Plano de Contingência

SARS-CoV-2 (COVID-19)

ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS

Versão 2.0

Este documento é de caráter reservado, estando abrangido por sigilo profissional. A entrega do documento e posteriores versões é feita através de envio por email para todos os colaboradores da ENB. A versão atualizada do Plano encontra-se disponível na intranet da Escola Nacional de Bombeiros.

Índice

1 Introdução 3
1.1 Justificação do plano 4
1.2 Justificação da versão n.º 2 4
2 Medidas de prevenção e preparação 5
2.1 Medidas gerais de autoproteção 5
2.2 Colaboradores 5
2.3 Ações de formação e prestação de provas nas instalações da ENB 5
2.4 Reuniões 6
2.5 Visitas e prestadores de serviços 6
2.6 Medidas a implementar nos espaços da ENB 6
2.7 Setor de Manutenção e Infraestruturas 7
2.8 Serviços de Limpeza 7
2.9 Serviços de Lavandaria (Recolha e Lavagem) 8
2.10 Serviços de Refeitório e Bar 8
2.11 Setor de Veículos e Equipamentos 9
2.12 Setor de Recursos Tecnológicos 9
2.13 Centro de Documentação 9
2.14 Economato 10
2.15 Portaria 10
2.16 Direção da ENB 10
2.17 Direção de Formação da ENB 10
2.18 Coordenadores de área de formação da ENB 10
2.19 Centro de Serviços para Instituições e Empresas 11
3 Vírus SARS-CoV-2 (COVID-19) 12
3.1 Caso suspeito 12
3.2 Formas de transmissão do vírus 12
4 Procedimento de caso suspeito na ENB 13
4.1 Suspeita 13
4.2 Ativação de Equipas Internas 13
4.3 Procedimento de isolamento 13
4.4 Contacto SNS 24 14
4.5 Situação de Caso suspeito validado: 14
4.6 Situação de Caso suspeito confirmado: 14
5 Área de Isolamento 16
5.1 Edifício sede 16
5.2 Centro de formação da Lousã 17
5.3 Centro de formação de São João da Madeira 17
6 Isolamento adicional, redução e suspensão da atividade da ENB 18
7 Trabalho em regime não presencial 18
8 Fora do local de trabalho 19
8.1 Colaborador diagnosticado com vírus 19
8.2 Colaborador não infetado, mas em contacto com infetado 19

1 Introdução

O Plano de Contingência pode definir-se como um conjunto de normas e procedimentos aplicáveis aos colaboradores da Escola Nacional de Bombeiros (ENB) e aos ocupantes dos seus espaços em caso de suspeita ou presença do vírus SARS- CoV-2 (COVID-19) de forma a prevenir, controlar e vigiar a sua propagação.

O Plano aplica-se aos espaços da sede da ENB, do centro de formação de São João da Madeira e do centro de formação da Lousã.

As normas e procedimentos a aplicar nos espaços externos à ENB, no âmbito da sua atividade, são emitidas na forma de anexo ao presente plano.

Os colaboradores da ENB afetos à Força Especial de Proteção Civil e à Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC), estão abrangidos pelo Plano de Contingência da ANEPC.

O documento define a organização de segurança da ENB, através da gestão dos seus meios humanos e materiais, tendo como objetivo garantir uma resposta célere e estruturada ao controlo da propagação do vírus, de forma a prevenir ao máximo a infeção dos seus colaboradores.

São prioridades do plano, nesta ordem, a salvaguarda da vida humana e a continuidade da atividade desenvolvida.

A adoção de procedimentos diferentes dos previstos neste plano terá de ser sempre previamente autorizado pela direção da Escola Nacional de Bombeiros. Qualquer procedimento realizado em contrário poderá ter consequências disciplinares graves, para além de outras consequências legalmente previstas.

O plano é aprovado pelo Presidente da Direção da Escola Nacional de Bombeiros, entrando em vigor no dia seguinte ao da sua publicação.

O plano fica em vigor até informação contrária da direção da ENB.

O plano é atualizado mediante o evoluir da situação epidemiológica do vírus SARS- CoV-2 (COVID-19).

1.1 Justificação do plano

As autoridades chinesas identificaram um novo coronavírus (inicialmente 2019-nCoV e posteriormente designado pelo Coronavírus Study Group como SARS-CoV-2 como agente causador da doença. Embora o epicentro da epidemia seja em Wuhan, Província de Hubei, China, onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção não se limita a Wuhan, mas a qualquer área da China com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

O Comité de Emergência do Regulamento Sanitário Internacional decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional. De acordo com o European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC), o impacto potencial dos surtos por COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação global do vírus. Recomendando a Direção Geral de Saúde (DGS) que as empresas elaborem os Planos de Contingência específicos por COVID-19.

O despacho conjunto n.º2836-A/2020, de 2 de março de 2020, ordena aos empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde, no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19).

1.2 Justificação da versão n.º 2

A Organização Mundial de Saúde classificou no dia 11 de março de 2020 a propagação do vírus como uma pandemia. O termo é usado quando existe um vírus novo capaz de infetar seres humanos com facilidade e de ser transmitido de uma pessoa a outra de forma eficiente e continuada.

No dia 13 de março de 2020, após reunião de conselho de ministros, foram aprovadas medidas extraordinárias de contenção e mitigação do vírus, constantes no Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março. Entre as medidas aprovadas estavam a suspensão de todas as atividades letivas e não letivas presenciais nas escolas de todos os níveis de ensino, o regime de prestação subordinada de teletrabalho e o regime excecional de dispensa de serviço. No mesmo dia foi emitida a Ordem de Serviço n.º1/2020/DIR/ENB que suspendia toda a atividade formativa da ENB, as provas de avaliação de competências e de conhecimentos gerais, as provas para ingresso na carreira de bombeiros voluntários e definia formas alternativas de trabalho para os colaboradores da ENB.

Após o evoluir da situação, com vista a iniciar a fase de recuperação, no dia 14 de maio foi publicado o Decreto-Lei n.º20-H/2020, que aprovou a retoma das atividades de formação profissional, a partir do dia 18 de maio de 2020, de forma gradual e com as devidas adaptações.

Tendo a ENB iniciado a retoma parcial da atividade formativa e de prestação de provas, a partir de 01 de junho de 2020, importa atualizar o plano, tendo em conta as orientações da Direção Geral de Saúde e as recomendações da Autoridade para as Condições do Trabalho.

2 Medidas de prevenção e preparação

2.1 Medidas gerais de autoproteção

- Ao espirrar ou tossir deve tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser imediatamente colocado no lixo;
- Deve lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou em recurso utilizar solução desinfetante à base de álcool;

2.2 Colaboradores

- Devem utilizar máscara, no mínimo do tipo cirúrgico e sem válvula de expiração, sempre que estejam em contacto com visitantes ou formandos, ou demonstrem sinais ou sintomas respiratórios;
- É obrigatória a medição da sua temperatura corporal, para entrar nas instalações (anexo I);
- Devem verificar o correio eletrónico institucional ao iniciar o dia de trabalho;
- Devem informar os Recursos Humanos da ENB sempre que se desloquem ao estrangeiro a título particular ou em serviço;
- Os colaboradores que disponham de equipamentos informáticos e de comunicação atribuídos devem levá-los consigo sempre que se ausentem mais que um dia útil das instalações da ENB (fins-de-semana, feriados, dias de compensação, férias);
- Nos serviços aplicáveis garantir a limpeza e higienização relativa aos espaços e equipamentos utilizados pelo público ou formandos, nomeadamente:
    - Terminal Multibanco;
    - Simuladores de realidade virtual;
    - Equipamentos de formação;
    - Balcões de receção e/ou atendimento ao público.
- Os postos de trabalho interiores devem garantir o distanciamento social de 2 metros em espaços fechados, quando tal não for possível devem existir medidas compensatórias.
- Os colaboradores em prestação de serviço fora do território nacional seguem as orientações do espaço onde se encontram e os procedimentos desse país (informando o superior hierárquico de qualquer situação).

Nota: Os consumíveis de limpeza e higienização quando necessários devem ser solicitados pelos superiores hierárquicos seguindo os procedimentos normais.

2.3 Ações de formação e prestação de provas nas instalações da ENB

- No início de cada ação de formação os formadores devem informar os formandos que em caso de suspeita de situação por infeção do vírus COVID-19, devem informar a equipa de formação que os acompanha. Quando aplicável, mencionar a situação de exceção (ponto 4.2).
- Os formandos e os formadores devem ser alvo de um controlo de temperatura antes do início de um período formativo (manhã, tarde, noite)

- Quando existam pessoas a pernoitar nas instalações deve ser atribuído um quarto a cada pessoa, se tal não for possível a divisão deve ser feita por corpo de bombeiros, ou entidade.
- Devem ser seguidas, com as devidas adaptações, as orientações da ENB para a atividade formativa externa (anexo J) e para as provas de avaliação teórico-práticas do curso de formação para ingresso na carreira de bombeiro voluntário (anexo L).

2.4 Reuniões

- Sempre que possível deve evitar-se reuniões presenciais, dando preferência a videoconferências, contactos via telefone e correio eletrónico;
- Deve garantir-se o distanciamento social de 2 metros em lugares;
- Reuniões com visitas devem acontecer na sala de conselhos, na sala de reuniões do edifício administrativo, ou em sala de formação a designar.

