

Associação Notas e Sinfonias Atlânticas

**PLANO DE PREVENÇÃO E
CONTINGÊNCIA – COVID-19**

ÍNDICE

	Pág.
COVID-19	3
OBJETIVOS	4
RECOMENDAÇÕES E MEDIDAS DE PREVENÇÃO	4
MEDIDAS DE LIMPEZA E HIGIENE DAS INSTALAÇÕES ONDE FUNCIONA A ANSA	5
MEDIDAS A ADOTAR PELA PESSOA COM SINTOMAS DE INFEÇÃO	6
ESPAÇO DE ISOLAMENTO	6
LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO APÓS UM CASO SUSPEITO	7
MEDIDAS A ADOTAR PELA PESSOA REGRESSADA DE UMA ÁREA COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA	8
OUTRAS MEDIDAS	8
MEDIDAS DE RETOMA DA ATIVIDADE APÓS UM PERÍODO DE CONFINAMENTO	9
INFORMAÇÃO E DIVULGAÇÃO	10
RESPONSÁVEL PELO PLANO DE PREVENÇÃO E CONTINGÊNCIA DA COVID-19	11

PLANO DE PREVENÇÃO E CONTINGÊNCIA – COVID-19

O Governo Regional emitiu recomendações e orientações através de comunicados e por Despacho conjunto nº 32/2020 de 6 de março e Resolução nº 101/2020 de 13 de março, entre outros, no sentido do cumprimento de práticas de prevenção e controlo da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19), nomeadamente através da elaboração de Planos de Contingência.

O presente Plano de Prevenção e Contingência consiste num conjunto de medidas definidas com o objetivo de proteger a saúde dos instrumentistas da Orquestra Clássica da Madeira e dos trabalhadores da Associação Notas e Sinfonias Atlânticas através da prevenção e controlo da infeção da Coronavírus (COVID-19).

Os procedimentos foram definidos com base nas linhas orientadoras da Organização Mundial de Saúde (OMS), da Direção Geral da Saúde (DGS), do IASaúde e do Governo Regional.

COVID-19

A doença de coronavírus 2019 (COVID-19) é uma doença causada por síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2 (SARS-CoV-2), fazendo referência ao ano em que foi descoberta (2019), na cidade de Wuhan na China. SARS-CoV-2 é o nome do novo vírus e significa *Severe Respiratory Acute Syndrome* (Síndrome Respiratória Aguda Grave) – Coronavírus-2. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos e a fonte da infeção é ainda desconhecida.

A COVID-19, é um vírus transmissível entre os seres humanos através das gotículas libertadas quando a pessoa fala, tosse, espirra 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. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

As doenças relatadas sobre a COVID-19 variaram de muito leves a graves, incluindo algumas que resultam em morte. Quanto aos grupos de maior risco em desenvolver uma doença grave de COVID-19, são as Pessoas idosas e pessoas de todas as idades com problemas graves de saúde (como doenças cardíacas, pulmonares, diabetes, oncológicas e transplantadas, entre outras).

A maioria das pessoas infetadas apresentam sintomas de infeção respiratória aguda ligeiros a moderados:

- Febre (Temperatura >37,5°C)
- Tosse
- Dificuldade respiratória (Falta de ar)

Ainda, e embora incomum, a conjuntivite parece ser também um dos possíveis sintomas da Covid-19.

Em casos mais graves pode causar pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte. Contudo, a maioria dos casos recupera sem sequelas.

A 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde declarou estado de pandemia. Como é sabido, uma pandemia é um surto global de uma doença. As pandemias ocorrem quando um novo vírus emerge para infetar pessoas e espalha-se de uma forma sustentável. Como há pouca ou nenhuma imunidade pré-existente contra o novo vírus, ele se espalha por todo o mundo.

Apesar do conhecimento atualmente disponível em relação às características da COVID-19 nomeadamente o seu comportamento patogénico, potencial de transmissibilidade e outros fatores determinantes não estar completo, é útil considerar a implementação de medidas que minimizem o impacto na saúde da população.

Assim, e na sequência das orientações da Direção Geral da Saúde e das medidas de recomendação de contingência que têm sido apresentadas pelo IASaúde e pelo Governo Regional, e na sequência de no dia 18 de março de 2020 ter sido decretado o estado de emergência em Portugal, através do Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020, de 18 de março, prorrogado duas vezes (até 2 de maio de 2020), a Associação Notas e Sinfonias Atlânticas (ANSA), responsável pela gestão e dinamização da Orquestra Clássica da Madeira, definiu este plano de intervenção.

