



UFCD – 10746 –  
SEGURANÇA E SAÚDE NO  
TRABALHO – SITUAÇÕES  
EPIDÉMICAS/PANDÉMICAS

ISLA LEIRIA 2021  
Dr. Marcelo Miranda

1

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**OBJETIVOS**

- Identificar o papel e funções do responsável na empresa/organização pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em situações de epidemias/pandemias no local de trabalho.
- Reconhecer a importância das diretrizes internacionais, nacionais e regionais no quadro da prevenção e mitigação de epidemias/pandemias no local de trabalho e a necessidade do seu cumprimento legal.
- Apoiar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na implementação do Plano de Contingência da organização/empresa, em articulação com as entidades e estruturas envolvidas e de acordo com o respetivo protocolo interno, assegurando a sua atualização e implementação.
- Apoiar na gestão das medidas de prevenção e proteção dos trabalhadores, clientes e/ou fornecedores, garantindo o seu cumprimento em todas as fases de implementação do Plano de Contingência, designadamente na reabertura das atividades económicas.



2

---

---

---

---

---

---

---

---


**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

UFCD 25 HORAS DE FORMAÇÃO

PLATAFORMA DIGITAL DE APRENDIZAGEM E-LEARNING

METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO VIA TESTE FINAL DIGITAL (GOOGLE FORMS), PRESENÇA E PARTICIPAÇÃO AO LONGO DA UFCD.

OBRIGADO A TODOS.



3

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS**

- 1. Papel do responsável pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em cenários de exceção
- 2. Plano de Contingência
- 3. Revisão do Plano de Contingência, adaptação das medidas e verificação das ações de melhoria
- 4. Manual de Reabertura das atividades económicas



4

---

---

---

---

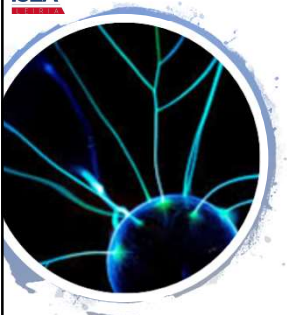
---

---

---


---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas



**CONCEITOS BÁSICOS**

- ▣ Com base nos objetivos definidos indique:
  - O que é para si a segurança?
  - Quais os fatores que influenciam a segurança no trabalho?
  - Em que medida a segurança contribui para a otimização/satisfação no local de trabalho?
  - Quais as consequências de falta de segurança no local de trabalho?



5

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas


**CONCEITOS BÁSICOS**


- ▣ Com base nos objetivos definidos indique:
  - O que é para si saúde?
  - Saúde é "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças."
  - Quais os fatores que influenciam a saúde no trabalho?
  - Fatores sociais, físicos, psíquicos...



Com base nos objetivos definidos indique:

- Em que medida a saúde contribui para uma melhor laboração no local de trabalho?
- Quais as consequências de uma incorreta higiene pessoal, social e laboral no local de trabalho?





6

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

• CONCEITOS BÁSICOS

■ **SAÚDE NO TRABALHO** Abordagem que integra, além da vigilância médica, o controlo dos elementos físicos e mentais que possam afetar a saúde dos trabalhadores, representando uma considerável evolução face às metodologias tradicionais da medicina do trabalho.

• ■ **SEGURANÇA NO TRABALHO** (ou também denominado segurança ocupacional) é uma ciência que tem o objetivo de promover a proteção do trabalhador em seu local de trabalho, visando a redução de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais.





7

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

**1. PAPEL DO RESPONSÁVEL PELO APOIO AOS SERVIÇOS DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO NA GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS EM CENÁRIOS DE EXCEÇÃO.**

**1.1 DEVERES E DIREITOS DOS EMPREGADORES E TRABALHADORES E DIÁLOGO SOCIAL NA PREVENÇÃO DA PANDEMIA/EPIDEMIA**


Convenção sobre a Segurança e a Saúde dos Trabalhadores (N.º155), 1981 e respetiva Recomendação (N.º164): direitos, funções e responsabilidades Uma série de disposições na Convenção (N.º155) e na sua Recomendação apresentam medidas de prevenção e proteção da segurança e da saúde para mitigar os efeitos negativos das pandemias, como a COVID-19 no mundo do trabalho. Seguem-se algumas dessas disposições:

Os empregadores deverão ser obrigados a assegurar, na medida do possível, que os locais de trabalho, máquinas, equipamentos e processos sob o seu controlo sejam seguros e não apresentem riscos para a saúde, bem como tomar as medidas de proteção adequadas para as substâncias e agentes químicos, físicos e biológicos presentes de forma a não constituírem perigo para a saúde.

Os empregadores têm a obrigação de fornecer, sempre que necessário, vestuário e equipamentos de proteção adequados para prevenir, na medida em que seja razoavelmente praticável, o risco de acidentes ou de efeitos adversos para a saúde (C.155, art.16.º). Esse vestuário e equipamentos de proteção devem ser fornecidos, sem qualquer custo para o trabalhador (R.164, Ponto 10(e)).

Os empregadores têm a obrigação de implementar, sempre que necessário, medidas para fazer face a situações de emergência e acidentes, incluindo dispositivos adequados de primeiros socorros (C.155, art.18.º).

Os empregadores devem igualmente assegurar que os trabalhadores e os seus representantes sejam consultados, informados e tenham acesso a formação em SST relacionados com o seu trabalho (C.155, art.19.º).



8

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**


**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

**1.1 DEVERES E DIREITOS DOS EMPREGADORES E TRABALHADORES E DIÁLOGO SOCIAL NA PREVENÇÃO DA PANDEMIA/EPIDEMIA**

Os trabalhadores e os seus representantes têm o direito de receber informações e formação adequadas sobre SST. Devem também estar habilitados para investigar - e a ser consultados pelo empregador - sobre todos os aspetos da SST associados ao seu trabalho.

Os trabalhadores têm também o direito de se retirarem de uma situação de trabalho desde que tenham uma justificação razoável e caso represente um perigo grave e iminente para a sua vida ou saúde, sem consequências (C.155, art.13.º). Nesses casos, os trabalhadores devem comunicar estas situações ao seu superior hierárquico e enquanto a entidade empregadora não adotar medidas corretivas, o empregador não pode exigir que os trabalhadores regressem ao trabalho desde que continue a existir perigo grave e iminente para a vida ou para a saúde (C.155, art.19.º, n.º19.º).

Os trabalhadores e os seus representantes devem cooperar com o empregador no domínio da SST (C.155, art.19.º). Deverão ser tomados cuidados com a sua própria segurança e a de outras pessoas que possam ser afetadas pelos seus atos ou omissões no trabalho: cumprir as instruções dadas para a sua própria segurança e saúde e as de outras pessoas; usar dispositivos de segurança e equipamento de proteção corretamente e não os danificar; e informar imediatamente o seu superior hierárquico de qualquer situação, sempre que existam razões para crer, que a mesma representa um perigo e que não possa ser corrigida; reportar qualquer acidente ou dano de saúde originado no decurso ou no âmbito do trabalho (R.164, Para.16).



9

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**  
UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**1.1 DEVERES E DIREITOS DOS EMPREGADORES E TRABALHADORES E DIÁLOGO SOCIAL NA PREVENÇÃO DA PANDEMIA/EPIDEMIA**


- As empresas devem desenvolver, em tempos de pandemia, novas **Matrizes de Identificação de Perigos e Avaliação de Riscos**;

**Matrizes de Identificação de Perigos:**

- Existência de colaboradores mais vulneráveis;
- Aglomeração de pessoas em espaços comuns internos ou externos à empresa;
- Utilização de espaços comuns, como estaleiros, cantinas, balneários, WC;
- Contacto com objetos, superfícies ou materiais eventualmente contaminadas;

**Avaliação de Riscos:**

- Riscos normais decorrentes de cada atividade em questão e novos riscos biológicos:
- Contágio pessoa-pessoa;
- Contágio objeto-pessoa;
- Contágio entre pessoas mais vulneráveis.