2.5 Visitas e prestadores de serviços

- Devem utilizar máscara, no mínimo do tipo cirúrgico e sem válvula de expiração;
- É obrigatória a medição da sua temperatura corporal, para entrar nas instalações (anexo I);
- Devem garantir a higienização das mãos à entrada das instalações da ENB, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Deve reduzir-se o número de visitantes às instalações (evitar visitas de grupos de pessoas);
- Devem restringir a sua circulação ao estritamente necessário, nomeadamente aos espaços interiores da ENB;
- Todas as encomendas devem ser levantadas ou recebidas na portaria.

2.6 Medidas a implementar nos espaços da ENB

- Afixação de cartazes de informação com recomendações de prevenção sobre o vírus COVID-19 (ver Anexo A);
- Afixação de cartazes com procedimentos de higienização das mãos em todas as casas de banho (ver Anexo B);
- Disponibilização de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) em sítios estratégicos:
    - Portaria;
    - Edifício Administrativo;
    - Edifício Sede - Relógio de Ponto;
    - Edifício Sede - Máquina Café;
    - Edifício Sede - Refeitório, espaço interior;
    - Edifício Sede - Refeitório, espaço exterior
    - Edifício de Apoio - Setor de Veículos e Equipamentos;
    - Pavilhão de Aulas;
    - Centro de Simulação de Realidade Virtual;
    - Dormitórios (4);

- Sala de Formação CSIE n.º1;
- Sala de Formação CSIE n.º2;
- Setor de Manutenção e Infraestruturas;
- Campo de Treinos 1 (Multiusos / SD / TAS);
- Campo de Treinos 3 (CTIUI).;
- Área de isolamento;
- Reprografia;
- Economato;
- Setor de Veículos e Equipamentos, balcão de atendimento;
- Portaria, no exterior;
- Pavilhão de aulas (doseadores portáteis).

Nota: Nos centros de formação os sítios estratégicos são definidos pelos coordenadores do centro.

- Afixação de informação sobre os procedimentos de higienização das mãos utilizando SABA (ver Anexo C);
- Reforço dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) a utilizar pela Equipa de Primeiros Socorros, e consumíveis necessários (ver anexo D);
- Disponibilização de Kit de Máscara Cirúrgica e Luvas por setor (a ser utilizado apenas para contenção local);
- Sempre que as condições meteorológicas o permitam, as portas e portões devem manter-se abertos, nomeadamente os de acesso aos edifícios e com mais movimento, diminuindo o contacto entre superfícies e garantindo uma ventilação natural dos espaços.

2.7 **Setor de Manutenção e Infraestruturas**

- Garantir a instalação da "Área de Isolamento" (ver ponto 5);
- Garantir a afixação dos cartazes de informação;
- Garantir a instalação de doseadores de SABA nos locais definidos, quando aplicável;
- Garantir a instalação de uma proteção de acrílico na portaria;
- Garantir a marcação das indicações referentes ao distanciamento social, pelo menos nos seguintes locais:
  - Refeitório;
  - Portaria;
  - Reprografia;
  - Relógio de ponto (se em funcionamento).

Nota: Nos centros de formação a marcação é adaptada à sua realidade.

2.8 **Serviços de Limpeza**

- Utilizar máscara, no mínimo do tipo cirúrgica, ao efetuar a limpeza de espaços;
- Utilizar luvas e máscara, no mínimo do tipo cirúrgica, ao efetuar a limpeza dos dormitórios (desinfetando as luvas entre quartos);
- Utilizar exclusivamente toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais ao invés de toalhas de pano;

- Colocar sacos de plástico em todos os contentores de resíduos (incluindo casas de banho);
- Utilizar luvas descartáveis durante ações de remoção de lixo (verificar Anexo E);
- Reforçar o planeamento da limpeza e higienização relativa aos espaços, equipamentos, utensílios, objetos e superfícies que são frequentemente manuseadas, nomeadamente:
    - Casas de banho;
    - Corrimãos;
    - Maçanetas de portas;
    - Máquinas de café e self-service;
    - Impressoras;
    - Computador de marcação de refeições;
    - Doseadores de álcool gel.
- Garantir a limpeza e higienização das salas de formação entre ações de formação;
- Garantir o reabastecimento dos doseadores de SABA nos locais definidos;
- Disponibilizar solução desinfetante nas sanitas;
- Disponibilizar solução desinfetante aos formadores, para limpeza de superfícies;
- Disponibilizar solução desinfetante nos micro-ondas do refeitório.

2.9 Serviços de Lavandaria (Recolha e Lavagem)

- Utilizar sacos de plástico (de utilização única) para a recolha de roupa suja;
- Utilizar luvas e máscara, no mínimo do tipo cirúrgica, durante as ações de recolha de roupa;
- Utilizar luvas e máscara, no mínimo do tipo cirúrgica, durante as ações de colocação de roupa na máquina de lavar;
- Evitar sacudir roupa suja.

2.10 Serviços de Refeitório e Bar

- Garantir o embalamento de todos os talheres de refeição;
- Garantir a entrega de unidoses de açúcar e colheres de café de forma individual;
- Garantir o embalamento de saladas pré-elaboradas, para distribuição;
- Garantir o embalamento de fruta/sobremesa de forma individual, para distribuição;
- Garantir o embalamento do prato principal, para distribuição;
- Assegurar a distribuição de tabuleiro, talheres e comida de forma individual a cada utilizador;
- Utilizar máscaras, no mínimo do tipo cirúrgico e sem válvula de expiração, na distribuição e preparação de refeições;
- Reforçar a lavagem das mãos na distribuição e preparação de refeições;
- Reforçar o planeamento da limpeza e higienização relativa aos espaços, equipamentos e utensílios utilizados;
- Garantir a lavagem da loiça utilizada na máquina de lavar com detergente a temperatura elevada (80-90ºC).
- Garantir a desinfeção das mesas e cadeiras do refeitório entre refeições (nas mesas com toalhas, as mesmas são substituídas);

- Garantir a existência de apenas 3 lugares por mesa circular e o distanciamento de 2 metros em mesa retangular;
- Implementar um percurso de circulação, sempre que possível, com entrada e saída distintas, evitando o cruzamento de utilizadores.

O horário de almoço é redefinido para entre as 12h00 e as 13h30, dividido em dois períodos:

- Colaboradores - 12h00;
- Visitantes e formação CSIE -12h15;
- Formação e provas de bombeiros - 13h00 às 13h30.

O serviço de bar é encerrado.

2.11 Setor de Veículos e Equipamentos

- Reforçar o planeamento da limpeza e higienização relativa aos veículos de serviço, nomeadamente os de requisição por múltiplos colaboradores;
- Garantir a existência de toalhetes à base de álcool no interior dos veículos de serviço, para desinfeção de mãos e superfícies;
- Garantir a lavagem e desinfeção dos equipamentos utilizados em formação;
- Em ações de formação, garantir após prova/devolução de um equipamento, a sua desinfeção, ou quarentena num período de 72h.

2.12 Setor de Recursos Tecnológicos

- Garantir que todos os equipamentos informáticos atribuídos aos colaboradores dispõem de software que permita o acesso remoto ao mesmo;
- Garantir, sempre que possível, a realização das manutenções de forma não presencial;
- Monitorizar a implementação do regime de trabalho à distância, no que concerne aos softwares informáticos e equipamentos a utilizar e disponibilizar;
- Instalar e propor softwares informáticos para teletrabalho;
- Aconselhar um sistema de comunicação entre os colaboradores via internet (p.ex. WhatsApp; Skype);
- Prestar apoio aos colaboradores em regime de teletrabalho, no processo de instalação e desinstalação dos equipamentos informáticos;
- Se necessário, elaborar escala de acesso a programas informáticos específicos, de forma a não congestionar os serviços;
- Monitorizar a rede telefónica da ENB, nomeadamente no que concerne à capacidade de transferências de chamadas externas, para os telemóveis de serviço ou dos colaboradores.

2.13 Centro de Documentação

- Garantir o acesso ao espaço apenas a colaboradores;
- Garantir a disponibilização de documentação mediante requisição prévia;
- Garantir, após devolução de um artigo, a sua quarentena num período de 72h.

2.14 Economato

- Garantir após prova/devolução de um artigo, a sua quarentena num período de 72h;
- Garantir a limpeza e desinfeção, após cada utilização ou interação, do terminal de pagamento automático (TPA), dos equipamentos, objetos ou utensílios em contacto direto com a pessoa.

2.15 Portaria

- Informar os visitantes e prestadores de serviços das medidas implementadas;
- Garantir a medição da temperatura corporal a todas as pessoas, no momento da entrada nas instalações (realizado apenas uma vez por dia);
- Garantir o cumprimento das medidas, por parte dos visitantes e prestadores de serviços.

2.16 Direção da ENB

- Garantir a atualização do plano mediante o evoluir da situação epidemiológica do vírus SARS-CoV-2 (COVID-19) e a implementação das medidas necessárias;
- Garantir a monitorização da situação epidemiológica;
- Garantir a implementação de medidas de prevenção e controlo necessárias;
- Avaliar a atividade da ENB no contexto específico da COVID-19.