OBJETIVOS

O Plano de Prevenção e Contingência da COVID-19 da ANSA tem como objetivo principal dar uma resposta operacional que minimize as condições de propagação do vírus face ao risco de transmissão.

A ANSA providenciará, em permanente articulação com a Secretaria Regional de Educação, Ciência e Tecnologia, principal Associado Fundador desta associação, e o IASAÚDE, IP-RAM e o SESARAM, informação da evolução da situação, podendo, em consequência, o Plano ser revisto e atualizado sempre que se entenda necessário.

RECOMENDAÇÕES E MEDIDAS DE PREVENÇÃO

RECOMENDAÇÕES:

Como medidas de contenção da propagação da COVID-19 são recomendadas as seguintes:

- Cancelamento ou adiamento, quando possível, dos concertos de todas as tipologias da Orquestra Clássica da Madeira relativos à Temporada 2019/2020, tal como tinha sido concebida até 18 de julho. Quanto à retoma, em princípio, só poderá acontecer a partir do 90º dia útil seguinte ao fim do estado de emergência, em conformidade com a Circular do IASaúde de 13.4.2020;

Quanto aos instrumentistas e colaboradores da ANSA, aconselha-se:

- Estarem atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Verificar se alguma das pessoas com quem conviveu de perto desenvolveu sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde, mas ligar para a Linha Saúde 808 24 24 20 e seguir as orientações que lhe forem transmitidas e informar a ANSA, para os contactos: 291 624 928 / geral.ansa@gmail.com;
- Caso tenham de ficar sujeitos a um período de quarentena devem informar a sua situação a ANSA;
- Para quem tem filhos ou outros parentes que viagem para a Região, recomenda-se que estes fiquem em quarentena ou isolamento social;
- Evitar viajar para fora da Região, particularmente, para as áreas com transmissão comunitária ativa. Pelo que, recomenda-se o cancelamento/adiamento.

Caso seja necessário realizar a viagem, deverá ser preenchida a Ficha de deslocação a ser enviada pela ANSA por correio eletrónico, com o objetivo de informar e articular com o IASAÚDE, IP-RAM sobre os procedimentos a seguir.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO:

No primeiro andar das instalações onde funciona a ANSA, ao lado das casas de banho, deverá estar disponível produto de higienização antisséptico para mãos, no corredor onde funcionam os diversos serviços e em cada Sala de Ensaios.

Recomenda-se a toda a comunidade da ANSA:

- Usar máscaras;
- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a arrumação de equipamentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução antisséptica de base alcoólica;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar e deitá-los num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Promover o distanciamento social de acordo com as orientações das autoridades;
- Evitar cumprimentos com contacto físico;
- Limpar com frequência com detergente ou água e sabão todas as superfícies e equipamentos de contacto (teclado, secretária, telemóvel, volante do automóvel, ...) e depois desinfetar com água e lixívia (para 4 litros de água, juntar 5 colheres de sopa de lixívia);
- Se porventura alguém tiver algum dos sintomas, como tosse, febre ou dificuldade respiratória (no próprio ou seus conviventes), deverá reduzir os contactos sociais e não se deslocar para os serviços de saúde e telefonar para a Linha SRS 24 (808 24 24 20)

MEDIDAS DE LIMPEZA E HIGIENE DAS INSTALAÇÕES ONDE FUNCIONA A ANSA

A ANSA disponibilizará os produtos adequados à lavagem, desinfeção e a secagem das mãos.

1. Verificar as condições de ventilação das instalações promovendo o arejamento de todos os locais;
2. Limpar com detergente ou água e sabão todas as superfícies e de seguida desinfetar com água e lixívia (para 4 litros de água juntar 5 colheres de lixívia), nomeadamente:
 - Portas;
 - Maçanetas e puxadores das portas, de ambos os lados, e das janelas;
 - Instalações sanitárias (inclui os sanitários, portas, azulejos, os doseadores de sabão e os equipamentos dos toalhetes de papel);
 - Interruptores;
 - Instrumentos e acessórios sob a orientação dos instrumentistas;
 - Estantes e bandejas;
 - Braços, costas, estofos e patas das cadeiras;
 - Estojos dos instrumentos e das partituras;
 - Tampos de mesas e das secretárias;
 - Corrimão das escadas;
 - Teclados, monitores e rato dos computadores, calculadoras, fotocopiadoras, *plotter*, telefone da rede fixa;
 - Equipamentos do refeitório;
 - Viatura;
 - Os resíduos resultantes da limpeza e desinfeção corrente podem ser descartados como habitualmente.

