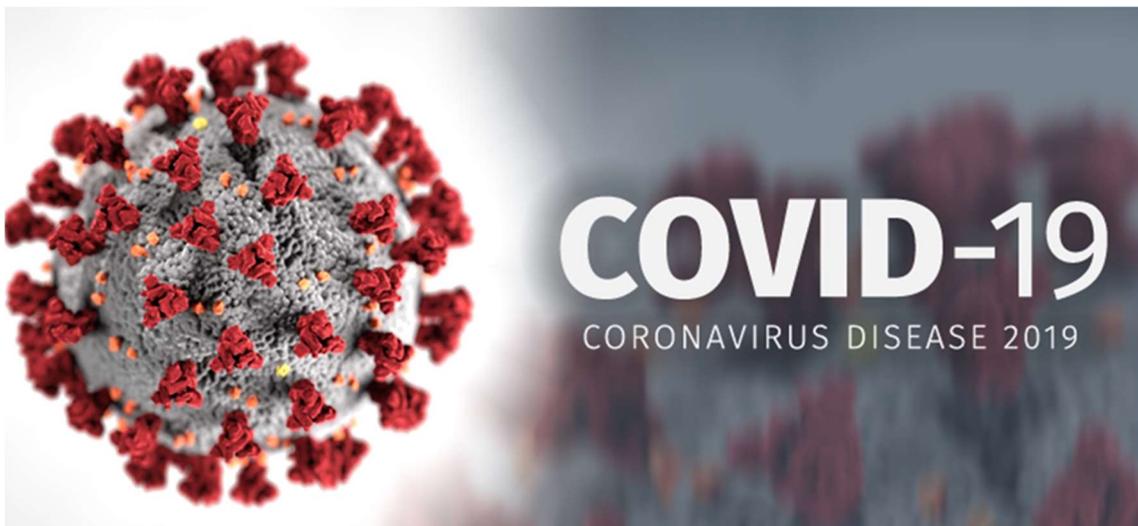




PLANO DE CONTINGÊNCIA



Praia da Tocha
Praia dos Olhos da Fervença
Praia das Sete Fontes
Praia de Ançã

Cantanhede, junho de 2020





1. INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

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.

As praias constituem espaços lúdicos muito importantes em Portugal, visitadas todos os anos por milhares de pessoas, pelo que, no atual contexto da pandemia da doença COVID -19, importa definir os procedimentos a ter em consideração na utilização destes espaços, de forma a não colocar em risco a estratégia adotada no controlo da pandemia.

O risco de contaminação através das secreções respiratórias (tosse e espirros) de uma pessoa infetada continua a ser o veículo direto de transmissão, que também acontece nestes espaços, pelo que a utilização das praias não constitui uma exceção ao cumprimento das medidas gerais para a pandemia da doença COVID -19, definidas pelas autoridades de saúde, que recomendam o distanciamento físico e evicção de concentração de pessoas, a higiene frequente das mãos, a etiqueta respiratória, a





limpeza e higienização dos espaços, e a utilização de máscara ou viseira, quando tal se revele necessário e adequado.

Atendendo ao princípio da precaução, é apropriado adotar medidas de manutenção do risco tão baixo quanto possível, o que pode ser alcançado através da divulgação intensiva à população dos cuidados a ter nestes espaços públicos, na preparação destes espaços para que induzam à adoção de boas práticas e na promoção de uma articulação de todas as entidades com competência para potenciar as ações de prevenção e fiscalização.

O Decreto-Lei n.º 24/2020 de 25 de maio define, no essencial, as regras aplicáveis às águas balneares identificadas como praias de banhos, uma vez que nestas existe maior concentração de utentes, a comercialização de bens e serviços e, ainda, um maior número de espaços e equipamentos, o que pode resultar num aumento do risco de contágio, caso não sejam adotadas as regras de higiene e segurança.

São assim consideradas as regras relativas à circulação nos acessos às praias, evitando-se o cruzamento de pessoas, às instalações balneares e à ocupação do areal, de forma a respeitar o distanciamento físico recomendado.

Assim, para cada praia, considerou-se a área útil da zona destinada ao uso balnear, as marés, e a área de segurança mínima por utente, bem como a dimensão das praias pertencentes ao concelho, tendo sido determinado por despacho da APA, I.P., publicado no Diário da República e disponibilizado no sítio na Internet, o método de cálculo e a capacidade potencial de ocupação das praias de banhos, no contexto da pandemia da doença COVID-19, para garantir a segurança dos utentes e a proteção da saúde pública.