2.17 Direção de Formação da ENB

- Garantir a informação aos formadores externos dos procedimentos a adotar dentro dos espaços da ENB;
- Garantir a informação aos formadores externos dos procedimentos a adotar nas ações de formação (internas e externas);
- Monitorizar os termos de responsabilidade dos comandantes dos corpos de bombeiros, em ações de formação externas;
- Monitorizar os termos de responsabilidade dos presidentes de júri, em provas de avaliação teórico-práticas do curso de formação para ingresso na carreira de bombeiro voluntário;
- Monitorizar a existência de casos suspeitos ou confirmados de COVID-19, em ações de formação externas, ou em prestação de provas, garantindo a informação da direção da ENB.

2.18 Coordenadores de área de formação da ENB

- Coadjuvar a direção da ENB na definição de medidas de prevenção e controlo aplicáveis à sua área de formação;
- Apoiar os formadores da sua área de formação, na implementação das medidas de prevenção e controlo definidas.

2.19 Centro de Serviços para Instituições e Empresas

- Garantir a informação aos formadores externos dos procedimentos a adotar dentro dos espaços da ENB;
- Garantir a informação aos formadores externos dos procedimentos a adotar nas ações de formação (internas e externas);
- Nas ações de formação, para além do previsto no ponto 2.3, devem:
    - Garantir a distribuição dos consumíveis de formação apenas após a entrada dos formandos;
    - Na ENB, garantir a desinfeção das salas de formação entre ações de formação de curta duração, nomeadamente 4h;

3 Vírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

3.1 Caso suspeito

Para ser considerado caso suspeito é necessário:

- Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + história de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;
- Doente com infeção respiratória aguda + contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas (bombeiros e tripulantes de ambulância inclusive);
- Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

3.2 Formas de transmissão do vírus

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

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

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 orais, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

4 Procedimento de caso suspeito na ENB

4.1 Suspeita

Qualquer colaborador com ligação epidemiológica e que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a portaria por via telefónica e aguarda no local em que se encontra, permanecendo a uma distância de segurança (superior a 2 metros) de todos os ocupantes.

Qualquer colaborador que detete uma pessoa com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a portaria por via telefónica.

4.2 Ativação de Equipas Internas

A portaria da ENB ativa a equipa de primeiros socorros (anexo F).

A equipa de primeiros socorros entra em contacto telefónico com o caso suspeito e procede à triagem inicial da situação, se os critérios se enquadrarem na definição a Equipa de Primeiros Socorros informa a portaria e inicia os procedimentos de isolamento.

A portaria notifica a direção da ENB.

Nota: A portaria preenche o formulário constante no Anexo H.

Situação exceção: Se a ocorrência ocorrer em período em que não existam elementos afetos às equipas de primeiros socorros (redução da atividade presencial, período pós-laboral, fins-semana e feriados) a portaria solicita à pessoa para se manter isolada e que contacte o SNS 24 (808 24 24 24). De seguida a portaria informa a direção da ENB (ignorar ponto 4.3).

4.3 Procedimento de isolamento

A portaria contacta o setor de manutenção e infraestruturas para isolamento do local, onde a pessoa se encontra.

Devidamente equipada com equipamento de proteção individual (EPI) a Equipa de Primeiros Socorros aborda a pessoa, explicando-lhe os procedimentos seguintes e distribuindo-lhe uma máscara (se clinicamente viável) e um par de luvas (ver anexo G).

A Equipa de Primeiros Socorros encaminha a pessoa para a área de isolamento pré-definida. Durante todo o percurso a pessoa deve evitar ao máximo tocar em obstáculos.

A pessoa dentro da área de isolamento mantém a utilização de máscara, substituindo-a sempre que a mesma esteja húmida.

O setor de manutenção e infraestruturas isola o local em que a pessoa se encontrava, colocando a informação “ZONA INTERDITA”. Durante o procedimento são tomadas as medidas de proteção consideradas necessárias.

Também são encaminhados para a área de isolamento:

- Pessoas do mesmo posto de trabalho (até 2 metros do caso);
- Pessoas que estiveram face-a-face, ou em espaço fechado (ex. sala de formação) com o caso suspeito;
- Pessoas que partilharam loiças, toalhas ou outros objetos que possam estar contaminados com sangue, secreções ou gotículas respiratórias.

Na área de isolamento a pessoa contacta o SNS 24 (808 24 24 24).

4.4 Contacto SNS 24

O profissional de saúde do SNS 24 questiona a pessoa quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa a pessoa dos procedimentos a adotar.

A pessoa informa a ENB, através da portaria.

4.5 Situação de Caso suspeito validado:

A portaria informa a direção da ENB e seguem-se as orientações do SNS.

Devem evitar-se deslocações adicionais nas instalações de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto com outra(s) pessoas.

O acesso dos outros colaboradores à área de "isolamento" fica interditado (exceto aos colaboradores autorizados para prestar assistência).

4.6 Situação de Caso suspeito confirmado:

A Autoridade de Saúde Local informa a ENB dos resultados dos testes laboratoriais:

- Se o caso não for confirmado, este fica encerrado para COVID-19.
  São aplicados os procedimentos normais de limpeza e desinfeção do espaço.

- Se o caso for confirmado:
  A "área de isolamento" deve ficar interditada até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local.

  Nota: A interdição só pode ser levantada pela Autoridade de Saúde.

  A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, estabelece as medidas de controlo e vigilância necessárias à situação, tendo em conta o ponto 8 da orientação n.º6/2020, de 26 de fevereiro da Direção Geral de Saúde.

  A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho comunicam à DGS as medidas implementadas na ENB e informam sobre o estado de saúde dos contatos próximos do doente (caso confirmado).

A ENB:

- Providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da "área de isolamento";
- Providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área onde caso confirmado se encontrava inicialmente;
- Se aplicável, providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) do quarto e dormitório utilizado pelo caso confirmado;
- Providencia a limpeza e desinfeção das superfícies possivelmente manuseadas e mais utilizadas pelo caso confirmado, dando especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho (incluindo materiais e equipamentos utilizados);
- Providencia a armazenamento dos resíduos do doente em saco de plástico (com espessura mínima de 50 mícron) selado e envia os resíduos para um operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

Nota: O procedimento de limpeza e desinfeção (descontaminação) deve ser feito seguindo as melhores práticas, por pessoal especializado, envergando EPI completo (ver anexo G). Devendo ser adotados equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando não for possível, deve prever- se a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos). A limpeza e desinfeção faz-se recorrendo a detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

5 Área de Isolamento

A área de isolamento, quando exclusiva, é identificada com as indicações: "ÁREA DE ISOLAMENTO" e "ACESSO RESERVADO".

Quando por motivos de utilização a entrada na área de isolamento estiver interdita, a sinalização com as palavras "ZONA INTERDITA", deve estar visível, sendo o acesso a este espaço apenas permitido aos colaboradores autorizados a prestar assistência.

Todas os espaços (quartos, balneário) estão equipados com:

- 1 - Cadeira/maca;
- 1 - Caixote de lixo com saco de lixo (espessura mínima de 50 mícron);
- 2 - Máscaras cirúrgicas;
- 2 - Garrafas de água 0,5L;
- 1 - Pacote de Bolachas Maria.

5.1 Edifício sede

A área de isolamento está pré-definida como sendo a Ala B do Edifício Principal (antigas instalações do Setor de Recursos Tecnológicos).

O acesso a este espaço apenas é permitido ao pessoal autorizado pela direção da ENB, nomeadamente:

- Setor de Manutenção e Infraestruturas;
- Setor de Recursos Tecnológicos;
- Direção;
- Equipa de formadores da área de Emergência Pré-Hospitalar;
- Luís Gaspar;
- Nuno Azevedo;
- Pedro Barbosa;
- Raquel Pinheiro;
- Sónia Rosa;
- Tiago Nobre.

A área de isolamento dispõe de 4 quartos isolados e de 1 casa de banho.

É permitido levar bens pessoais ou de trabalho para a zona de isolamento.

Caso a área de isolamento pré-definida não esteja disponível a Equipa de Primeiros Socorros articula com a direção da ENB outro local.

Em casos excecionais pode ser isolada uma sala, ala ou edifício, servindo assim de zona de isolamento.

5.2 Centro de formação da Lousã

A área de isolamento está pré-definida como sendo a sala de exercícios do hangar (zona lateral).

O quarto dispõe de casa de banho.

Caso a área de isolamento pré-definida não esteja disponível a Equipa de Primeiros Socorros articula com a coordenadora do centro outro local.

Em casos excecionais pode ser isolada uma sala, ala ou edifício, servindo assim de zona de isolamento.

5.3 Centro de formação de São João da Madeira

A área de isolamento está pré-definida como sendo o balneário feminino.

O balneário dispõe de casa de banho.

Caso a área de isolamento pré-definida não esteja disponível a Equipa de Primeiros Socorros articula com o coordenador do centro outro local.

Em casos excecionais pode ser isolada uma sala, ala ou edifício, servindo assim de zona de isolamento.

Nota: Cabe aos centros de formação a aquisição dos equipamentos a disponibilizar na área de isolamento, com exceção das máscaras cirúrgicas

6 Isolamento adicional, redução e suspensão da atividade da ENB

Todas as medidas de isolamento a considerar serão tomadas, caso a caso, em estreita articulação com a Autoridade Local de Saúde.