Na realização destas tarefas deverá ser considerado:

- A limpeza/desinfecção deverá ser efetuada utilizando máscaras, luvas e batas descartáveis, inclusive na remoção do lixo;
- A limpeza das maçanetas e puxadores deverá ser realizada tanto no interior do espaço como na porta de acesso ao exterior;
- Os panos de limpeza e as esfregonas deverão ser lavados com frequência e deixá-los de molho em água a ferver com produto desinfetante (ex. por cada 5 litros de água adicionar um copo de lixívia).

MEDIDAS A ADOTAR PELA PESSOA COM SINTOMAS DE INFEÇÃO

Uma pessoa infetada pode apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse, dificuldade respiratória e, ainda, dores de garganta, dores musculares, dores articulares, dores de cabeça, náuseas, vómitos ou diarreia.

Procedimentos:

A pessoa infetada deverá:

- Encaminhar-se para a Sala de Isolamento (sala de reuniões preparada para o efeito) – designada por “Espaço de Isolamento”;
- Comunicar à secretaria (utilizar o seu próprio telemóvel);
- Colocar luvas e máscaras;
- Medir a febre e proceder ao registo;
- Contactar de imediato o número da Linha SRS 24 (808 24 24 20), e seguir as indicações que forem dadas;
- Aguardar a chegada dos meios externos de Emergência Médica dentro da Sala com a porta fechada, evitando contacto com colegas ou com os colaboradores da ANSA;
- Interditar o acesso a esta sala a qualquer outra pessoa.

ESPAÇO DE ISOLAMENTO

O espaço de Isolamento está localizado na sala de reuniões, com casa de banho privativa, zona devidamente limpa e desinfetada e adaptada para o efeito.

Este espaço possui as seguintes características e equipamentos:

Sala:

- Ventilação natural;
- Cadeira e um espaço para repouso;
- Existência de EPI (Equipamento de Proteção Individual):
- Um Kit com 5 máscaras cirúrgicas, 5 pares luvas descartáveis e 4 antipiréticos;
- Lenços de papel;
- Solução antisséptica de base alcoólica;
- Água engarrafada de um litro e meio (2);
- Bolachas Maria em saquetas individuais (3 saquetas);
- Contentor do lixo com pedal, com saco plástico para deitar os lenços de papel.

Casa de banho privativa:

- Sabão;
- Toalhetes de papel para as mãos;
- Solução antisséptica de base alcoólica;
- Papel higiénico.

Uma vez na Sala de Isolamento, o doente deverá seguir as instruções que estão disponíveis em cima da mesa:

- Verificar a temperatura (existe uma folha e esferográfica disponíveis em cima da mesa da sala);
- Usar as luvas e a máscara, verificando se a mesma se encontra bem ajustada (ajustar a máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face). Sempre que a máscara estiver húmida deverá ser substituída por outra;
- Sempre que substituir as luvas, máscaras e outros materiais que possam estar contaminados (lenços de papel descartáveis, toalhetes) deve depositá-las no contentor de lixo com pedal existente no interior da sala. O contentor estará devidamente forrado com saco plástico e identificado;
- Contactar, através do seu telemóvel, para a Linha Saúde SRS 24 (808 24 24 20) dando conta do seu estado de saúde. O profissional de saúde do SRS 24 questionará o doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19;
- O contacto entre a pessoa em isolamento e o responsável pelo Plano de Contingência (Presidente da Direção da ANSA) deverá ser efetuado também por via telefónica, para comunicar qual a orientação que lhe foi dada.

Nestas instruções constará o contacto da responsável pelo Plano de Prevenção e Contingência, com a qual deverá entrar em contacto.

O doente, enquanto aguarda a chegada dos meios externos de emergência médica e de acordo com as orientações do SRS 24, deverá permanecer dentro da sala, evitando qualquer contacto com colegas ou os colaboradores da ANSA, mantendo a porta fechada, e evitando as deslocações dentro das instalações do edifício.

O acesso a esta sala por qualquer outra pessoa ficará interdito.

LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DO ESPAÇO DE ISOLAMENTO APÓS UM CASO SUSPEITO

Após 24 horas:

- Abrir as janelas, fechando a porta, para promover a ventilação natural;
- Limpar e desinfetar a Sala de Isolamento e a casa de banho;
- Limpar e desinfetar todo o mobiliário e equipamento e restantes superfícies;
- Limpar as portas e janelas, e as maçanetas e puxadores;
- Proceder à lavagem e desinfeção do chão e do sanitário (e respetivos equipamentos sanitários);
- Retirar as coberturas da zona de repouso para serem lavadas a alta temperatura;
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- A limpeza e desinfeção deve ser efetuada utilizando luvas e máscara de proteção e bata descartável.
- Os panos de limpeza deverão ser descartados após a utilização.