2. OBJETIVOS

O principal objetivo do presente plano é assegurar a existência de condições de segurança de todos os utilizadores dos espaços balneares. Assim, pretende-se com este plano dar cumprimento a todas as medidas gerais e regras aplicáveis às águas balneares, definidas pelas autoridades de saúde e pelo governo, para travar a doença COVID-19, uma vez que nas praias existe uma maior concentração de utentes, comercialização de bens e serviços e, ainda, um maior número de espaços e equipamentos, o que pode resultar num aumento do risco de contágio, caso não sejam adotadas as regras de higiene e segurança.

3. SITUAÇÃO

O presente plano abrange todas as praias do concelho de Cantanhede, nomeadamente a praia marítima da Tocha e as praias fluviais de Sete Fontes, Ançã e Olhos da Fervença.

A capacidade potencial de ocupação das praias referidas, é de acordo com informação da APA/ARH Centro a constante na tabela seguinte.

Praia	Freguesia	Capacidade potencial de ocupação (banhistas)
Tocha	Tocha	8000
Sete Fontes	Ourentã	500
Olhos da Fervença	Cadima	650
Ançã	Ançã	90

Estas praias tendem a ser frequentadas por um elevado número de pessoas, principalmente na época balnear pelo que, face à atual situação da pandemia, o presente plano pretende mitigar o risco e a vulnerabilidade desta área.





4. EXECUÇÃO

O presente plano de contingência aplica-se a todos os utilizadores dos espaços balneares, concessionários, nadadores salvadores e outros utentes que interajam direta ou indiretamente nos espaços balneares. No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão cometidas. A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19, neste espaço, será ponderada tendo em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas autoridades de saúde e do Governo e a atuação por parte de todos os intervenientes.

Nos termos da Portaria n.º 136/2020, de 4 de junho são identificadas no concelho de Cantanhede as seguintes praias de banhos e as respetivas épocas balneares.

Praia	Freguesia	Época Balnear
Tocha	Tocha	20 de junho a 13 de setembro
Sete Fontes	Ourentã	04 de julho a 30 de agosto
Olhos da Fervença	Cadima	20 de junho a 30 de agosto
Ançã	Ançã	04 de julho a 30 de agosto

4.1 Direção e Coordenação

De forma a garantir a eficaz execução e o permanente acompanhamento do presente plano de contingência, é imprescindível concertar ações e promover a partilha de informação entre os intervenientes.

Neste sentido, estabelece-se que o presente Plano ficará sob direção da Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede ou do Vereador com o Pelouro da Proteção Civil, que serão coadjuvados pelo Serviço Municipal de Proteção Civil.

Esta equipa é responsável por:

- Garantir o acompanhamento permanente da situação;
- Assegurar a articulação entre todas as entidades intervenientes;
- Elaborar relatórios de situação;





- d) Promover a disponibilização do Plano no sítio do Município na internet;
- e) Proceder a atualizações ao Plano de Contingência.

Não obstante o referido anteriormente e em cumprimento do disposto no Decreto-Lei n.º 24/2020 de 25 de maio, compete às autoridades de saúde, juntamente com a APA, I. P., em articulação com os órgãos locais da Direção-Geral da Autoridade Marítima e com a proteção civil municipal, efetuar a avaliação e monitorização das situações que podem colocar em risco a segurança dos utentes para proteção da saúde pública nas praias, bem como definir e implementar as respetivas medidas que sejam necessárias adotar.

4.2 Informação e Monitorização

A monitorização do presente plano é assegurada pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, a quem compete assegurar a vigilância da aplicação das regras de contingência em todos os espaços balneares, centralizar a informação e elaborar informações e relatórios sempre que se justifique. A articulação com a Autoridade Local da Saúde será garantida pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, que assegurará ainda a divulgação de informação considerada pertinente ao Diretor do Plano.

Os reportes periódicos sobre o estado de ocupação das praias do concelho, necessários para a informação pública sobre estado de ocupação no acesso às praias serão efetuados pelo Nadador Salvador Coordenador da Câmara Municipal de Cantanhede, que assumirá a figura de “assistente de praia” em permanente articulação com o Serviço Municipal de Proteção Civil e APA/ARH Centro.