A redução e suspensão da atividade da ENB é feita mediante informação da direção da ENB.

7 Trabalho em regime não presencial

Os colaboradores que trabalhem em regime não presencial deverão articular com o Setor de Recursos Tecnológicos a necessidade de recursos informáticos, estando autorizados a levar os recursos fixos da ENB para o seu domicílio.

Os colaboradores que não disponham de ligação de internet em casa devem solicitar o serviço, que será fornecido pela ENB, tendo em conta a disponibilidade limitada.

Tendo em conta as limitações do trabalho em regime não presencial, sempre que seja necessário o colaborador realizar despesas referentes à atividade profissional, este deverá previamente solicitar autorização da mesma à sua chefia, sendo posteriormente e dentro do possível ressarcido do seu valor total (caso tenha sido autorizado).

Nota: A adoção desta medida prevê o pagamento integral do vencimento base e respetivo subsídio de alimentação.

8 Fora do local de trabalho

Fora do local de trabalho os colaboradores devem seguir as orientações da DGS, em caso de suspeita de infeção pelo vírus COVID-19 devem contactar a linha do SNS 24 (808242424).

8.1 Colaborador diagnosticado com vírus

Caso um colaborador seja diagnosticado com o vírus deve o colaborador entrar em contacto com os Recursos Humanos da ENB e informar da situação, não podendo este deslocar-se às instalações onde desempenha a sua atividade profissional.

O colaborador deve seguir as orientações das entidades competentes.

O colaborador apenas pode regressar ao trabalho após comprovativo de que não existe perigo de contágio.

8.2 Colaborador não infetado, mas em contacto com infetado

Caso um colaborador tenha fora do local de trabalho contacto com pessoa em situação de isolamento ou infetada, deve o colaborador entrar em contacto com os Recursos Humanos da ENB e informar da situação, não podendo este no imediato deslocar-se às instalações onde desempenha a sua atividade profissional.

A situação de prestação de trabalho será analisada caso a caso, pela direção da ENB.

As faltas no âmbito das situações anteriormente previstas serão justificadas conforme despacho a publicar pela direção da ENB.

Nota: A informação aos Recursos Humanos da ENB deve fazer-se sempre que possível via eletrónica.

Nota: Os recursos humanos preenchem o formulário constante no Anexo H.

Sintra, 16 de junho de 2020

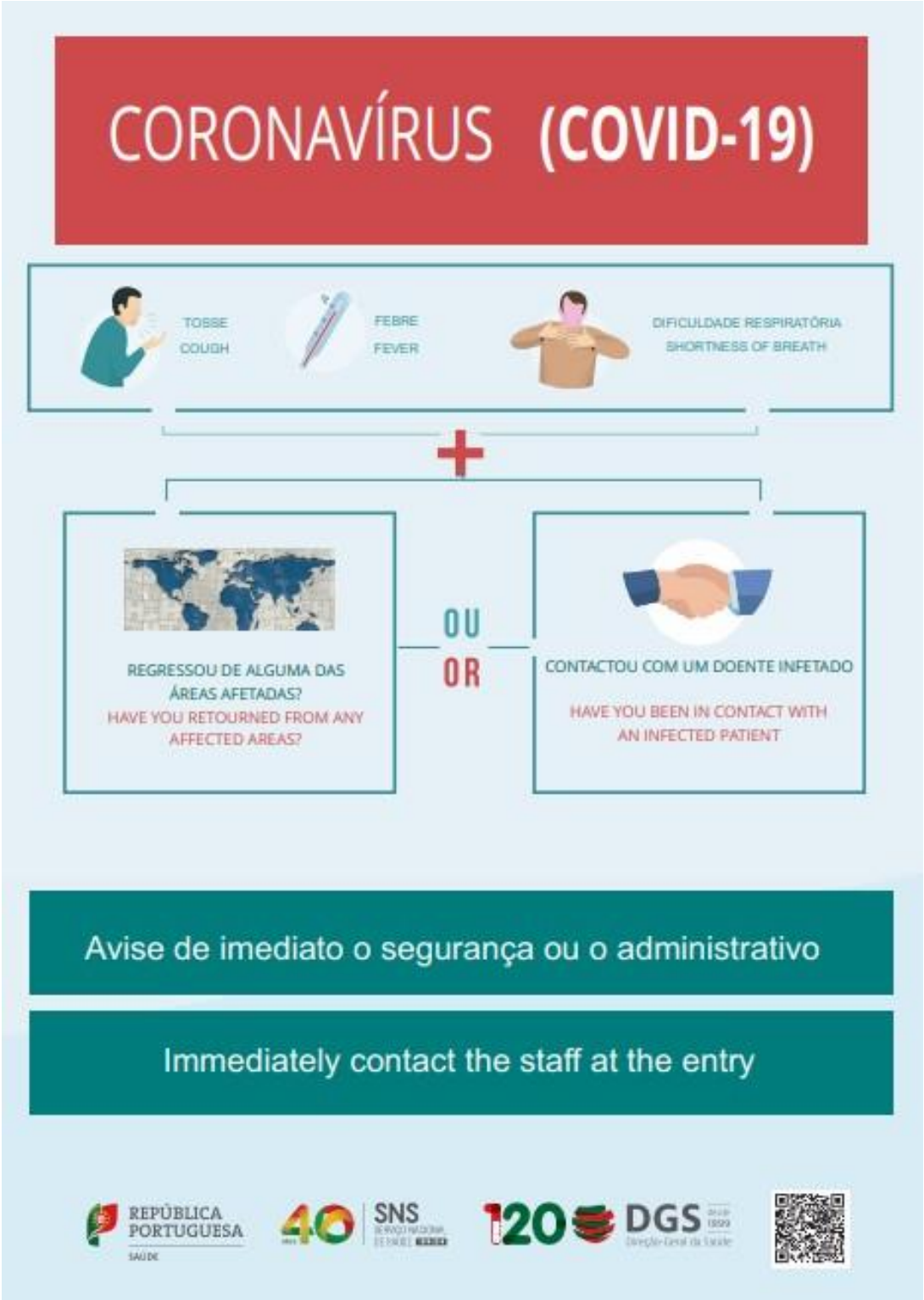
O Presidente da Direção

Dr. José Ferreira

ANEXO A
Cartaz a publicar (Recomendações Gerais DGS)

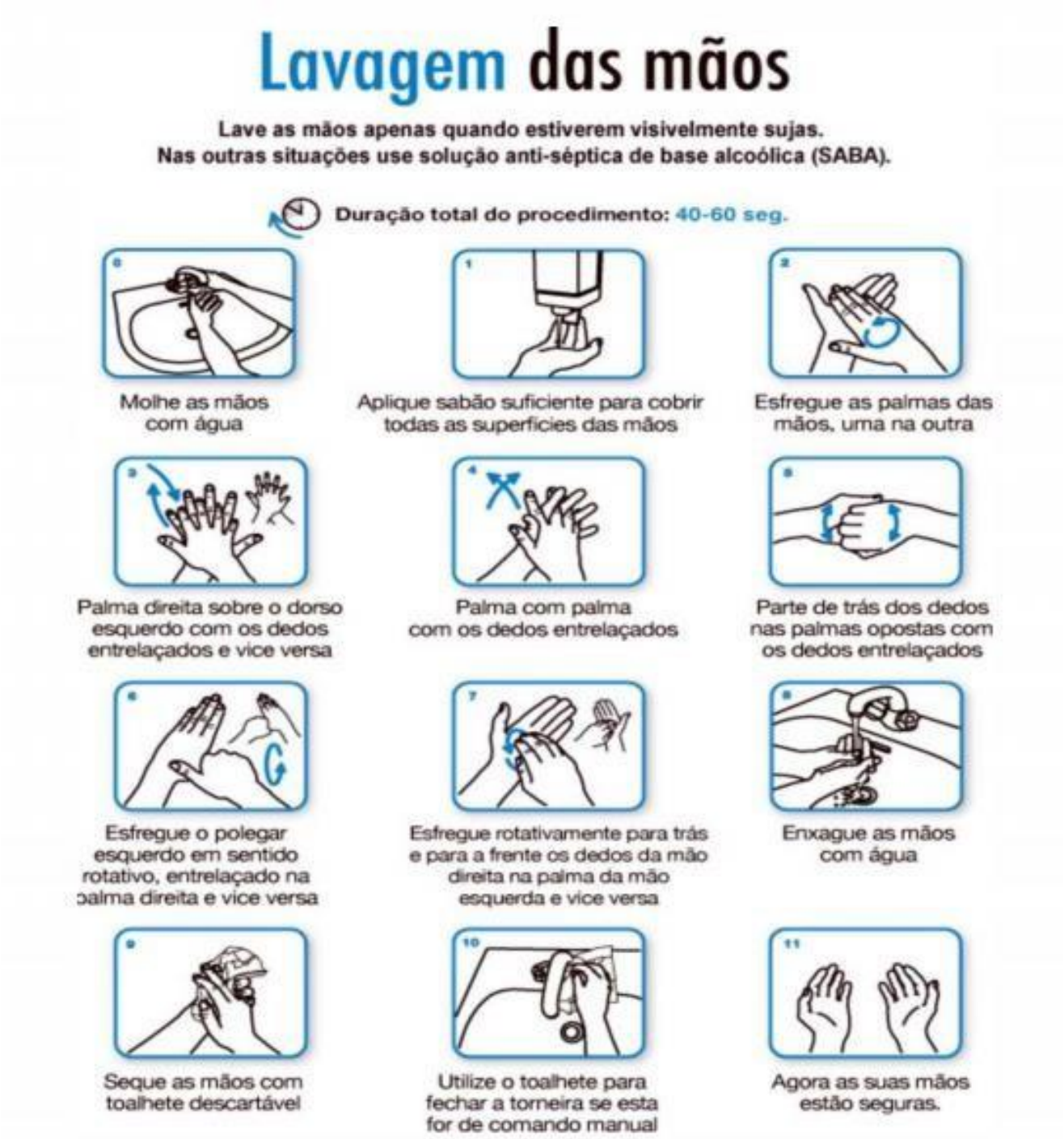
Download: https://www.dgs.pt/corona-virus/ficheiros-externos/cartaz-recomendacoes-pdf.aspx