10

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA**  
UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**1.2 FUNÇÕES E COMPETÊNCIAS – PLANEAMENTO, ORGANIZAÇÃO, EXECUÇÃO E EQUIPAS:**

- Definição de comité de emergência** – reunião dos responsáveis das várias áreas em prol de decisões estratégicas da empresa em tempos de pandemia;
- Desenvolvimento de vários planos, cronologicamente definidos que incluem:**
  - Inventariação de todos os materiais que carecem de aquisição para dar resposta às medidas de proteção de todos os colaboradores (máscaras, desinfetantes de mãos, desinfetantes de superfícies, luvas, fatos tyvek para zonas específicas de trabalho);
  - Identificação e sinalização das áreas de isolamento;
  - Sinalização dos circuitos de circulação dentro da empresa;
  - Desfasamento de horários (início, pausas e saída);
  - Laboração em espelho (50% em escritório e 50% em teletrabalho);
  - Separação de postos de trabalho através das regras de distanciamento;
  - Localização de dispensadores de desinfetantes;
  - Alertas visuais e escritos em todos os painéis informativos (entrada da empresa, WC, copa, ...)
  - Limitação do número de pessoas em espaços comuns;
  - Divulgação das regras de teletrabalho;
  - Alteração da apólice de seguro para trabalho, efetuado controlo em ficheiro próprio;



11

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**  
UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**1.3 COOPERAÇÃO INTERNA E EXTERNA - DIFERENTES ATORES E EQUIPAS:**

- Cooperação Interna:**
  - Comité de emergência, que engloba várias áreas da empresa e tem como objetivo definir regras, boas práticas e prazos durante a pandemia;
- Cooperação Externa:**
  - Aceitação e ajuste das medidas implementadas por entidades externas, reguladoras ou estatais durante os tempos de pandemia





12

---

---

---

---

---

---

---


---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

1. PAPEL DO RESPONSÁVEL PELO APOIO AOS SERVIÇOS DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO NA GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS EM CENÁRIOS DE EXCEÇÃO.

1.4 MEDIDAS DE INTERVENÇÃO E PREVENÇÃO PARA TRABALHADORES E CLIENTES E/OU FORNECEDORES – PLANO DE CONTINGÊNCIA DA EMPRESA/ORGANIZAÇÃO:

- No dia 18 de março de 2020 foi decretado o estado de emergência em Portugal, através do Decreto do Presidente da República n.º14-A/2020, de 18 de março e regulamentado pelo Decreto n.º2-A/2020, de 20 de março.
- A 30 de Abril foi declarada situação de calamidade, no âmbito da pandemia da doença COVID-19 através da resolução do Conselho de Ministros n.º 33-A/2020 e estabelecida uma estratégia de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID 19 pela Resolução do Conselho de Ministros n.º33-C/2020.
- Antecipando a situação de desconfinamento progressivo as empresas foram desenvolvendo ou deviam ter desenvolvido um Guia de Boas Práticas e Medidas para a Retoma complementar ao Plano de Contingência COVID-19, com um conjunto de boas práticas e medidas para a prevenção e mitigação do risco de contaminação por coronavírus nos escritórios, centros operacionais e diversas atividades das empresas em Portugal.
- Todas estas boas práticas, medidas e regras aplicam-se também a visitas, subcontratados e fornecedores, sendo fundamental que os próprios colaboradores as divulguem junto dos seus contactos e, sempre que necessário, reforcem o cumprimento destes procedimentos.



13

---

---

---

---

---

---

---


---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

O plano elaborado pelas empresas deverá ter os seguintes objetivos:

- Proteção dos colaboradores**
  - Informando acerca dos comportamentos de prevenção e proteção a adotar
  - Colocando à disposição os meios de proteção adaptados ao exercício da função de cada colaborador
- Continuidade do negócio**
  - Mantendo as atividades necessárias essenciais (internas e externas)
  - Elaborando os planos de continuidade para cada organização em estrita colaboração com os clientes.

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação constante na Orientação da Direção Geral de Saúde n.º04/2020, de 23 de março, relativa à Fase de Mitigação (Abordagem do Doente com Suspeita ou Infecção por SARS-CoV-2).



14

---

---

---

---

---

---

---


---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

1.4 MEDIDAS DE INTERVENÇÃO E PREVENÇÃO PARA TRABALHADORES E CLIENTES E/OU FORNECEDORES – PLANO DE CONTINGÊNCIA DA EMPRESA/ORGANIZAÇÃO:

- A empresa deverá ter um conjunto de planos de ação para os níveis de alerta indicados.
- Este plano de ação poderá e deverá ser atualizado à medida que as recomendações das autoridades ou da empresa assim o exija.
- Poderão ainda ser criados planos específicos por atividade/Direção/Empresa.
- A responsabilidade do acompanhamento destes planos serão do Coordenador de Crise da Respetiva Comissão.

Níveis de Alerta	Critérios de Ativação
1 Prevenção	Decretados pela Direção Geral de Saúde e/ou Empresa (o mais restritivo)
2 Pré-Pandémico	
3 Pandémico	
4 Recuperação	



15

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

1.5 COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO (DIVERSOS CANAIS) – PARTICIPAÇÃO DOS TRABALHADORES E SEUS REPRESENTANTES

- Desenvolvimento de vários formatos ou canais de consulta e participação interna;
- Consulta interna** – sem opção de resposta por parte dos envolvidos (nota ou regras internas)
- Participação interna** – com opção de resposta por parte dos envolvidos podendo ou não haver revisões aos documentos divulgados (e-mail comunicativos, questionário online, ...)



16

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

1.6 AUDITORIAS PERIÓDICAS ÀS ATIVIDADES ECONÓMICAS, INCLUINDO A COMPONENTE COMPORTAMENTAL (MANUTENÇÃO DO COMPORTAMENTO SEGURO DOS TRABALHADORES)

- Auditorias periódicas:
- Certificação;
- Fiscalização;
- Monitorização (Melhoria Contínua)
- Formação em terreno;
- Sensibilizações em terreno;
- Divulgação de novas regras, práticas ou instruções ou procedimentos de trabalho;



17

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

1.7 RECOLHA DE DADOS, REPORTE E MELHORIA CONTÍNUA

RECOLHA DE DADOS E REPORTE:

- Criar um canal de comunicação entre os trabalhadores e os responsáveis de HSST com oportunidade de reportar:
- Condições perigosas;
- Atos inseguros;
- Quase acidentes;



MELHORIA CONTÍNUA:

- Registo e monitorização de todas as comunicações de condições perigosas, atos inseguros e quase acidentes;
- Acompanhamento das resoluções e implementação das ações definidas nos vários locais identificados.



18

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**2. PLANO DE CONTINGÊNCIA**

- 2.1 LEGISLAÇÃO E DIRETRIZES INTERNACIONAIS, NACIONAIS E REGIONAIS
- Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo coronavírus (COVID-19):
- Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro - Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho;
- [https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Plano-deConting%C3%Aancia-Novo-Coronavirus\\_Covid-19.pdf](https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Plano-deConting%C3%Aancia-Novo-Coronavirus_Covid-19.pdf) - Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo coronavírus (COVID-19);

O Plano Nacional de Preparação e Resposta para a doença por novo coronavírus (COVID-19) é uma ferramenta estratégica de preparação e resposta a uma potencial epidemia pelo vírus SARS-CoV-2. Este Plano tem como referencial as orientações da Organização Mundial da Saúde e do Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças, sendo o documento de referência nacional no que respeita ao planeamento da resposta a COVID-19.

