redefinir os níveis de humidade/velocidade do Ar / temperatura e ambiente térmico em caso de nível de risco nº4		3	
8	Implementação do serviço de vacinação contra gripe A ou sazonal		3	

6.3 Medidas de Formação / Informação

Medidas		Data	Nível	Exec.
1	Sessão de esclarecimento para todos/as com médico/a do trabalho		3	
2	Distribuição de Documento Informativo para todos os funcionários e dirigentes sindicais utilizadores permanentes das instalações da CGTP-IN, com informação sobre: - Os Planos de prevenção e de contingência; - Sintomas da Gripe A comparativamente á gripe normal; - Formas de contágio e medidas de prevenção - Procedimentos, atitudes e comportamentos individuais a aplicar durante o trabalho (lavar regularmente as maçanetas das portas, posição do braço quando tossir, evitar cumprimentar as pessoas externas com as mãos e/ou lavar regularmente as mãos...) e na vida social		3	
3	Sinalização de medidas profiláticas nos locais de risco (WC, locais de passagem..)		3	
4	Afixação do Plano de Prevenção e de Contingência em locais visíveis		2	
5	Sessão formativa para o GCGA / Grupo de Coordenação Gripe A, membros da CT e Representantes SHST + Grupo 1.ºs Socorros		3	

6.4. Medidas profiláticas individuais

Medidas	
1	Adopção de medidas de protecção individual face às superfícies de risco
2	Adopção de medidas de protecção individual face à contaminação aérea
3	Adopção de estratégias de higiene individual (lavagem mãos...)
4	Práticas alimentares saudáveis e ingestão de líquidos
5	Recurso a médico no caso de sintomas/dúvidas

7. Medidas de Contingência

7.1 Identificação/Análise das Situações de Risco e Impacto provável

	Situações de contacto/transmissão	Nível de risco	Duração
1	Reuniões na sala do conselho nacional	3	evento
2	Reuniões nas restantes salas c/ pessoal externo	2	evento
3	Contacto com estudantes da escola/formação	1	intervalos
4	Contacto com pessoal externo durante eventos	2	Intervalos
5	Contacto entre pessoas nos locais de trabalho	3	permanente
6	Contacto com pessoas no Bar/refeitórios/halls	2	intervalos
7	Contacto com pessoas nos locais de passagem	1	passagem
8	Atendimento de pessoal externo	3	act. Laboral
9	Contacto elevador	3	utilização
10	Contactos com maçanetas de portas/corrimãos	2	utilização
11	Contactos com Máquinas/elevador	2	utilização
12	Contactos casa de banho (louças/torneiras...)	3	utilização

7.2 Procedimentos de Contingência em caso de suspeita de infecção

PASSA AO NÍVEL DE RISCO 4	
1	Isolar a pessoa numa Sala de Isolamento/Sala trabalho Posto de Medicina no trabalho
2	Garantir todo o apoio necessário ao trabalhador supostamente infectado.
3	Designação de 1 (ou 2) pessoa responsável para assegurar os únicos contactos com o/a doente A designar na altura, consoante os contactos havidos - uso de protecção
4	Equipamento de protecção individual Mascara, luvas e avental, nomeadamente neste casos de exposição directa (para a/as pessoas que acompanham o doente).
5	Procedimentos de contactos com o médico do trabalho e linha Saúde 24 (808 24 24 24)
6	Identificação e isolamento dos locais e postos de trabalho que o Doente ocupou no início da sua actividade. E proceder a desinfeção imediata de equipamentos, materiais que o doente possa ter contactado
7	Alertar os trabalhadores que contactaram com o doente, para estarem atentos aos sintomas da Gripe A que possam vir a manifestar-se.
8	(Eventualmente) Afixação de um folheto especialmente dirigido aos “visitantes/externos” Para situação de risco de nível 4 (máximo)

7.3 Medidas de contingência

NÍVEL 1 Situação	Com um número de trabalhadores infectados até 5 % do efectivo de pessoal do Estabelecimento
Medidas	Reforçar as medidas de desinfeção; Estabelecer e divulgar orientações para que os trabalhadores: - Evitem cumprimentar-se por aperto de mão, abraço ou beijo; - Manterem-se afastados entre si nos contactos que se mostrem necessários (distâncias superiores a 1 metro); - Privilegiem a utilização do telefone; - Procedam à lavagem mãos com maior frequência - Restrinjam a sua circulação na empresa para além do estritamente necessário às suas funções.
Nível 2 Situação	Com um número de trabalhadores infectados entre 5 % e 10 % do efectivo de pessoal do Estabelecimento
Medidas	As anteriores para o Nível 1 e ainda as seguintes medidas complementares: - Melhorar a renovação do ar nos locais de trabalho, abrindo, se necessário portas e janelas; - Os trabalhadores da produção utilizarem luvas de látex ou material equivalente descartáveis, sobre as quais calçarão luvas de protecção em função das tarefas de risco que realizem; - Os restantes trabalhadores que tenham que se deslocar às instalações de produção e que necessitem de manipular equipamentos ou materiais deverão seguir o mesmo esquema quanto à utilização de luvas; - Evitar a realização de reuniões e, se absolutamente necessárias, restringir o número de participantes.
Nível 3 Situação	Com um número de trabalhadores infectados superior a 10 % do efectivo de pessoal do Estabelecimento
Medidas	As anteriores para o Nível 2 e ainda as seguintes medidas complementares: - As chefias e trabalhadores desenvolverem as suas actividades de forma tanto quanto possível isolada; - Se possível e determinado pelo Grupo de Coordenação Gripe A, as chefias realizarem as suas actividades em casa; - Iniciar o recrutamento e formação de trabalhadores para os postos de trabalho ou tarefas críticas, em função dos estudos prévios realizados.