Cartaz a publicar (Recomendações Gerais DGS)



Download: https://www.dgs.pt/corona-virus/ficheiros-externos/cartaz-unidades-de-saude-pdf.aspx

ANEXO B
Cartaz a publicar (Lavagem de mãos DGS)



Download: https://www.dgs.pt/ficheiros-de-upload-2013/lavagem-das-maos-png.aspx

ANEXO C
Cartaz a publicar (utilização SABA DGS)

Download: https://www.uc.pt/gripe/recursos/friccao_anti-septica_maos.pdf

ANEXO D
Reforço de Equipamentos de Proteção Individual (EPI), equipamentos e consumíveis

No âmbito do Plano de Contingência a ENB deve garantir um stock mínimo de EPI's e consumíveis.

Sede da Escola Nacional de Bombeiros

- 4 - Fatos de proteção integral (de uso único, impermeável, com capuz incorporado, proteção de pescoço e tamanho ajustado ao profissional);
- 8 - Máscaras (FFP2);
- 100 - Máscaras Cirúrgicas
- 4 - Óculos de proteção;
- 500 - Luvas (de uso único, não esterilizadas).
- 10 - Litros de solução SABA;
- 30 – Sabão Azul e Branco 400gr.

Centro de Formação de São João da Madeira

- 2 - Fatos de proteção integral (de uso único, impermeável, com capuz incorporado, proteção de pescoço e tamanho ajustado ao profissional);
- 4 - Máscaras (FFP2);
- 100 - Máscaras Cirúrgicas
- 2 - Óculos de proteção;
- 200 - Luvas (de uso único, não esterilizadas).
- 5 Litros de solução SABA;
- 5 - Sabão Azul e Branco 400gr.

Centro de Formação da Lousã

- 2 - Fatos de proteção integral (de uso único, impermeável, com capuz incorporado, proteção de pescoço e tamanho ajustado ao profissional);
- 4 - Máscaras (FFP2);
- 100 - Máscaras Cirúrgicas
- 2 - Óculos de proteção;
- 200 - Luvas (de uso único, não esterilizadas).
- 5 - Litros de solução SABA;
- 5 - Sabão Azul e Branco 400gr.

Nota: Cabe aos centros de formação a aquisição dos dispensadores de SABA necessários e a aquisição do sabão azul e branco.

ANEXO E
Procedimento de Colocação e Remoção de Luvas Descartáveis (DGS)

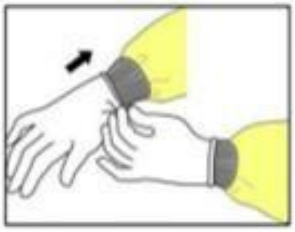
Colocar as luvas:

a) Higienizar as mãos;

b) Selecionar o tipo e dimensão adequada das luvas;

c) Inserir as mãos nas luvas, tendo o cuidado de as ajustar até ao seu limite (no caso de estar com uma bata, deverá sobrepor às mangas desta) (ver Figura 1).

Figura 1: Colocar as luvas



Remover as luvas:

a) Puxar pela extremidade exterior da 1ª luva perto do punho (Ver Figura 2);

b) Retirar a 1ª luva de modo a que fique o lado interior para fora;

c) Segurar a 1ª luva com a mão oposta ainda calçada (ver Figura 3);

d) Puxar pela extremidade interior da 2ª luva;

e) Retirar a 2ª luva pelo seu interior envolvendo a 1ª luva, formando assim um "saco" com as duas luvas (ver Figura 4);

f) Depositar as luvas no contentor de resíduos, adequado à situação (equiparado a urbano, risco biológico ou risco químico).

Fig.ª 2

Fig.ª3

Fig.ª 4

Fonte: Traduzido e adaptado de OMS: *"Glove Use Information Leaflet"*. Patient Safety, a World Alliance for Safer Health care. 2009[26].

Norma nº 013/2014 de 25/08/2014

Nota: Anexo a partilhar com os serviços de limpeza

ANEXO F
Organização de Segurança

EQUIPA DE PRIMEIROS SOCORROS - ENB Sintra			
Edifício Sede	Nuno Azevedo	E. 216	
Edifício Sede	Tiago Nobre	E. 208	
Edifício Adm.	Sónia Rosa	E. 244	
Edifício Adm.	Pedro Barbosa	E. 302	
Edifício Adm.	Raquel Pinheiro	E. 270	
Pavilhão de Aulas	Equipa TAS	E. 254	Contactar local / coordenador Mala atribuída

EQUIPA DE PRIMEIROS SOCORROS - ENB Lousã			
	Rui Palrinhas		
	Nuno Simões		
	Horácio Ferreira		
	Carlos Ribeiro		

EQUIPA DE PRIMEIROS SOCORROS - ENB São João da Madeira			
	Ricardo Silva		
	Humberto Conceição		
	João Brito		

Nota: A sede da ENB dispõe de duas malas de abordagem para situações de emergência pré-hospitalar (localizadas na portaria e no pavilhão de aulas) e ambos os centros de formação dispõem de uma mala.

ANEXO G
Equipamentos de Proteção Individual

Equipa de Primeiros Socorros (cuidados não invasivos prestados a menos de 1 metro):

- Bata - Com abertura atrás, de uso único e impermeável;
- Máscara - FFP2 (preferencialmente);
- Proteção ocular;
- Luvas - De uso único, não esterilizadas.

Limpeza e desinfeção (descontaminação):

- Fato de proteção integral - de uso único, impermeável, com capuz incorporado, proteção de pescoço e tamanho ajustado ao profissional;
- Máscara – FFP2, de uso único, com adequado ajuste facial;
- Proteção ocular – Óculos com proteção lateral;
- Luvas – De uso único, com punho acima do punho da bata.

Nota: Adaptado da orientação n.º3/2020, da Direção Geral de Saúde

ANEXO H

Formulário de Registo de Suspeita de COVID-19

Data / Hora		Local onde se encontra a pessoa	

Descrição da ocorrência:

Situação	**SINAIS E SINTOMAS SUSPEITOS** ☐	**SUSPEITO DE COVID-19** ☐	**SUSPEITO DE COVID-19 VALIDADO** ☐	**CASO CONFIRMADO (colaborador infetado)** ☐
Locais isolados na ENB	Local de trabalho ☐ / Sala de Formação ☐ / Ala de trabalho / ☐ Edifício ☐ / Total ☐			
Elementos Acionados da ENB	Equipa de Primeiros Socorros ☐ / Elemento da direção ☐ / Outro:_____			
Meios Externos	Bombeiros ☐ / GNR ☐ / Polícia Municipal ☐ / INEM ☐ / ANPC ☐ / FEPC ☐ / SMPC ☐ / Outros ☐ :_____			

Descrição dos Procedimentos

Notas

O Colaborador[a]

_____

a)- Preenchem o formulário os Recursos Humanos e a Portaria. Se necessário utilizar verso.

ANEXO I
Acesso às instalações COVID-19

Escola Nacional de Bombeiros

ACESSO ÀS INSTALAÇÕES COVID-19
(PLANO DE CONTINGÊNCIA)

AVALIAÇÃO OBRIGATÓRIA DE TEMPERATURA CORPORAL

No âmbito do Plano de Contingência da ENB para o vírus SARS-CoV-2 (COVID-19), conforme o ponto 2.11 do plano vem-se implementar uma medida de prevenção adicional, de avaliação obrigatória da temperatura corporal, para acesso a todas as instalações da ENB. Medida considerada necessária para garantir a segurança dos colaboradores e visitantes da ENB.

Enquadramento

A Norma 004/2020, de 23-03-2020 da Direção Geral da Saúde veio considerar que todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura ≥ 38°C), ou dispneia (dificuldade respiratória) são considerados suspeitos de COVID-19.

Considerando-se a febre um sinal relevante e que pode ser avaliado, importa, atingido a fase de mitigação do vírus, implementar medidas concretas que permitam monitorizar a sua possível presença.

A ENB no dia 31 de março implementou com caráter de urgência uma medida de medição de temperatura às instalações de Sintra, que necessita agora de ser revista.

Medida a implementar

A ENB implementa em todas as suas instalações a avaliação obrigatória da temperatura corporal à sua entrada, a todos os seus colaboradores e visitantes (incluindo prestadores de serviços e formandos).

Os controlos são efetuados, tanto quanto seja possível, reservados e com privacidade.