As medidas enunciadas no Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) carecem do acompanhamento, para sua aplicação, de Orientações Técnicas específicas, a serem progressivamente atualizadas, de acordo com a evolução epidemiológica de COVID-19, e sempre que necessário.

19

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**2. PLANO DE CONTINGÊNCIA**

- 2.1 LEGISLAÇÃO E DIRETRIZES INTERNACIONAIS, NACIONAIS E REGIONAIS
- Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo coronavírus (COVID-19):

**FINALIDADE:** Preparar a resposta e minimizar o impacto de uma epidemia de COVID-19 em Portugal;

**OBJETIVO:**

- Minimizar doença grave e mortes por COVID-19 em Portugal;
- Minimizar impactos sociais e económicos adjacentes a esta ameaça em Saúde Pública;

**OBJETIVOS SECUNDÁRIOS:**

- Reduzir a disseminação da infeção, através da promoção de medidas de saúde pública, individuais ou comunitárias;
- Minimizar o risco de transmissão nosocomial de COVID-19;
- Providenciar tratamento e apoio a elevados números de pessoas, enquanto se mantêm cuidados de saúde essenciais;
- Apoiar a continuidade de cuidados de saúde e outros serviços essenciais;
- Manter a confiança e segurança da população, através de implementação de medidas baseadas na melhor evidência.

20

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

No âmbito da Doença pelo novo Coronavírus 2019 (COVID-19), o documento seguinte descreve as orientações estratégicas necessárias ao setor da Saúde face a esta ameaça em Saúde Pública. Para este efeito, foram desenhados níveis de alerta e de resposta para Portugal, integrando evidência técnica e científica, nacional e internacional. A fase de resposta inclui três níveis e seis subníveis, de acordo com a avaliação de risco para COVID 19 e o seu impacto para Portugal.

**Caracterização Fase de Resposta 1:**  
Existência de transmissão sustentada de coronavírus capaz de causar graves problemas de saúde em humanos, em locais fora de Portugal, com propagação internacional.

**Caracterização Fase de Resposta 2:**  
Presença de cadeias de transmissão na Europa Presença de casos importados em Portugal, sem cadeias secundárias Risco moderado de propagação local da doença em Portugal.

**Caracterização Fase de Resposta 3:**  
As cadeias de transmissão do COVID-19 já se encontram estabelecidas em Portugal, tratando-se de uma situação de epidemia/pandemia ativa. Neste contexto, as medidas de contenção da doença são insuficientes e a resposta é focada na mitigação dos efeitos do COVID-19 e na diminuição da sua propagação, de forma minimizar a morbimortalidade e/ou até ao surgimento de uma vacina ou novo tratamento eficaz.

21

---

---

---

---

---

---

---




---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.1 LEGISLAÇÃO E DIRETRIZES INTERNACIONAIS, NACIONAIS E REGIONAIS

Níveis de alerta e resposta

Fase de preparação		
Fases de resposta	1 - Contenção	1.1 Não existe epidemia ou epidemia concentrada fora de Portugal
		1.2 Epicentro identificado fora de Portugal, com transmissão internacional
	2 - Contenção alargada	2.1 Casos importados na Europa
		2.2 Cadeias secundárias de transmissão na Europa
	3 - Mitigação	3.1 Casos importados em Portugal, sem cadeias secundárias
		3.2 Transmissão local em ambiente fechado
Fase de recuperação		3.3 Transmissão comunitária
		Atividade da doença decresce em Portugal e no Mundo

22

---

---

---

---

---

---

---

---




**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.1 LEGISLAÇÃO E DIRETRIZES INTERNACIONAIS, NACIONAIS E REGIONAIS

Em Portugal, a liderança e coordenação das ações de preparação e resposta perante uma epidemia de COVID-19 são:

- Direção-Geral da Saúde com a colaboração das Administrações Regionais de Saúde (ARS) e as Regiões Autónomas (RA);
- Cadeia de Comando e Controlo (CCC) - responsável pela liderança e coordenação;
- Nas Regiões Autónomas, o modelo de governação é adaptado às especificidades regionais.
- A Diretora-Geral da Saúde, enquanto Autoridade de Saúde Nacional, além de acompanhar a situação epidemiológica nacional a cada momento, é responsável por declarar os níveis de alerta, aconselhada pelos órgãos consultores da Direção-Geral da Saúde.

Nível	Linha Institucional	Linha de Autoridade de Saúde
Nacional	Ministério da Saúde Direção-Geral da Saúde	Autoridade de Saúde Nacional
Regional	Administração Regional de Saúde	Autoridade de Saúde Regional
Local	Unidades Locais de Saúde Agrupamentos de Centros de saúde Hospitais	Autoridade de Saúde Local

23

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas




2.2 ARTICULAÇÃO COM DIFERENTES ESTRUTURAS – DO SISTEMA DA SAÚDE, DO TRABALHO E DA ECONOMIA E AUTORIDADES COMPETENTES

**Dispositivo de Saúde Pública**

- O país dispõe de um dispositivo de Saúde Pública para situações de risco para a Saúde Pública, em que sob coordenação da DGS estão implicadas as instituições integrantes do Ministério da Saúde, incluindo INSA, INEM, INFARMED, ACS, IPST, SPMS e ARS e Rede de Autoridades de Saúde.
- Em acréscimo, as Entidades de outras áreas setoriais - Educação, Administração Interna, Justiça, Social, Trabalho, Economia, Turismo, entre outras - são também implicadas neste dispositivo, pela necessária abordagem em todos os setores da sociedade.

**Taskforce COVID-19**

- Especificamente para esta epidemia, a Diretora-Geral da Saúde, Autoridade de Saúde Nacional, criou uma Taskforce para o efeito, onde estão contemplados diferentes especialistas e peritos na área da Saúde.
- Podem ser chamados a colaborar com a Taskforce outros especialistas, a título individual ou como representantes de instituições. Os trabalhos a desenvolver pela Taskforce para COVID-19 realizam-se com base nos níveis de alerta e recomendações emanados pela Organização Mundial da Saúde (WHO) e Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças (ECDC).

24

---

---

---

---

---

---


---

---



**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

- 2.2 ARTICULAÇÃO COM DIFERENTES ESTRUTURAS – DO SISTEMA DA SAÚDE, DO TRABALHO E DA ECONOMIA E AUTORIDADES COMPETENTES
- Conselho Nacional de Saúde Pública**
- O **CNSP**, designado pelo membro do Governo responsável pela área da saúde que preside, com competência de delegação no Director-Geral da Saúde, é composto por um máximo de 20 membros, designados em representação dos sectores público, privado e social, incluindo as áreas académica e científica.
- Este Conselho tem funções consultivas do Governo no âmbito da prevenção e do controlo das doenças transmissíveis e outros riscos para a saúde pública e, em especial, para análise e avaliação das situações graves, nomeadamente epidemias e pandemias, competindo-lhe fundamentar proposta de declaração do estado de emergência, por calamidade pública.
- O **CNSP** compreende duas comissões especializadas:
  - Comissão Coordenadora da Vigilância Epidemiológica:** funciona como uma comissão especializada, com base nas consultas recíprocas e nas informações fornecidas pelas entidades que integram o sistema de vigilância em saúde pública.
  - Comissão Coordenadora de Emergência:** intervém em situações de emergência de saúde pública, por determinação do presidente do CNSP, quando se verifique uma ocorrência ou ameaça iminente de fenómenos relativos a doenças transmissíveis e outros riscos em saúde, cujas características possam vir a causar graves consequências para a saúde pública.