MEDIDAS A ADOTAR PELA PESSOA REGRESSADA DE UMA ÁREA COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA

- Comunicar a ANSA do seu regresso;
- Permanecer de quarentena, mesmo que não apresente sintomas;
- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar antes para o SRS 24 (808 24 24 20) e seguir as suas orientações;
- Promover o distanciamento social de acordo com as orientações das autoridades;
- Evitar cumprimentos com contacto físico.

OUTRAS MEDIDAS

A partir do momento em que ocorram casos notificados com COVID-19, será necessário equacionar as seguintes medidas:

- O responsável pelo Plano dará orientações específicas para aqueles que se encontrem a desempenhar funções com maior risco de contágio;
- Poderão ser dadas indicações no sentido de nos postos de trabalho em que isso seja possível, as funções e tarefas associadas sejam executadas através de teletrabalho;
- Dependendo da evolução da situação, poderão ser dadas indicações para a suspensão das atividades como forma de diminuir os riscos de contágio;
- No limite, e de acordo com as indicações dos serviços competentes, poderão ser dadas indicações para o encerramento da ANSA por um período a determinar.

MEDIDAS DE RETOMA DA ATIVIDADE APÓS UM PERÍODO DE CONFINAMENTO

Após o encerramento das instalações utilizadas pela ANSA a sua reabertura não poderá ser de uma forma indiscriminada, terá de haver medidas de segurança excepcionais de proteção das pessoas e de restrição de utilização.

É necessário ter presente que o dever de proteção não é apenas da responsabilidade das Autoridades, mas também de cada um de nós como cidadão.

Assim, as medidas de retoma assentam em três eixos:

- Medidas de proteção/higienização/desinfecção;
- Gestão do espaço;
- Distanciamento Social de segurança de acordo com as orientações das autoridades.

1ª SEMANA – HIGIENIZAÇÃO/DESINFECÇÃO

- Higienização e desinfecção profunda de todos os espaços, equipamentos e instrumentos.
- Limpeza e desinfecção ao “Espaço de Isolamento” que só poderá ser utilizado exclusivamente por alguém que apresente sintomas da Covid-19.
- Cada Sala de Ensaio, à chegada ao andar da ANSA (próximo às casas de banho) e no corredor principal deverá ter uma solução antisséptica de base alcoólica para as mãos.
- Manutenção e substituição dos filtros do ar condicionado.
- Desinfecção da viatura.

2ª SEMANA - RETOMA GRADUAL DAS ATIVIDADES

Serviços da ANSA

- **Gabinete de Apoio Administrativo:** 1 elemento por cada turno (manhã/tarde) e o outro turno via online.
- **Gabinete de Design:** por turnos – alternando presencial/online.
- **Requisição de Partituras:** o pedido deverá ser por via e-mail (geral.ansa@gmail.com) com antecedência de 3 dias por forma a programar a vinda do Sr. Aires.
- **Assistentes Operacionais:** cada dia estará presente 1 dos elementos para assegurar a limpeza/desinfecção. **O Horário será revisto semanalmente/quinzenalmente pela Presidente da Direção, em consonância com as orientações e as medidas das Autoridades regionais, com vista ao restabelecimento gradual do horário normal de trabalho.**

Utilização dos espaços

- Para frequentar o espaço, o instrumentista/colaborador deverá enviar um mail de como tomou conhecimento do Plano de Prevenção e Contingência COVID-19 ou preencher uma Declaração nos serviços da ANSA no seu primeiro dia de retoma da sua atividade.
- A utilização das Salas obriga à marcação prévia por telefone (291 624 928) ou por correio eletrónico (geral.ansa@gmail.com) - a atribuição da sala será de acordo com a hora do pedido.
- Até final da Temporada 2019/2020 a Orquestra não poderá ensaiar com todos os elementos, apenas por naipes.
- Só serão permitidos estudos/ensaios individual ou grupos (de acordo com a capacidade de cada Sala).
- Capacidade máxima e horários provisórios das Salas:

Auditório: 12 pessoas (menos de 1/3 do número de instrumentistas da Orquestra)

- ✓ Horários: 9h20/10h50; 11h30/13h ; 14h45/16h15

Sala 1: 4 pessoas

- ✓ Horários: 9h10/10h40; 11h15/12h45 ; 14h15/15h45

Sala 2: 2 pessoas

- ✓ Horários: 9h/10h30; 11h/12h30 ; 14h/15h30

Duração máxima de utilização das Salas: 1h30m.