1 de 2

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

A medição é efetuada, de forma segura, pelos vigilantes ou por colaboradores designados pela ENB (nos centros de formação de SJM e Lousã), através de um termómetro de infravermelhos.

Os vigilantes ou colaboradores designados devem garantir as medidas de segurança necessárias, nomeadamente a utilização de máscara.

Imediatamente após a avaliação da temperatura, o vigilante ou colaborador designado valida a temperatura lida e mostra-a à pessoa, mantendo as medidas de segurança necessárias.

Caso a avaliação dê um valor superior a 37,6ºC, o vigilante ou colaborador designado deve dar conhecimento imediato à direção da ENB. Nesse caso os colaboradores ou visitantes não poderão entrar nas instalações da ENB.

A partir desse momento, a monitorização da pessoa será feita pelo SNS24 e pela direção da ENB. Após avaliação pelo SNS24, serão decididas, caso a caso, as medidas a tomar.

Para salvaguarda dos princípios de proteção de dados pessoais, não é efetuado qualquer registo das medições de temperatura efetuadas.

Os vigilantes, os colaboradores designados, bem como todas as pessoas envolvidas neste procedimento, estão obrigadas ao dever de confidencialidade.

Este procedimento será apenas efetuado durante o atual cenário de pandemia e tem por objetivo único evitar a propagação do vírus, sendo exclusivamente uma medida de interesse de Saúde Pública.

O presente procedimento entra em vigor no dia 4 de maio de 2020.

Sintra, 30 de abril de 2020.

Dr. José Ferreira
(Presidente da Direção)

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

ANEXO J
Atividade formativa externa da ENB

Escola Nacional de Bombeiros

ATIVIDADE FORMATIVA EXTERNA DA ENB

(PLANO DE CONTINGÊNCIA)

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

No âmbito do Plano de Contingência da ENB para o vírus SARS-CoV-2 (COVID-19), tendo em conta a previsão de retoma da atividade formativa externa da ENB, a partir 1 de junho de 2020, torna-se necessário implementar medidas de prevenção e controlo aplicáveis à atividade formativa.

1. Referências

O conteúdo deste documento foi construído tendo por base:

- A orientação n.º 024/2020 de 8 de maio de 2020 da DGS - Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário com as devidas adaptações para a formação do bombeiro;
- A Orientação n.º 014/2020 de 21 de março de 2020 da DGS - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- As recomendações emitidas pela Direção Nacional de Bombeiros e pela Comissão Nacional de Emergência e Proteção Civil, de 18 de maio de 2020;
- As recomendações do Instituto Nacional de Emergência Médica, de 18 de maio de 2020;
- A Instrução Operacional n.º 02/2020 da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, de 19 de maio de 2020;
- As recomendações para as entidades do Sistema de Gestão Integrada de Fogos Rurais para a prevenção dos impactos da COVID-19 nas atividades de prevenção, vigilância e supressão, da Agência para a Gestão Integrada de Fogos Rurais, de 14 de maio;
- As recomendações gerais da Autoridade para as Condições do Trabalho.

2. Enquadramento

A COVID-19 foi considerada uma Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O encerramento da atividade externa da ENB fez parte de um conjunto de medidas de prevenção e controlo tomadas pela ENB. Contudo, com a evolução da situação, com a gradual abertura dos diversos sectores de atividade e tendo em conta a necessidade de dar continuidade a diversas atividades externas da ENB, nomeadamente a atividade formativa é retomada parcialmente a atividade da ENB.

3. Medidas Gerais

Aplicam-se a todas as ações de formação que decorrem nas unidades locais de formação (ULF) e nos corpos de bombeiros (CB).

3.1. Solicitação da ação de formação

Aquando da solicitação da ação de formação na plataforma, o comandante deve anexar um termo de responsabilidade que ateste que o local onde vai decorrer a formação garante as condições de segurança para a sua realização. O termo de responsabilidade encontra-se disponível na Plataforma Integrada de Gestão da Formação (PIGF).

3.2. Declaração dos formandos e dos formadores

Os formandos e os formadores devem assinar uma declaração em como não têm sintomas de COVID 19, nem o tiveram nos últimos 14 dias e em como aceitam ser-lhes feita a monitorização da temperatura corporal. A declaração é enviada conjuntamente com a comunicação do início da ação de formação.

3.3. Distanciamento social

Os formandos e os formadores devem manter 2,0 metros de distância de segurança, sempre que possível.

3.4. Utilização de máscaras

Os formandos e os formadores que venham a participar na ação de formação, bem como os colaboradores que venham dar apoio à formação, devem utilizar sempre uma máscara, no mínimo do tipo cirúrgica (em ações teóricas e práticas).

A máscara do tipo cirúrgica deve ser trocada ao fim de quatro horas ou sempre que esta se encontre húmida.

Consoante as ações de formação, a máscara cirúrgica pode ser substituída por máscaras, no mínimo, FFP2/KN95 ou por outros equipamentos de proteção respiratória.

Deve ter-se especial atenção no momento de substituição da máscara, assegurando-se o distanciamento social de pelo menos 2,0 metros.

3.5. Monitorização da temperatura corporal

É obrigatória a monitorização da temperatura corporal, cabendo aos formadores garantir que todos os formandos, antes de iniciarem um período formativo (manhã, tarde ou noite) são avaliados.

O formador deve realizar o seu controlo da temperatura, no início de cada período formativo.

A monitorização deve preferencialmente ser feita com recurso a um medidor de temperatura de infravermelhos ou por contacto (devidamente desinfetado).

Não são feitos registos dos valores apurados.

3.6. Número de formandos por ação de formação

O número de formandos por ação de formação fica limitado a 12 formandos.

Nas situações onde o número de formandos a formar por corpo de bombeiros seja superior ao limite de formandos, devem ser ministradas mais do que uma ação de formação.

Nos casos das ações de formação que foram suspensas e cujo número de formandos era de 16, as mesmas devem ser retomadas, mantendo o número de formandos inicialmente convocados, devendo as medidas de prevenção e controlo ser rigorosamente aplicadas e se possível reforçadas.

3.7. Componente teórica

O espaço deve garantir uma maximização da distância entre formandos e formadores, por forma a garantir o distanciamento físico de 2,0 metros.

As mesas devem ser dispostas o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física do espaço onde a prova se vai realizar. Devem estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique que os estagiários fiquem virados de frente uns para os outros.

Deve-se privilegiar uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas.

A distância de segurança deve ser mantida na realização de trabalhos em grupo.

Os formandos e formadores devem ser portadores do seu próprio material para estudo, desde apontamentos, canetas, rádios e outros, conforme programas de formação.

Os formandos e os formadores devem proceder à higienização das mãos em cada intervalo com água e sabão ou solução de base alcoólica e nunca descurar o cumprimento das regras de etiqueta respiratória.

Deve existir um desinfetante à base de álcool à entrada da sala, para que os formandos e os formadores possam proceder à desinfeção das mãos, cada vez que entram ou saem.

Todo o material a utilizar (marcadores, teclado computador, rato, …) deve ser desinfetado antes e depois de cada utilização, com álcool ou detergente de base desinfetante.

3.8. Componente prática

Os formandos e os formadores devem manter o distanciamento social.

Os formandos e formadores devem ser portadores do seu próprio material para formação, desde equipamento de proteção individual, rádios, ferramentas, outros, de acordo com os programas de formação. Quando tal não aconteça o material deve ser desinfetado entre utilizações, com as devidas preocupações.

Quando aplicável, antes de iniciar e entre os exercícios práticos, os intervenientes devem proceder à desinfeção das mãos com solução à base de álcool.

Sempre que seja necessário os formandos deslocarem-se em veículos, devem fazê-lo o mais distanciados possível. A distribuição deve fazer-se por formandos de cada corpo de bombeiros.

Deve proceder-se à limpeza e desinfeção do material da formação nas superfícies de contacto, sempre que é terminada uma demonstração pelo formador, ou utilização por parte de um formando, bem como à limpeza e

desinfeção dos equipamentos utilizados durante a formação, no final de cada sessão.

3.9. Higienização dos espaços onde decorre a formação

Deve proceder-se à limpeza e desinfeção de superfícies, conforme a Orientação n.º 014/2020 da DGS, de 21 de março.

No período do decorrer da ação de formação, alguns espaços devem ser alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfeção, nomeadamente:

a) Salas de aulas ou outros locais onde decorre a formação;

b) Instalações sanitárias;

c) Refeitório.

Para além dos cuidados de limpeza e desinfeção, os espaços devem ser ventilados, de acordo com as suas características, por forma a permitir a renovação do ar interior, idealmente através de ventilação natural pela abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar.

3.10. Higienização pessoal

Deve evitar-se a utilização de balneários comuns para tomar banho após a formação. A ocorrer, deve garantir-se a utilização das instalações por turnos, de forma a minimizar o contacto e garantir o distanciamento social mínimo de 2,0 metros, tendo ainda especial atenção à ventilação do espaço, de modo a evitar o acumular de vapor de água.

3.11. Sintomatologia ou contacto com casos de COVID-19

Os formandos ou formadores com sintomatologia compatível com uma infeção por COVID 19, não podem participar na ação de formação e como tal, não devem comparecer no local da formação.