25

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

- 2.2 ARTICULAÇÃO COM DIFERENTES ESTRUTURAS - DO SISTEMA DA SAÚDE, DO TRABALHO E DA ECONOMIA E AUTORIDADES COMPETENTES
- Conselho Nacional de Saúde Pública**
- Comissão Coordenadora da Vigilância Epidemiológica:**

**Vigilância Epidemiológica:**

**Abordagem estratégica:**

Definição de caso [Todas as fases]

Recolha de informação clínica, epidemiológica e laboratorial [Todas as fases]

Partilha de informação clínica, epidemiológica e laboratorial [Todas as fases]

Rastreio de contactos [Fases 2 e 3.1]

Procura ativa de casos [Fases 2 e 3.1]

Investigação epidemiológica de casos e surtos de COVID-19

Definição dos indicadores de monitorização [Fase 3 e fase de recuperação]

Colheita, análise e disseminação de informação [Fases 2 e 3]


Vigilância de síndrome gripal e de infeções respiratórias agudas graves [Fase 3 e fase de recuperação]

Manutenção da vigilância laboratorial [Fase 3 e fase de recuperação]

Epidemic intelligence (EI) [Todas as fases]

Análise da informação epidemiológica [Todas as fases]

Notificação de casos confirmados COVID-19 e partilha de estirpes de SARS-CoV-2, acordo com compromissos internacionais assumidos [Todas as fases]



26

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

- 2.2 ARTICULAÇÃO COM DIFERENTES ESTRUTURAS – DO SISTEMA DA SAÚDE, DO TRABALHO E DA ECONOMIA E AUTORIDADES COMPETENTES
- Conselho Nacional de Saúde Pública**
- Comissão Coordenadora da Vigilância Epidemiológica:**

**Capacidade Laboratorial:**

**Abordagem estratégica:**

Preparação do laboratório nacional de referência para o diagnóstico do SARS-CoV-2 [Fases de preparação e resposta 1]

Avaliação do Risco e medidas de biossegurança laboratoriais para o diagnóstico do SARS-CoV-2 [Todas as fases]

Vigilância e notificação laboratorial [Todas as fases]

Articulação com redes internacionais [Todas as fases]

Implementação do diagnóstico laboratorial em hospitais do Serviço Nacional de Saúde [Fases de resposta 2 e 3]


Ensaio inter-laboratoriais na Rede Portuguesa de Laboratórios para o Diagnóstico da Infeção pelo Vírus da Gripe [Fases 2 e 3]

Caraterização dos vírus detetados (características antigénicas, genética e de suscetibilidade aos antivirais) [Fases 2.2. e 3]

Avaliação do desempenho dos procedimentos para o diagnóstico laboratorial instalado nos laboratórios [Fases 2 e 3]

Diagnóstico do SARS-CoV-2 nos casos de síndrome gripal e pneumonia notificados pelas Rede Sentinela [Fases 2 e 3]

Diagnóstico serológico | Avaliação da imunidade adquirida para o SARS-CoV-2



27

---

---

---

---

---

---

---

---


**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.3 COMUNICAÇÃO INTERNA, DIÁLOGO SOCIAL E PARTICIPAÇÃO NA TOMADA DE DECISÕES

**A informação é essencial:** se as pessoas não forem claramente informadas sobre o modo de transmissão e as formas de evitar a propagação das doenças, e sensibilizadas sobre os riscos e as medidas a adotar, não podem proteger-se eficazmente a si mesmas e aos outros (OMS, 2018).

Será necessário assegurar por parte dos governos, que sejam fornecidas informações adequadas aos diferentes públicos alvo, nomeadamente:

- **O público em geral:** informação sobre os sintomas; formas de prevenir a infeção e reduzir a transmissão da doença; as razões e o tempo das medidas de quarentena e isolamento, se necessário; atualizações sobre o estado do surto; os apoios financeiros possíveis e de proteção do emprego, etc.
- **Aqueles/as que detêm posições de responsabilidade:** orientações para aconselhar sobre a gestão clínica, o controlo de infeções, a política de saúde pública, a legislação e o controlo da sua aplicação, medidas de SST e de proteção social para garantir que a resposta nacional à epidemia seja bem coordenada;
- **Entidades empregadoras e gestores:** informações sobre como implementar a legislação nacional, políticas e orientações nacionais relevantes para as suas organizações e as suas responsabilidades em relação às recomendações da SST;
- **Trabalhadores e trabalhadoras:** informações sobre a utilização prática de equipamentos e procedimentos para prevenir e combater a infeção, bem como sobre responsabilidades de adesão às recomendações práticas de SST (OMS, 2018). São necessários sistemas de comunicação eficazes para divulgar rapidamente a informação, estes incluem: websites, televisão, rádio, jornais e revistas, anúncios, newsletters, linhas de ajuda telefónica, entre outros.



28

---

---

---

---

---

---

---

---


**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.3 COMUNICAÇÃO INTERNA, DIÁLOGO SOCIAL E PARTICIPAÇÃO NA TOMADA DE DECISÕES

O diálogo social eficiente a todos os níveis é essencial para uma ação eficaz e sustentável, não só para proteger a saúde física e mental de todos os trabalhadores e trabalhadoras, mas também para atenuar os impactos económicos e laborais da pandemia.

As entidades empregadoras e as suas organizações devem observar os conselhos prestados pelas autoridades nacionais e locais, inclusivamente sobre as modalidades de trabalho, e deverão igualmente, comunicar informações críticas aos trabalhadores e trabalhadoras.

- Devem avaliar os potenciais riscos de perturbação das atividades empresariais;
- Rever ou elaborar um plano de continuidade empresarial coerente com as orientações fornecidas pelas autoridades nacionais e locais para aumentar a resiliência das empresas e apoiar os trabalhadores e as suas famílias;
- Identificar e mitigar os riscos decorrentes do surto nos locais de trabalho, para os trabalhadores e outras pessoas e promover a higiene no local de trabalho.
- Avaliar as responsabilidades das empresas em matéria de compensação dos trabalhadores, nomeadamente em setores de risco elevado;
- Procurar o aconselhamento e o apoio de organizações empresariais e de empregadores, que possam canalizar as preocupações dos seus membros para o governo a fim de adequar medidas políticas que sejam favoráveis à resiliência e sustentabilidade das empresas.



29

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.3 COMUNICAÇÃO INTERNA, DIÁLOGO SOCIAL E PARTICIPAÇÃO NA TOMADA DE DECISÕES

- **Trabalhadores e as respetivas organizações representativas** devem desempenhar um papel importante na participação, na tomada de decisões e nas políticas de resposta às epidemias.
- A nível dos locais de trabalho, os trabalhadores e os seus representantes devem cooperar ativamente com as entidades empregadoras na aplicação das medidas preventivas e de proteção; seguir rigorosamente as práticas de higiene no local de trabalho e adotar comportamentos responsáveis.
- As suas organizações devem contribuir para a prevenção e proteção dos trabalhadores, prestando informações e atualizadas.
- Devem ainda, promover a solidariedade e a não discriminação ou estigmatização dos/as trabalhadores doentes.



30

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas


2.4 RESPONSABILIDADE E APROVAÇÃO DO PLANO

Declaração Conjunta sobre a COVID-19 da Organização Internacional dos Empregadores (IOE) e da Confederação Internacional dos Sindicatos (ITUC)

- A IOE e a ITUC exigem medidas urgentes em **áreas fundamentais**:
- continuidade das empresas
- a segurança dos rendimentos
- solidariedade para evitar a propagação do surto
- proteger a vida e meios de subsistência
- promover a construção de economias e sociedades resilientes, a coordenação e coerência de políticas; sistemas de saúde fortes e funcionais para combater uma pandemia.

Reconhecem que a Declaração do Centenário da OIT para o Futuro do Trabalho de 2019 contém elementos críticos, fundamentais para qualquer resposta duradoura e sustentável às pandemias, incluindo a COVID-19.

A IOE e a ITUC estão empenhadas e dispostas a apoiar os decisores políticos nos seus esforços para ajudar os trabalhadores e as empresas a atravessar a crise, a manter os trabalhadores nos seus postos de trabalho, a protegê-los do desemprego e da perda de rendimentos para aliviar a devastação financeira.