7.4 Acções Prévias com Chefias

Os responsáveis de cada Departamento da CGTP-IN, com o apoio do Grupo de Coordenação Gripe A, deverá assegurar o seguinte:

- Ter identificados os trabalhadores que possam ser mais facilmente contagiados a nível familiar (p.e., com crianças ou outros grupos de maior risco que venham a ser identificados) (da competência do Serviço de Recursos Humanos);
- Identificar as áreas operacionais críticas e recursos imprescindíveis para o funcionamento da CGTP-IN (considerar que poderão ser afectados 25% dos trabalhadores das áreas críticas);
- Prever procedimentos operacionais para as áreas críticas para o caso da necessidade de recrutamento externo de trabalhadores (segmentação de tarefas de postos de trabalho mais complexos e organização de programas de formação de aprendizagem rápida);
- Equacionar o TELETRABALHO nalguns casos. Por exemplo, em caso de contaminação a partir da casa do indivíduo, para não levar a contaminação para o local de trabalho.
- Estabelecer um procedimento para que todas as chefias tenham organizados dossiers, perfeita e suficientemente documentados, para que no caso de uma situação de contágio possa ser dada continuidade aos vários aspectos inerentes às suas funções e trabalhos em curso sob a sua responsabilidade.

8. Informações complementares

1. Procedimentos para trabalhadores de entidades externas

Os procedimentos para estes trabalhadores, quando prestem os seus serviços nos espaços físicos da CGTP-IN, deverão ser objecto de comunicação às entidades externas.

Durante o período de tempo determinado pelo Grupo de Coordenação Gripe A, deverão ser essencialmente estabelecidos os seguintes procedimentos para estes trabalhadores:

- Apenas circular em nos espaços imprescindíveis às tarefas que realizarão na empresa;
- Apenas utilizarem as instalações sanitárias que a eles serão disponibilizadas;

Perante qualquer caso de se terem manifestado sintomas num trabalhador externo que tenha estado nas instalações da CGTP-IN, a entidade externa deverá obrigar-se a comunicá-lo imediatamente ao Serviço de Recursos Humanos da CGTP-IN logo que conhecida a situação.

2. Pressupostos considerados para a elaboração do Plano de Prevenção e de Contingência

Modos de contágio da gripe A:

- Através de gotículas quando alguém infectado tosse ou espirra.
- Através de contacto com olhos, nariz ou boca, de mãos que contactaram objectos ou superfícies contaminadas com gotículas de pessoas infectadas.
- (O vírus permanece activo nas superfícies até 8 horas).
- (O vírus não se transmite através da água para consumo humano, piscinas ou através de alimentos).

Facilidades para que aconteça o contágio:

- Deficiente higiene das mãos (lavar bem as mãos várias vezes por dia com água e sabão).
- Permanência em ambientes fechados e pouco arejados.
- Cumprimentos pessoais (evitar apertos de mão e beijos).

Período de contágio

- Um dia antes de iniciar os sintomas e até sete dias depois do início dos sintomas.

9. Cronograma de Execução

Etapas		Out.	Nov.	Dez.	Jan.
Etapa 1	Aprovação do Secretariado	4.ª S			
Etapa 2	Criação do Grupo de Coordenação Gripe A	4ª S.			
Etapa 3	Apresentação aos trabalhadores		4ª S.		
Etapa 4	Adopção das Medidas Organizacionais			1.ª S	
Etapa 5	Adopção das Medidas Estruturais			2.ª S	
Etapa 6	Adopção das Medidas Formativas/Informativas			3ª S.	
Etapa 7	Acção de Simulacro/Ensaio				1ª S
Etapa 8	Implementação do Plano de Contingência			Quando necessário	
Etapa 9	Avaliação da implementação				3ª S
Etapa 10	Avaliação do Plano				4ª S.

10. Avaliação do Plano

Avaliação pelo secretariado
Avaliação pelas estruturas de trabalhadores
Avaliação pelo GCGA
Avaliação pelo departamento de SHST no local de trabalho
Avaliação no âmbito da Medicina no Trabalho

Avaliações mensais, sobre as quais o técnico responsável pelo plano elaborará um relatório.

Nota: Para qualquer alteração aos Planos na fase de Execução, preencher **Notícia de Informação/Alteração**