Os formandos ou formadores que tenham tido contacto com casos confirmados de COVID-19, nos últimos 14 dias, não podem participar na ação de formação. (1)

Se no decorrer da ação de formação for detetado um caso suspeito ou positivo de COVID 19, a ação de formação fica suspensa, até indicação da direção de formação da ENB. (2)

Se no decorrer da ação de formação for detetado no quartel de bombeiros de origem dos formandos ou dos formadores, um caso suspeito ou positivo de COVID 19, a ação de formação fica suspensa, até indicação da direção de formação da ENB. (2)

(1) - Excetuam-se os casos onde devido à atividade desenvolvida o elemento tenha estado em contacto com um caso confirmado, mas devidamente equipado com equipamento de proteção individual, de acordo com as indicações da Direção Geral de Saúde.
(2) - Na situação de caso confirmado, a retoma da ação de formação requer validação da autoridade de saúde.

4. Procedimentos específicos por área de formação

4.1. Emergência Pré-Hospitalar

A ENB não assegura a disponibilização dos equipamentos de apoio à formação, por não estarem reunidas condições para a desinfeção dos mesmos.

Para a realização das ações de formação de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT), recertificações (RTAT) e UFCD socorrismo básico, o corpo de bombeiros tem de assegurar a existência por cada grupo de seis formandos, do seguinte material:

- Um manequim de simulação SBV Adulto;
- Um Desfibrilhador Automático Externo de treino;
- Um conjunto de elétrodos de treino;
- Um manequim de treino em SBV pediátrico;
- Um manequim de treino em parto iminente.

Todos os formandos são obrigados a usar máscara de bolso individual, não devendo a mesma ser partilhada entre dois formandos, mesmo com mudança da válvula com filtro. Em cada utilização da máscara de bolso deve proceder-se à higienização das mãos.

Todas as máscaras de bolso devem ser lavadas com água e detergente no fim de cada sessão, assim como a respetiva caixa onde se encontram, devendo a válvula com filtro utilizada, ser eliminada.

Antes e após cada caso prático, deve garantir-se a desinfeção de manequins, desfibrilhador e outros materiais a utilizar.

Nos exercícios práticos, para além da utilização de máscara, os formandos devem utilizar luvas, desinfetando as mesmas antes e após cada sessão prática.

Para além do disposto, devem ser aplicadas as recomendações do Instituto Nacional de Emergência Médica, constantes da mensagem eletrónica em anexo.

4.2. Salvamento e Desencarceramento

Os formandos e formadores devem ser portadores do Equipamento de Proteção Individual adequado.

Em ações de desencarceramento deve utilizar-se uma máscara FFP2 com válvula (devido ao esforço físico), luvas de nitrilo por baixo das luvas de trabalho e óculos de proteção, ou a viseira do capacete.

As vítimas devem ser sempre que possível substituídas por simuladores. Quando não for possível, estas devem utilizar máscara cirúrgica e óculos de proteção.

4.3. Extinção de Incêndios Rurais

Os formandos e formadores devem ser portadores do Equipamento de Proteção Individual completo para incêndios em espaços naturais.

Os formandos e formadores devem ser portadores do seguinte equipamento de sustentabilidade individual:

- Mochila de combate;
- Sistema de hidratação para mochila de combate;
- Máscara de partículas (com filtro FFP1 com carvão ativo).

Uma vez que o filtro usado na máscara de partículas é inferior às recomendações da Direção Geral da Saúde, deve ter-se especial atenção ao distanciamento social superior a 2,0 metros.

Excetuando-se as ações de queima e práticas, sempre que possível, deve dar-se preferência a máscara cirúrgica à máscara de partículas (com filtro FFP1 com carvão ativo), nomeadamente durante deslocações em veículos.

Deve ter-se especial atenção no momento de substituição da máscara, devendo assegurar-se o distanciamento social de pelo menos 2,0 metros.

4.4. Extinção de Incêndios Urbanos

Os formandos e formadores devem ser portadores do Equipamento de Proteção Individual completo para incêndios em incêndios urbanos.

Os formandos e formadores devem ser portadores de ARICA, com peça facial individual. Quando não for possível a existência de um ARICA por formando ou formador, o equipamento deve ser limpo e desinfetado entre utilizações, com as devidas precauções, tendo especial atenção à peça facial.

Deve ter-se especial atenção no momento de substituição da máscara pelo ARICA, devendo assegurar-se o distanciamento social de pelo menos 2,0 metros e vice-versa;

Durante os exercícios práticos no exterior (p.ex. com extintores) pode dar-se preferência à utilização de máscara FFP2 com válvula (devido ao esforço físico).

4.5. Condução Defensiva e Fora de Estrada

Durante a formação deve manter-se o número mínimo de formandos na cabine do veículo.

Deve dar-se preferência à ventilação natural em detrimento da utilização do sistema de ventilação da cabine do veículo. Quando não for possível, este não deve ser utilizado no modo de recirculação.

4.6. Liderança na Atividade de Bombeiro

Não devem ser realizados os exercícios práticos de grupo que não permitam garantir o distanciamento físico exigido. Os exercícios que sejam passiveis de realizar com o devido distanciamento devem preferencialmente ser executados ao ar livre, num espaço reservado para o efeito.

4.7. Outras áreas de formação

Aplicam-se os procedimentos gerais e, quando necessário, os que forem definidos pelo coordenador da área.

5. Procedimento para caso suspeito de COVID-19

Em caso de situação de suspeita de COVID-19, o suspeito deve aguardar no local onde se encontra e serem ativados os procedimentos definidos no plano de contingência da entidade onde está a decorrer a formação.

O formador deve avisar a direção de formação da ENB, assim que possível, através do endereço eletrónico **direcao.formacao@enb.pt**.

Os restantes elementos da formação ou que se encontrem no local com o caso suspeito, não devem abandonar o local sem indicações.

A formação fica suspensa até indicação da direção de formação da ENB.

O presente procedimento entra em vigor no dia 01 de junho de 2020.

Sintra, 29 de maio de 2020.

Dr. José Ferreira

(Presidente da Direção)

ANEXO I

RECOMENDAÇÕES DO INSTITUTO NACIONAL DE EMERGÊNCIA MÉDICA

Exmo. Senhor representante da entidade acreditada

Escola Nacional de Bombeiros

A Pandemia COVID 19 obrigou à reformulação de processos, designadamente no âmbito da formação em emergência médica. Assim, sem prejuízo de outras alterações de fundo que venham a introduzir-se no futuro, relativamente ao ensino em formato *b-learning*, tendo em conta o atual contexto epidemiológico, o Departamento de Formação em Emergência Médica – Gabinete de Certificação e Acreditação, recomenda o seguinte:

Recomendações gerais

- Proceder ao rigoroso cumprimento dos requisitos emanados pelas Autoridades de Saúde, nomeadamente da Direção-Geral da Saúde;

- Realizar a formação teórica recorrendo a plataformas digitais, caso as possuam, nas ações de formação com uma duração superior a 8h letivas, utilizando obrigatoriamente para o efeito os produtos pedagógicos disponibilizados pelo INEM;

- No caso da formação presencial, adequar do número de formandos ao espaço da sala, respeitando o distanciamento social, entre formandos e formadores, por forma a que, todos consigam manter uma distância entre si de 2m, no mínimo;

- Garantir desinfetante para utilização de formandos, formadores e também para proceder à desinfeção de manequins, desfibrilhadores e outro material, antes e após cada caso prático;

- Efetuar a avaliação da temperatura corporal a formandos e formadores, antes de entrarem nas instalações, não efetuando nenhum registo individual do mesmo. Caso qualquer um dos elementos apresente febre, não deve ser permitida a sua entrada e deve ser aconselhado o contacto com o serviço Saúde 24;

- Utilizar salas amplas que possuam, preferencialmente, ventilação natural.

Recomendações específicas

1 - Cursos de Suporte Básico de Vida (SBV) e de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBV/DAE):

- Utilização de Equipamento Proteção Individual (EPI) adequados, nomeadamente:
  - Sessões Teóricas - uso de máscara;
  - Sessões Práticas - uso de máscara e luvas.
- Lavagem e desinfeção das mãos antes e após cada sessão teórica ou prática;
- Técnicas:
  - Posição Lateral de Segurança (PLS) – a técnica deverá ser pormenorizadamente descrita pelo formando, substituindo assim a prática;
  - No Suporte Básico de Vida os formandos não devem executar as duas insuflações, mas apenas deverão explicar oralmente como as executariam;
  - Na técnica de Desobstrução da Via Aérea (DVA), o momento de incentivo da tosse não deverá ser efetuado, sendo apenas explicado.

2 - Curso de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT) e Tripulante de Ambulância de Socorro (TAS)

- Utilização de EPI adequados, nomeadamente:
  - Sessões Teóricas - uso de máscara;
  - Sessões Práticas - uso de máscaras e luvas (sempre que as vítimas envolvidas sejam formandos).
- Lavagem e desinfeção das mãos antes e após cada sessão teórica ou prática;
- Técnicas:
  - As situações que envolvam caracterização de vítimas também deverão ser suprimidas, ficando apenas a descrição escrita e oral;
  - As recomendações para o Curso SBV/DAE, integrado no TAS e no TAT e respetivas recertificações, devem ser cumpridas.
- Estágios: suspensos no INEM, até ser possível a sua realização.