31

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.5 DISPONIBILIZAÇÃO, DIVULGAÇÃO E ATUALIZAÇÃO DO PLANO (diversos canais)

- A comunicação e mobilização social são intervenções essenciais na preparação, resposta e recuperação em contexto de emergência em saúde pública, garantindo confiança de todas as partes na informação comunicada.
- A DGS é responsável por coordenar os processos de comunicação, em articulação com outras entidades, como os diferentes ministérios, media ou outros níveis do dispositivo de Saúde Pública.
- A operacionalização desta área é constituída por 5 passos:
- recolha e análise da informação
- produção de conteúdo de comunicação
- validação da informação
- disseminação da informação
- monitorização da comunicação
- O plano de comunicação pretende garantir um fluxo de informação efetivo no contexto do surto de COVID-19, de acordo com o nível do risco e com o público alvo, encontrando-se estruturado em **três eixos estratégicos**:
- comunicação interna
- comunicação externa
- mobilização social



32

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.6 POLÍTICA, PLANEAMENTO E ORGANIZAÇÃO

- Ministério da Saúde
- DGS (Direção Geral de Saúde)
- REGIÕES AUTÓNOMAS DA MADEIRA E AÇORES
- ULS (Unidades Local de Saúde)
- Centros de Saúde locais
- Atenção:** Não confundir sintomas das diferentes doenças similares.

**Coronavírus, constipação, gripe: três doenças diferentes**

SINTOMAS	COVID-19 (Coronavírus)	Constipação (Gripe)	Gripe (Influenza)
Febre	Habitual	Raro	Habitual
Fadiga	Às vezes	Às vezes	Habitual
Tosse	Habitual	Habitual	Habitual
Expirros	Não	Habitual	Não
Dor no corpo	Às vezes	Habitual	Habitual
Nariz entupido	Raro	Habitual	Às vezes
Dor de garganta	Às vezes	Habitual	Às vezes
Dor de cabeça	Raro	Não	Às vezes (nas crianças)
Dor de olhos	Às vezes	Raro	Habitual
Falta de ar	Às vezes	Não	Não

Fonte: Organização Mundial da Saúde

33

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.7 PROCEDIMENTOS A ADOTAR PARA CASOS SUSPEITOS, CONFIRMADOS

Procedimentos em caso suspeito

São considerados casos suspeitos todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento da tosse habitual), ou febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ) ou dispneia /dificuldade respiratória.

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Febre	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa <sup>a</sup> nos 14 dias anteriores ao início de sintomas
OU	OU
Tosse	Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas
OU	OU
Dificuldade respiratória	Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

EFOP #3030

34

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**2. PLANO DE CONTINGÊNCIA**

2.7 PROCEDIMENTOS A ADOTAR PARA CASOS SUSPEITOS, CONFIRMADOS

Procedimentos em caso suspeito

Caso suspeito a caso confirmado

Caso suspeito a caso não confirmado

EFOP #3030

35

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.7 PROCEDIMENTOS A ADOTAR PARA CASOS SUSPEITOS, CONFIRMADOS

Procedimentos em contacto próximo

Considera-se "Contacto Próximo" um trabalhador que não apresente sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19.

- Tipo de exposição:** baixo ou alto;
- Período de incubação;**
- Tipo de vigilância:** baixo risco de exposição ou alto risco de exposição;
- Procedimentos específicos**

As recomendações anteriores acrescem as medidas específicas elaboradas pelas comissões de gestão de crise. Direção/Empresas, sempre atualizadas à medida que for necessário.

Estas medidas deverão ser divulgadas através de comunicações internas, mensagens eletrónicas, ou outros meios que forem decididos e que tenham como objetivo uma maior disseminação possível.

EFOP #3030

36

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 2.8 AVALIAÇÃO DE RISCOS
  - Avaliação de risco organizacional [Fases de preparação e resposta 1]
  - Avaliação de risco individual [Todas as fases]
  - Vigilância de infeções associadas aos cuidados de saúde [todas as fases]
  - Rastreio de doenças respiratórias [Fase 3]
  - Medidas ambientais organizacionais [Todas as fases]
  - Medidas Comunitárias [Todas as fases]



EFMD EQUIS ACCREDITED

EFMD EQUIS ACCREDITED

37

---

---

---

---

---

---

---

---

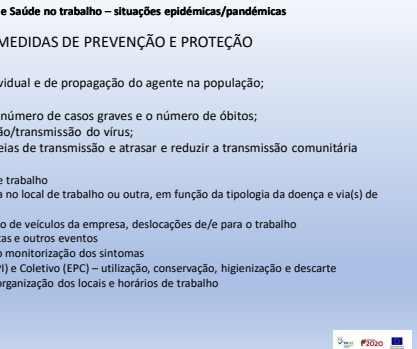
**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

**2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO**

**Objetivos:**

- Reduzir o risco de transmissão individual e de propagação do agente na população;
- Atrasar o pico da epidemia;
- Reduzir o número total de casos, o número de casos graves e o número de óbitos;
- Diminuir a velocidade de propagação/transmissão do vírus;
- Prevenir o estabelecimento de cadeias de transmissão e atrasar e reduzir a transmissão comunitária disseminada;
- Higiene, ventilação e limpeza do local de trabalho
- Higiene das mãos e etiqueta respiratória no local de trabalho ou outra, em função da tipologia da doença e via(s) de transmissão
- Viagens de caráter profissional, utilização de veículos da empresa, deslocações de/e para o trabalho
- Realização de reuniões de trabalho, visitas e outros eventos
- Deteção de temperatura corporal e auto monitorização dos sintomas
- Equipamento de Proteção Individual (EPI) e Coletivo (EPC) – utilização, conservação, higienização e descarte
- Distanciamento físico entre pessoas, reorganização dos locais e horários de trabalho
- Formação e informação
- Trabalho presencial e teletrabalho.



EFMD EQUIS ACCREDITED

EFMD EQUIS ACCREDITED

38

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

**2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO**

**Abordagem Estratégica:**

**Proteção individual**

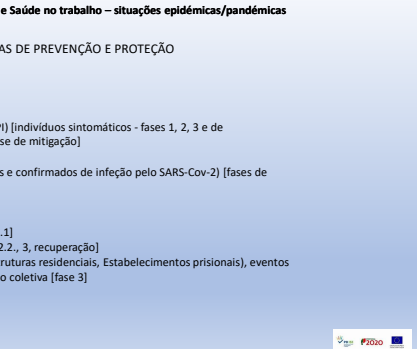
- Higiene das mãos. [Todas as fases]
- Etiqueta respiratória [Todas as fases]
- Equipamento de proteção individual (EPI) [Indivíduos sintomáticos - fases 1, 2, 3 e de recuperação; indivíduos assintomáticos - fase de mitigação]

**Distanciamento social**

- Isolamento dos doentes (casos suspeitos e confirmados de infeção pelo SARS-Cov-2) [fases de resposta e recuperação]
- Quarentena/isolamento [fases 1, 2, 3.1]

**Intervenção em contexto social**

- Intervenção em contexto escolar [fase 3.1]
- Intervenção em contexto laboral [fases 2.2., 3, recuperação]
- Intervenção em contextos especiais (Estruturas residenciais, Estabelecimentos prisionais), eventos de massa, locais ou transportes de utilização coletiva [fase 3]
- Medidas ambientais [Todas as fases]



EFMD EQUIS ACCREDITED

EFMD EQUIS ACCREDITED

39

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

Precauções antes do regresso ao trabalho presencial:  
Concluída a fase de Estado de Emergência em Portugal, o País avança para um movimento de retoma que na empresa deverá acompanhar.