Os horários podem ser reajustados em conformidade com as necessidades e a evolução da situação pandémica e cuja decisão será da competência da Presidente da Direção.

- Após cada utilização das salas estas terão de ficar vazias para que durante o intervalo os Assistentes Operacionais procedam ao arejamento e desinfeção do espaço.
- A entrada no edifício onde funciona a ANSA só poderá acontecer 5 minutos antes da hora agendada para a utilização da sala por forma a evitar o cruzamento/circulação de muitas pessoas dentro do espaço.

Atenção: Deverá ser mantido o distanciamento social de segurança de acordo com as orientações das autoridades.

Procedimento à entrada

- Utilização de máscara a partir do momento que acede ao edifício onde está a funcionar a ANSA. Os instrumentistas de sopros terão de também utilizar máscaras em todos os espaços comuns da ANSA e só poderão tirá-la na Sala para estudo/ensaios.
- Lavagem das mãos (de preferência – com água e sabão) ou desinfeção com solução antisséptica de base alcoólica.
- Proceder ao registo à chegada na folha de presenças disponível no balcão da secretaria.
- À chegada será efetuada (por um dos elementos indicados no último ponto deste Plano) a medição da temperatura com o termómetro infravermelho.

Nota sobre a utilização de máscaras:

É recomendado a utilização de máscaras por qualquer pessoa em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas (supermercados, farmácias, lojas ou estabelecimentos comerciais, transportes públicos, locais de trabalho, etc).

O uso de máscaras na comunidade constitui uma medida adicional de proteção, pelo que não dispensa a adesão às regras de distanciamento social, de etiqueta respiratória, de higiene das mãos e a utilização de barreiras físicas, tendo que ser garantida a sua utilização adequada.

Procedimento à saída

- Proceder ao registo da saída na folha de presenças disponível no balcão da secretaria.
- Será novamente efetuada (por um dos elementos indicados no último ponto deste Plano) a medição da temperatura.

INFORMAÇÃO E DIVULGAÇÃO

Afixação de Cartazes informativos em locais bem visíveis:

- Entrada do edifício;
- Corredor de acesso às salas de ensaios;
- Instalações sanitárias;
- Divulgação via correio eletrónico do Plano de Prevenção e Contingência;
- Esclarecimento de dúvidas deverão ser reportadas para o endereço eletrónico: geral.ansa@gmail.com.

RESPONSÁVEL PELO PLANO DE PREVENÇÃO E CONTINGÊNCIA DA COVID-19

A Presidente da Direção será a responsável pelo Plano de Prevenção e Contingência da ANSA perante as entidades competentes, com a responsabilidade pela manutenção dos procedimentos definidos neste Plano, bem como, pelo acompanhamento das recomendações do Governo Regional e do IASAÚDE, IP-RAM e demais instruções aplicáveis ao Sector Privado e à Administração Pública em geral.

A sua ação será coadjuvada pela Assistente de Direção, pelo Assistente Administrativo e pelo Técnico de Design.

Responsabilidades da responsável pelo Plano:

- Assegurar que seja prestada a assistência adequada a qualquer caso suspeito que ocorra dentro das instalações;
- Assegurar o cumprimento das medidas identificadas no Plano de Prevenção e Contingência;
- Colaborar com a Autoridade de Saúde Regional na identificação dos contactos próximos do doente;
- Manter atualizado o Plano de Prevenção e Contingência sempre que existam novas orientações internas ou externas;
- Assegurar que o contacto entre a pessoa em isolamento seja efetuado por via telefónica, para assegurar que seja prestada a assistência adequada até à saída da área de “isolamento”;
- Caso seja necessário acompanhar ou prestar assistência à pessoa doente deve ser assegurada sempre a utilização de máscara e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o doente.

A ANSA apela aos instrumentistas da Orquestra Clássica da Madeira e aos seus colaboradores, para que continuem a observar as medidas básicas que integram o presente Plano de Prevenção e Contingência COVID-19 e das autoridades de saúde nacionais e regionais e da Organização Mundial de Saúde, para a contenção da propagação da COVID19.

Este Plano foi aprovado pela maioria dos membros da Direção da ANSA, duas abstenções e três votos a favor, conforme refere a Deliberação N° 06/2020 de 4 de maio de 2020.