3 - Curso de Suporte Imediato de Vida (SIV) e Suporte Avançado de Vida (SAV)

- Utilização de EPI adequados, nomeadamente:
  - Sessões Teóricas - uso de máscara;
  - Sessões Práticas - uso de máscaras, luvas.
- Lavagem e desinfeção das mãos antes e após cada sessão teórica ou prática.

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

ANEXO L
Provas de avaliação teórico-práticas do curso de formação para ingresso na carreira de bombeiro voluntário

Escola Nacional de Bombeiros

PROVAS DE AVALIAÇÃO TEÓRICO-PRÁTICAS DO CURSO DE FORMAÇÃO PARA INGRESSO NA CARREIRA DE BOMBEIRO VOLUNTÁRIO

(PLANO DE CONTINGÊNCIA)

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

No âmbito do Plano de Contingência da ENB para o vírus SARS-CoV-2 (COVID-19), tendo em conta a previsão de retoma da realização das provas de avaliação teórico-práticas do curso de formação para ingresso na carreira de bombeiro voluntário, em 1 de junho de 2020, torna-se necessário implementar medidas de prevenção e controlo aplicáveis a esta atividade.

1. Referências

O conteúdo deste documento foi construído tendo por base:

- A orientação n.º 024/2020 de 8 de maio de 2020 da DGS - Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário com as devidas adaptações para a formação do bombeiro;
- A Orientação n.º 014/2020 de 21 de março de 2020 da DGS - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- As recomendações emitidas pela Direção Nacional de Bombeiros e pela Comissão Nacional de Emergência e Proteção Civil, de 18 de maio de 2020;
- As recomendações do Instituto Nacional de Emergência Médica, de 18 de maio de 2020;
- A Instrução Operacional 02/2020 da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, de 19 de maio de 2020;
- As recomendações para as entidades do Sistema de Gestão Integrada de Fogos Rurais para a prevenção dos impactos da COVID-19 nas atividades de prevenção, vigilância e supressão, da Agência para a Gestão Integrada de Fogos Rurais, de 14 de maio;
- As recomendações gerais da Autoridade para as Condições do Trabalho.

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

2. Enquadramento

A COVID-19 foi considerada uma Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O encerramento da atividade externa da ENB fez parte de um conjunto de medidas de prevenção e controlo tomadas pela ENB. Contudo, com a evolução da situação, com a gradual abertura dos diversos sectores de atividade e tendo em conta a necessidade de dar continuidade a diversas atividades externas da ENB, nomeadamente as provas de avaliação teórico-práticas do curso de formação para ingresso na carreira de bombeiro voluntário é retomada parcialmente a atividade da ENB.

3. Medidas Gerais

Aplicam-se a todas as provas que decorrem nas unidades locais de formação (ULF) e nos corpos de bombeiros (CB).

3.1. Termo de responsabilidade

Aquando da solicitação das provas de ingresso, o presidente do júri deve anexar um termo de responsabilidade que ateste que o local onde vão decorrer as provas garante as condições de segurança para a sua realização, conforme o presente documento.

O termo de responsabilidade encontra-se disponível na Plataforma Integrada de Gestão da Formação (PIGF)

3.2. Declaração dos estagiários e dos avaliadores

Os estagiários e os avaliadores devem assinar uma declaração em como não têm sintomas de COVID 19, nem o tiveram nos últimos 14 dias e em como aceitam ser-lhes feita a monitorização da temperatura corporal. A declaração é enviada aquando da comunicação do início da ação.

3.3. Distanciamento social

Os estagiários e os avaliadores devem manter 2,0 metros de distância de segurança, sempre que possível.

3.4. Utilização de máscaras

Os estagiários e os avaliadores que venham a participar nas provas, devem utilizar sempre uma máscara, no mínimo do tipo cirúrgica (em provas teóricas e práticas).

A máscara do tipo cirúrgica deve ser trocada ao fim de quatro horas ou sempre que esta se encontre húmida.

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

Consoante as bancas práticas, a máscara cirúrgica pode ser substituída por máscaras no mínimo FFP2/KN95 ou por outros equipamentos de proteção respiratória.

Deve ter-se especial atenção no momento de substituição da máscara, devendo assegurar-se o distanciamento social de pelo menos 2,0 metros.

3.5. Monitorização da temperatura corporal

É obrigatória a monitorização da temperatura corporal, cabendo aos avaliadores garantir que todos os estagiários são controlados, antes de iniciarem as provas (manhã, tarde ou noite).

Os avaliadores devem realizar o seu controlo da temperatura, antes de iniciarem as provas.

A monitorização deve preferencialmente ser feita com recurso a um medidor de temperatura de infravermelhos ou por contacto (devidamente desinfetado).

Não são feitos registos dos valores apurados.

3.6. Número de estagiários por ação de formação

O número de estagiários por prova fica limitado a 40 estagiários. Preferencialmente, a prova teórica deve realizar-se sexta-feira ao final do dia para a totalidade dos estagiários. As provas práticas devem realizar-se ao sábado em dois períodos distintos (manhã, tarde). A dotação máxima por período é de 20 estagiários.

3.7. Componente teórica

O espaço deve garantir uma maximização da distância entre estagiários e avaliadores, por forma a garantir o distanciamento físico de 2,0 metros.

As mesas devem ser dispostas o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física do espaço onde a prova se vai realizar. Devem estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique que os estagiários fiquem virados de frente uns para os outros.

Deve-se privilegiar uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas.

Os estagiários devem ser portadores do seu próprio material para a realização da prova.

Deve existir um desinfetante à base de álcool à entrada do espaço onde vão decorrer as provas, para que os estagiários e os avaliadores possam proceder à desinfeção das mãos ao entrar no espaço.

Todo o material a utilizar deve ser desinfetado antes e depois de cada utilização com álcool ou detergente de base desinfetante.

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

3.8. Componentes práticas

Os estagiários e os avaliadores devem manter o distanciamento social.

Os estagiários e os avaliadores devem ser portadores do seu próprio material para a realização das provas. Quando tal não aconteça o material deve ser desinfetado entre utilizações, com as devidas precauções.

Quando aplicável, antes de iniciar e entre os exercícios práticos, os intervenientes devem proceder à desinfeção das mãos com solução à base de álcool;

Sempre que necessário deve proceder-se à limpeza e desinfeção de superfícies, conforme a Orientação n.º 014/2020 da DGS, de 21 de março.

Para além dos cuidados de limpeza e desinfeção, os espaços devem ser ventilados, de acordo com as suas características, por forma a permitir a renovação do ar interior, idealmente através de ventilação natural pela abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, este deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar;

Deve evitar-se a utilização de balneários comuns para tomar banho após as provas.

3.9. Sintomatologia ou contacto com casos de COVID-19

Os estagiários ou avaliadores com sintomatologia compatível com uma infeção por COVID 19, não podem participar na realização das provas e como tal, não devem comparecer no local da realização.

Os estagiários e os avaliadores que tenham tido contacto com casos confirmados de COVID-19, nos últimos 14 dias, não podem participar nas provas. (1)

Se no decorrer das provas for detetado um caso suspeito ou positivo de COVID 19 as provas ficam suspensas, até indicação da direção de formação da ENB. (2)

4. Procedimento para caso suspeito de COVID-19

Em caso de situação de suspeita de COVID-19, o suspeito deve aguardar no local onde se encontra e devem ser ativados os procedimentos definidos no plano de contingência da entidade onde estão a decorrer as provas.

O presidente do júri deve avisar a direção de formação da ENB, assim que possível, através do endereço eletrónico **direcao.formacao@enb.pt**.

(1) - Excetuam-se os casos onde devido à atividade desenvolvida o elemento tenha estado em contacto com um caso confirmado, mas devidamente equipado com equipamento de proteção individual, de acordo com as indicações da Direção Geral de Saúde.

(2) – Na situação de caso confirmado, a retoma das provas requer validação da autoridade de saúde.

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

Os restantes elementos que se encontram a prestar provas ou que se encontrem no local com o caso suspeito, não devem abandonar o local sem indicações.

As provas ficam suspensas até indicação da direção de formação da ENB.

O presente procedimento entra em vigor no dia 01 de junho de 2020.

Sintra, 29 de maio de 2020.

Dr. José Ferreira

(Presidente da Direção)

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190

Escola Nacional de Bombeiros

ATIVIDADE FORMATIVA EXTERNA DA ENB

(PLANO DE CONTINGÊNCIA)

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

ADENDA 01

Tendo em conta as orientações para o início do ano letivo 2020/2021 e a contínua retoma da atividade formativa profissional a nível nacional, torna-se necessário rever as medidas implementadas pela ENB.

Medidas a alterar

3.6. Número de formandos por ação de formação

O número de formandos por ação de formação fica limitado a 16 formandos.

Nas situações onde o número de formandos a formar por corpo de bombeiros seja superior ao limite de formandos, devem ser ministradas mais do que uma ação de formação.

3.7. Componente teórica

O espaço deve garantir uma maximização da distância entre formandos e formadores, por forma a garantir o distanciamento físico mínimo de 1,5 metros.

Sintra, 14 de outubro de 2020.

Dr. José Ferreira
(Presidente da Direção)

Quinta do Anjinho • Rua Doutor António Macieira • 2710- 689 Sintra
Telefone 219 239 040 • Fax 219 106 250 • e-mail: geral@enb.pt • Contribuinte nº 503 657 190