É um movimento que devemos ver como positivo, de retorno a uma certa normalidade nas nossas vidas e atividades económicas, mas sobre o qual deixo 3 notas que me parecem essenciais ter em conta:

- Estar mobilizados com os nossos clientes sem comprometer a segurança dos nossos colaboradores;
- A retoma é económica, não é social;
- A retoma é gradual e progressiva.

40

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

Precauções antes do regresso ao trabalho presencial:  
As boas práticas e medidas estabelecidas deverão distribuir-se em cinco pilares fundamentais:

1. **Higiene;**
  - Higiene das mãos
  - Higiene individual de equipamentos e postos de trabalho
2. **Desfasamento;**
  - Atividade operacional - que não parou
  - Atividade operacional - que retoma
  - Atividades de suporte
3. **Distanciamento;**
  - Etiqueta respiratória
  - Proteção com máscara
4. **Vigilância;**
  - Distância de segurança > 1 metro
  - Informação/comunicação;
  - Canais de comunicação
5. **HIGIENE** - onde se incluem as boas práticas de higiene de caráter individual e um conjunto de medidas a adotar pela empresa ao nível da limpeza e desinfecção dos equipamentos e dos espaços;
6. **DESFASAMENTO** - onde se incluem as medidas de organização de turnos e rotatividades e o teletrabalho;
7. **DISTANCIAMENTO** - onde se incluem as boas práticas de distanciamento físico de caráter individual e um conjunto de medidas de distanciamento social a adotar pela empresa ao nível da amunção dos espaços e fluxos de circulação, com maior incidência em zonas comuns; da prioridade dada aos meios digitais em detrimento dos presenciais; e também da distribuição de equipamentos de proteção individual a todos os colaboradores;
8. **VIGILÂNCIA** - onde se incluem boas práticas de vigilância do estado de saúde pessoal e das equipas e um conjunto de medidas de vigilância a adotar pela empresa ao nível da medição da temperatura e de apoio à avaliação da condição de saúde dos colaboradores;
9. **INFORMAÇÃO/ COMUNICAÇÃO** - de caráter transversal, onde se incluem os canais e peças de informação e comunicação internos dedicados a veicular a informação essencial dos 4 pilares anteriores.

41

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2. PLANO DE CONTINGÊNCIA

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

Segurança e saúde no local de trabalho;

1. Higiene;
2. Desfasamento;
3. Distanciamento;
4. Vigilância;
5. Informação/comunicação;

Medidas Transversais adequadas a cada serviço, Empresas ou locais de trabalho.

42

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

Viagens de casa para o trabalho e de regresso a casa  
 Nas deslocações de e para o trabalho, deve evitar-se sempre que possível o ajuntamento de pessoas, nomeadamente nos transportes coletivos e no acesso aos locais de trabalho.

43

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

Entrada no trabalho e durante a prestação de serviço;

**SAÚDE E TRABALHO**  
 medidas de prevenção da COVID-19 nas empresas

Viagens de trabalho e trabalho prestado em veículos e deslocações de e para o trabalho;  
 Viagens de trabalho e trabalho prestado em veículos devem ser objeto de especiais precauções

44

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

Recomendações sobre viagens

- As viagens internacionais encontram-se suspensas até indicação contrária.
- As deslocações dentro do País devem limitar-se ao estritamente necessário e em linha com as medidas específicas elaboradas pelas comissões de gestão de crise Direção/Empresas.

45

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

- Adaptação ao teletrabalho.
- Teletrabalho: Considera-se teletrabalho a prestação laboral realizada com subordinação jurídica, habitualmente fora da empresa e através do recurso a tecnologias de informação e de comunicação.

Lei nº 7/2009, de 2 de Dezembro, subsecção V – Teletrabalho

- Artigo 165.º Noção de teletrabalho
- Artigo 166.º Regime de contrato para prestação subordinada de teletrabalho
- Artigo 167.º Regime no caso de trabalhador anteriormente vinculado ao empregador
- Artigo 168.º Instrumentos de trabalho em prestação subordinada de teletrabalho
- Artigo 169.º Igualdade de tratamento de trabalhador em regime de teletrabalho
- Artigo 170.º Privacidade de trabalhador em regime de teletrabalho
- Artigo 171.º Participação e representação colectivas de trabalhador em regime de teletrabalho

**#3030**

46

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

2.9 CONTROLO DE RISCOS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO

Adaptação ao teletrabalho

- O empregador deve garantir que estão reunidas as condições de prestação de trabalho em regime de teletrabalho.
- O empregador deve minimizar os **riscos físicos e psicossociais** para os trabalhadores que estão em regime de teletrabalho.
- O empregador deve disponibilizar uma **linha de apoio psicológico** aos trabalhadores que passaram para o regime de teletrabalho e todos os restantes que continuaram a laborar em tempos de pandemia por pertencerem a serviços essenciais.
- O teletrabalho, em particular no quadro da actual pandemia, deve atender à necessidade de alguma flexibilidade sem deixar de se assegurar uma organização eficaz do trabalho.
- No regime de teletrabalho em tempos de pandemia ou não, não se encontra contemplado a presença de menores ou outros a cargo enquanto presta horário laboral.
- Em teletrabalho deverão existir condições para a realização do mesmo (espaço, luminosidade, concentração, ...)

**#3030**

47

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

**2. PLANO DE CONTINGÊNCIA**

**DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO**

É estabelecida uma área de isolamento. A colocação de um colaborador ou visitante suspeito de infecção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros colaboradores possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.

**Esta área deverá estar equipada com:**

- cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do colaborador suspeito de infecção por COVID-19, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de base alcoólica;
- toalhete de papel;
- máscara(s) cirúrgica(s);
- luvas descartáveis;
- termómetro.

**#3030**

48

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---


---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**3. REVISÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA, ADAPTAÇÃO DAS MEDIDAS E VERIFICAÇÃO DAS AÇÕES DE MELHORIA**

A revisão do plano de contingência é a qualquer momento desde que exista:

- Comunicação de entidades oficiais;
- Alterações das atividades da empresa;
- Alterações do estado de pandemia:
- Alerta;
- Emergência;
- Contingência;
- Calamidade;
- Correção de qualquer informalidade ou ocultação detetada.



52

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas


**4. MANUAL DE REABERTURA DAS ATIVIDADES ECONÓMICAS**

○ 4.1 DIRETRIZES ORGANIZACIONAIS – MODELO INFORMATIVO, FASES DE INTERVENÇÃO, FORMAÇÃO DE MELHORIA

As recomendações estão reunidas num documento disponibilizado pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, em articulação com a ACT e a Direção Geral de Saúde (DGS), e deverão ser adaptar aos locais de trabalho para proteger os trabalhadores, tendo sido estruturadas de forma simples e de modo a permitir uma fácil compreensão.

As unidades responsáveis por processos e atividades definidos como essenciais deverão ter seu funcionamento preservado durante a pandemia. Sendo assim, devem contemplar, em seus respetivos planos de contingência:

- medidas preventivas para evitar o risco de exposição dos servidores e colaboradores à Covid-19;
- medidas que visem a garantia razoável da continuidade de suas atividades essenciais, como por exemplo, realocação da força de trabalho da própria equipe (com remanejamento interno de servidores para priorização de atividades; suspensão de férias, convocação de servidores em trabalho remoto)
- remanejamento interno ou contenção de processos e atividades adiáveis ou com baixo risco de descontinuação.



53

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas


○ 4.2 INDICAÇÕES OPERACIONAIS – PRECAUÇÕES BÁSICAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO DE INFEÇÃO, CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO ANTES DO REGRESSO AO TRABALHO PRESENCIAL E REQUISITOS DE SEGURANÇA E SAÚDE NO LOCAL DE TRABALHO

Precavções antes do regresso ao trabalho presencial

1- Se tiver algum sintoma associado à COVID-19 não deve regressar ao seu local de trabalho sem antes confirmar que não existe risco para si e para os outros, devendo para o efeito contactar a Linha SNS 24 (808 24 24 24) e ter essa confirmação.

2- Se manteve contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos de COVID 19, não deve regressar ao seu local de trabalho sem antes contactar a Linha SNS 24 (808 24 24 24) para obter as orientações adequadas à sua situação concreta.

3 - Se pertencer ao grupo de pessoas sujeitas a um dever especial de proteção, deve, preferencialmente, realizar as suas tarefas remotamente (teletrabalho).



54

---

---

---

---

---

---

---

---

55

[illegible]

56

---

---

---

---

---

---

57

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

4.3 GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS – FATORES DE RISCO PSICOSSOCIAL, RISCOS BIOMECÂNICOS, RISCOS PROFISSIONAIS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO PROLONGADA DE EPI, RISCOS BIOLÓGICOS, QUÍMICOS, FÍSICOS E ERGONÓMICOS

**Processo de Gestão do Risco Profissional**

**Análise do risco profissional**

**Avaliação do risco profissional**

**Gestão do risco profissional**

EFMD EQUIS ACCREDITED

58

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

4.3 GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS – FATORES DE RISCO PSICOSSOCIAL, RISCOS BIOMECÂNICOS, RISCOS PROFISSIONAIS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO PROLONGADA DE EPI, RISCOS BIOLÓGICOS, QUÍMICOS, FÍSICOS E ERGONÓMICOS

- Um fator de risco profissional é um agente suscetível de provocar efeito adverso (dano) na saúde do trabalhador (ex. acidente de trabalho, doença profissional ou outra doença ligada ao trabalho). Por vezes denomina-se o potencial fator de risco profissional como "perigo".
- O risco profissional designa a combinação da probabilidade de ocorrência de um efeito adverso (dano) na saúde do trabalhador e a gravidade do dano no trabalhador, assumindo que existe exposição profissional.
- O risco profissional existe em qualquer empresa/estabelecimento, ainda que possa ser probabilisticamente pouco valorizável (risco aceitável). Assim, é incorreto afirmar a ausência de risco profissional numa empresa/estabelecimento.

EFMD EQUIS ACCREDITED

59

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

4.3 GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS – FATORES DE RISCO PSICOSSOCIAL, RISCOS BIOMECÂNICOS, RISCOS PROFISSIONAIS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO PROLONGADA DE EPI, RISCOS BIOLÓGICOS, QUÍMICOS, FÍSICOS E ERGONÓMICOS.

- Riscos de natureza ergonómica
- Riscos biológicos
- Risco químico
- Riscos de natureza física
- Riscos psicossociais
- Riscos de natureza mecânica
- Riscos de segurança
- Riscos ambientais

EFMD EQUIS ACCREDITED

60

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

4.3 GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS – FATORES DE RISCO PSICOSSOCIAL, RISCOS BIOMECÂNICOS, RISCOS PROFISSIONAIS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO PROLONGADA DE EPI, RISCOS BIOLÓGICOS, QUÍMICOS, FÍSICOS E ERGONÓMICOS.

- **RISCOS DE NATUREZA ERGONÓMICA** derivados de esforços musculares relacionados com a manutenção de posturas e movimentação manual de cargas pesadas
- **RISCOS BIOLÓGICOS** – Exposição a microrganismos, vírus por exemplo a exposição a HIV hepatite B e a sangue contaminado
- **RISCO QUÍMICO** – nomeadamente a exposição a desinfetantes, fluidos corrosivos (lixívia/licores), inalação de gases tóxicos.
- **RISCOS DE NATUREZA FÍSICA** – exposição a radiações ionizantes tais como rx ou materiais radioativos (ex. cobalto), temperaturas elevadas, ruído excessivo etc.



61

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

4.3 GESTÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS – FATORES DE RISCO PSICOSSOCIAL, RISCOS BIOMECÂNICOS, RISCOS PROFISSIONAIS ASSOCIADOS À UTILIZAÇÃO PROLONGADA DE EPI, RISCOS BIOLÓGICOS, QUÍMICOS, FÍSICOS E ERGONÓMICOS.

- **RISCOS PSICOSSOCIAIS**, como trabalho por turnos rotativos, ritmos intensos de trabalho, violência verbal/física, fatores e conteúdos relacionados com a organização do trabalho e o relacionamento com colegas/utentes
- **RISCOS DE NATUREZA MECÂNICA** tais como cortes, quedas e entalamento
- **RISCOS DE SEGURANÇA** associados aos incêndios, crimes informáticos, furtos
- **RISCOS AMBIENTAIS** tais como, poluição dos solos, das águas, do ar.



62

---

---

---

---

---

---

---

---


**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

○ 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES

○ Medidas Gerais de Prevenção

1. Acesso e Circulação nos Estabelecimentos
2. Distanciamento
3. Medidas de Proteção Individual
4. Medidas gerais aplicáveis aos estabelecimentos de atendimento ao público

- 4.1 Ventilação
- 4.2 Higienização e Desinfecção dos Espaços e Equipamentos
- 4.3 Atendimento Prioritário
- 4.4 Horários
- 4.5 Livro de Reclamações
- 4.6. Manuseamento, Dispensa e Pagamento de Produtos e Serviços



63

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**  
INSTITUTO DE SAÚDE, LINGUAGEM E AÇÃO

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES
- Medidas Gerais de Prevenção

**1. Acesso e Circulação nos Estabelecimentos**  
Devem ser adotadas medidas de acesso aos estabelecimentos e de circulação dentro dos mesmos, que assegurem a segurança dos trabalhadores e dos clientes, designadamente:

- Manter, se possível, a porta aberta para minimizar o contacto com a mesma e as respetivas maçanetas, e promover o arejamento natural dos espaços, se possível, ou estabelecer medidas eficazes de higienização das mesmas;
- Gerir os acessos de modo a evitar a concentração de pessoas à entrada do estabelecimento ou situações de espera no interior, garantindo sempre o distanciamento físico de pelo menos 2 metros;
- Interditar formas de cumprimento que envolvam o contacto físico;
- Afixar as regras de etiqueta respiratória em local visível pelos clientes, em Português e Inglês, divulgadas pela Direção-Geral da Saúde, e incentivar os trabalhadores e os clientes para o respetivo cumprimento;

64

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**  
INSTITUTO DE SAÚDE, LINGUAGEM E AÇÃO

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES
- Medidas Gerais de Prevenção

**2. Distanciamento**  
Em todas as atividades de laboração devem ser cumpridas as regras de distanciamento físico, designadamente:

- Cumprir as orientações regulamentares ou das Autoridades Públicas quanto à ocupação máxima do estabelecimento;
- Assegurar uma distância mínima de dois metros entre pessoas e uma permanência das mesmas apenas pelo tempo necessário à aquisição dos produtos ou à prestação do serviço, recorrendo, se necessário, à inativação parcial de pontos de atendimento ou de prestação de serviços;

65

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA**  
INSTITUTO DE SAÚDE, LINGUAGEM E AÇÃO

**UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES
- Medidas Gerais de Prevenção

**3. Medidas de Proteção Individual**  
A utilização de equipamentos de proteção individual deve seguir as Orientações 013/2020 da DGS "Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não Profissionais de Saúde", ou outra que a vier a substituir.

66

---

---

---

---

---

---

---

---

69

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas


- 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES
- Medidas Gerais de Prevenção
- 4. Medidas gerais aplicáveis aos estabelecimentos de atendimento ao público


4.3. Atendimento Prioritário

- Pessoas com compromisso do sistema imunitário (a fazer tratamentos de quimioterapia, tratamentos para doenças auto-imunes (artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla ou algumas doenças inflamatórias do intestino), infeção VIH/sida ou doentes transplantados.
- Profissionais de saúde, elementos das forças e serviços de segurança, de proteção e socorro, pessoal das forças armadas e de prestação de serviços de apoio social.

4.4. Horários

- Os horários de abertura ao público devem respeitar as medidas, mais ou menos restritivas, que vierem a ser adotadas ou recomendadas, privilegiando-se uma adaptação dos horários que permita, no geral, menores fluxos de circulação e de atendimento ao público;





70

---

---

---

---

---

---

---

---


**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

- 4.4 CONDIÇÕES DE PROTEÇÃO E SEGURANÇA PARA OS CONSUMIDORES/CLIENTES
- Medidas Gerais de Prevenção
- 4. Medidas gerais aplicáveis aos estabelecimentos de atendimento ao público

**Livro de Reclamações**

No atendimento aos consumidores, os operadores económicos devem seguir as orientações e recomendações da Direção-Geral de Saúde. No que respeita à disponibilização do livro de reclamações físico quando solicitado pelo consumidor, são recomendados os seguintes procedimentos

- O operador económico deve informar o consumidor de que a reclamação pode ser submetida através da plataforma online [www.livroreclamacoes.pt](http://www.livroreclamacoes.pt)
- Caso o operador económico ainda não se tenha registado na plataforma do livro de reclamações eletrónico, deverá fazê-lo com urgência de molde a permitir que os consumidores possam apresentar reclamações por esse canal.
- Em caso de dúvida quanto ao registo na plataforma deverão contactar a linha de atendimento da Direção-Geral do Consumidor através 21 799 80 10.



71

---

---

---

---

---


---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

- 4.5 QUALIDADE E SEGURANÇA NA PRESTAÇÃO DO SERVIÇO E/OU ENTREGA DO PRODUTO
- OPERAÇÃO SEGURA;
- DISPONIBILIZAÇÃO DE EPI e EPC;
- MATERIAL DE LIMPEZA DE USO ÚNICO;
- DESCONTAMINAÇÃO;





72

---

---

---

---

---

---


---

---



**ISLA** **UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.6 QUALIDADE E SEGURANÇA NO MANUSEAMENTO, DISPENSA E PAGAMENTO DE PRODUTOS E SERVIÇOS  
Medidas Gerais de Prevenção
- Medidas gerais aplicáveis aos estabelecimentos de atendimento ao público  
Deve garantir-se contenção, tanto quanto possível, do contacto pelos clientes em produtos ou equipamentos, bem como em artigos não embalados, os quais devem preferencialmente ser manuseados e dispensados pelos profissionais após lavagem rigorosa das mãos;



73

---

---

---

---

---


---

---

---

**ISLA** **UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.7 SENSIBILIZAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE – CAPACITAÇÃO E COMBATE À DESINFORMAÇÃO, SAÚDE PÚBLICA E SST
- Portugal é um dos países pioneiros no desenvolvimento de iniciativas e de ações no âmbito da promoção da Literacia em Saúde, constituindo-se hoje como um exemplo internacional nesta área.
- A apresentação do Plano de Ação de Literacia em Saúde 2019-2021 foi um importante marco na definição estratégica de políticas, ações e orientações essenciais na promoção da Literacia em Saúde da população Portuguesa.
- A saúde é um recurso para as pessoas e para a sociedade e é uma responsabilidade partilhada entre todos, pelo que é de extrema importância unir esforços e potenciar, em todas as oportunidades, a promoção da Literacia em Saúde, de forma a capacitar e ativar a população contribuindo para a saúde, para o Bem-estar e para a redução de desigualdades em saúde.



74

---

---

---

---

---

---

---


---

**ISLA** **UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas**

- 4.7 SENSIBILIZAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE – CAPACITAÇÃO E COMBATE À DESINFORMAÇÃO, SAÚDE PÚBLICA E SST
- Medidas de combate à desinformação sobre o COVID-19**  
A UE está empenhada em proteger as sociedades, os cidadãos e as liberdades contra ameaças híbridas, nomeadamente a disseminação de informações falsas e de desinformação, como sublinhado na Agenda Estratégica 2019-2024.

O objetivo é reforçar a cooperação a fim de detetar, prevenir e combater os ataques, e, simultaneamente, reforçar a resiliência face a essas ameaças.

- Literacia em saúde digital**  
A Literacia Digital requer mais do que apenas a capacidade de usar software ou operar um dispositivo digital: inclui uma grande variedade de aptidões complexas, como capacidades cognitivas, motoras, sociais e emocionais que os usuários precisam de dominar para usarem efetivamente os meios digitais. Para além disso, a informação disponível através dos meios digitais é tão abundante que se torna cada vez mais difícil selecionar informação fidedigna e de qualidade.



75

---

---

---

---

---

---

---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**4.8 TRANSFORMAÇÃO DIGITAL – NOVAS FORMAS DE TRABALHO E DE CONSUMO**


Há já vários anos que são disponibilizadas soluções formativas que permitem aprender sem sair de casa (ou do escritório). E, se num cenário "normal" estas soluções trazem inúmeras vantagens, em tempo de pandemia ganham outra visibilidade e importância para as organizações.

A pandemia trouxe a capacidade de fazer a transformação digital das empresas é (e será) um fator decisivo para abordar este novo desafio, bem como para preparar o futuro.

Todos aprendemos a utilizar ferramentas colaborativas à distância (Microsoft Teams, Office 365, Google Docs, Zoom) e adaptamos processos de trabalho (e as nossas vidas). Modelos de negócio foram (e continuam a ser) adaptados ou reinventados. E neste processo estamos todos, literalmente, a aprender.

Lá fora, as soluções de formação remota, como o e-learning ou o live training, são soluções populares há muito tempo, mas em Portugal, apesar de serem uma realidade há vários anos, e apesar das suas inúmeras vantagens, existiam ainda inúmeras organizações reticentes em optar por estes modelos, privilegiando a formação presencial.

E se a transformação digital foi essencial para esta abertura em algumas empresas, para outras a Covid-19 foi o empurrão decisivo. Apesar de no passado recente se notar já uma maior abertura, 2020 adivinha-se o ano em que as organizações irão finalmente dar o salto e abraçar as soluções formativas à distância em Portugal.



76

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.easo.europa.eu/sites/default/files/EASO%20Guidance%20on%20contingency%20planningPT.pdf>  
<https://justica.gov.pt/Noticias/COVID-19-ACT-elabora19-recomendacoes-para-regresso-ao-trabalho>  
<https://www.dgs.pt/saude-ocupacional/organizacao-de-servicos-de-saude-do-trabalho/requisitos-deorganizacao-e-funcionamento/atividades/gestao-do-risco-profissional.aspx>  
<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0232020-de-08052020-pdf.aspx>  
[https://www.jf-alvercasobralinho.pt/uploads/noticias/2020/GuiaDeBoasPraticasCCP\\_Maio2020.pdf](https://www.jf-alvercasobralinho.pt/uploads/noticias/2020/GuiaDeBoasPraticasCCP_Maio2020.pdf)  
<https://business-its.pt/2020/07/03/a-covid-19-e-um-ponto-de-viragem-para-a-transformacao-digital/>  
[https://cite.gov.pt/pt/destaques/complementosDestas2/19\\_MEDIDAS.pdf](https://cite.gov.pt/pt/destaques/complementosDestas2/19_MEDIDAS.pdf)  
<https://www.sns.gov.pt/noticias/2020/04/29/covid-19-saude-e-trabalho/>  
<https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/guia-casa-trabalhar-a-partir-de-casa-e-cuidar-da-saude-mental-pdf.aspx>



77

---

---

---

---

---

---


---

---

**ISLA** UFCD10746- Segurança e Saúde no trabalho – situações epidémicas/pandémicas

OBRIGADO A TODOS PELO TEMPO DISPENSADO!

BOA SORTE PARA O TESTE ©



78

---

---

---

---

---

---

---

---