4.3 Ativação do Plano

O Plano considera-se ativado após aprovação pela Presidente da Câmara Municipal, mantendo-se em vigência durante o período da época balnear, sendo desativado automaticamente no dia 15 de setembro, se nenhuma ocorrência excepcional justificar a manutenção da ativação, que será determinada pela Presidente da Câmara Municipal ou pelo Vereador com o Pelouro da Proteção Civil.





4.4 Fases de Atuação - Ações a desenvolver

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos, nomeadamente fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação. As ações descritas em cada uma das fases, poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da Direção Geral de Saúde, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

Fase de Prevenção:

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a) Reforço dos mecanismos de articulação entre as diferentes entidades intervenientes;
- b) Divulgação do Plano no sítio do Município na Internet, Juntas de Freguesia, Autoridade Local de Saúde, concessionários e demais intervenientes;
- c) Reforço das medidas de limpeza e higienização nas praias e nas áreas envolventes;
- d) Desenvolvimento e implementação de campanha integrada de sensibilização e informação que garanta a divulgação das regras relativas à ocupação e à utilização segura das praias do concelho;
- e) Aquisição de meios, recursos necessários e equipamentos de proteção individual para os intervenientes com ação direta junto dos banhistas e veraneantes;
- f) Implementação de Postos de Primeiros Socorros e preparação de áreas de isolamento, com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas desta potencial fonte de infeção;
- g) Definição e implementação de corredores de circulação de modo a desincentivar a circulação aleatória em áreas ocupadas;
- h) Definição e implementação de acessos independentes de entrada e de saída, por forma a garantir a manutenção do distanciamento físico de segurança;
- i) Na praia da Tocha, aumento de 100 metros da frente de praia vigiada por nadadores salvadores – total de 500 metros;
- j) Gestão dos estacionamento das praias do concelho, nomeadamente através da avaliação da necessidade e possibilidade de reforçar a sinalização de interdição de estacionamento fora dos parques e zonas de estacionamento licenciados para o efeito.





Fase de Resposta:

Esta fase é desencadeada pela referenciação de possíveis casos de infeção em qualquer interveniente e compreende as seguintes ações:

- a) Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção e segurança;
- b) Reforço da limpeza e higienização de todo o areal, instalações sanitárias, apoios de praia e zona envolvente;
- c) Garantir a reposição de meios, recursos necessários e equipamentos de proteção individual para os intervenientes com ação direta junto dos banhistas e veraneantes;

d) **Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas de infeção por COVID-19 nas praias:**

- As pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento da tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia / dificuldade respiratória, são consideradas suspeitas de COVID-19.

- As pessoas com suspeita de COVID-19 ligam para a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou, de forma complementar, para linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, pelas Administrações Regionais de Saúde (ARS), em articulação com os Agrupamentos de Centros de Saúde (ACES), em Unidades de Saúde Familiares (USF) ou Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados (UCSP), divulgadas com recurso aos parceiros regionais e locais.

- A avaliação pela Linha SNS24, ou pelas linhas telefónicas criadas para o efeito nas USF / UCSP, permite o encaminhamento do doente suspeito de COVID-19 para:

- a. Autocuidados, em isolamento no domicílio e sob vigilância;
- b. Avaliação clínica em Áreas Dedicadas COVID-19 nos Cuidados de Saúde Primários (ADC-COMUNIDADE);
- c. Avaliação clínica em Áreas Dedicadas COVID-19 nos Serviços de Urgência do SNS (ADC-SU);
- d. CODU do INEM.





- Assegurar a comunicação do caso suspeito à Direção do Plano e Autoridade Local de Saúde;
 - Interditar o acesso de outros cidadãos à área de “isolamento”;
 - O cidadão suspeito deverá permanecer em área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até estar concluída a avaliação pela Linha SNS24;
 - Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.
- e) Recolher a identificação de todas as pessoas que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

Fase de Recuperação:

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de casos suspeitos e ou novos casos e pelo regresso gradual à normalidade, culminando com a desativação do Plano.

É caracterizada pelas seguintes ações:

- a) Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza de instalações;
- b) Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subsequentes de infeção;
- c) Informação aos utentes sobre a reativação e normalização das condições de utilização da praia bem como do normal funcionamento dos apoios de praia.

Com a desativação do Plano:

- a) Desativar a zona de isolamento;
- b) Confirmar que a área de isolamento foi devidamente desinfetada;
- c) Recolher os kits de proteção individual não utilizados;
- d) Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;
- e) Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

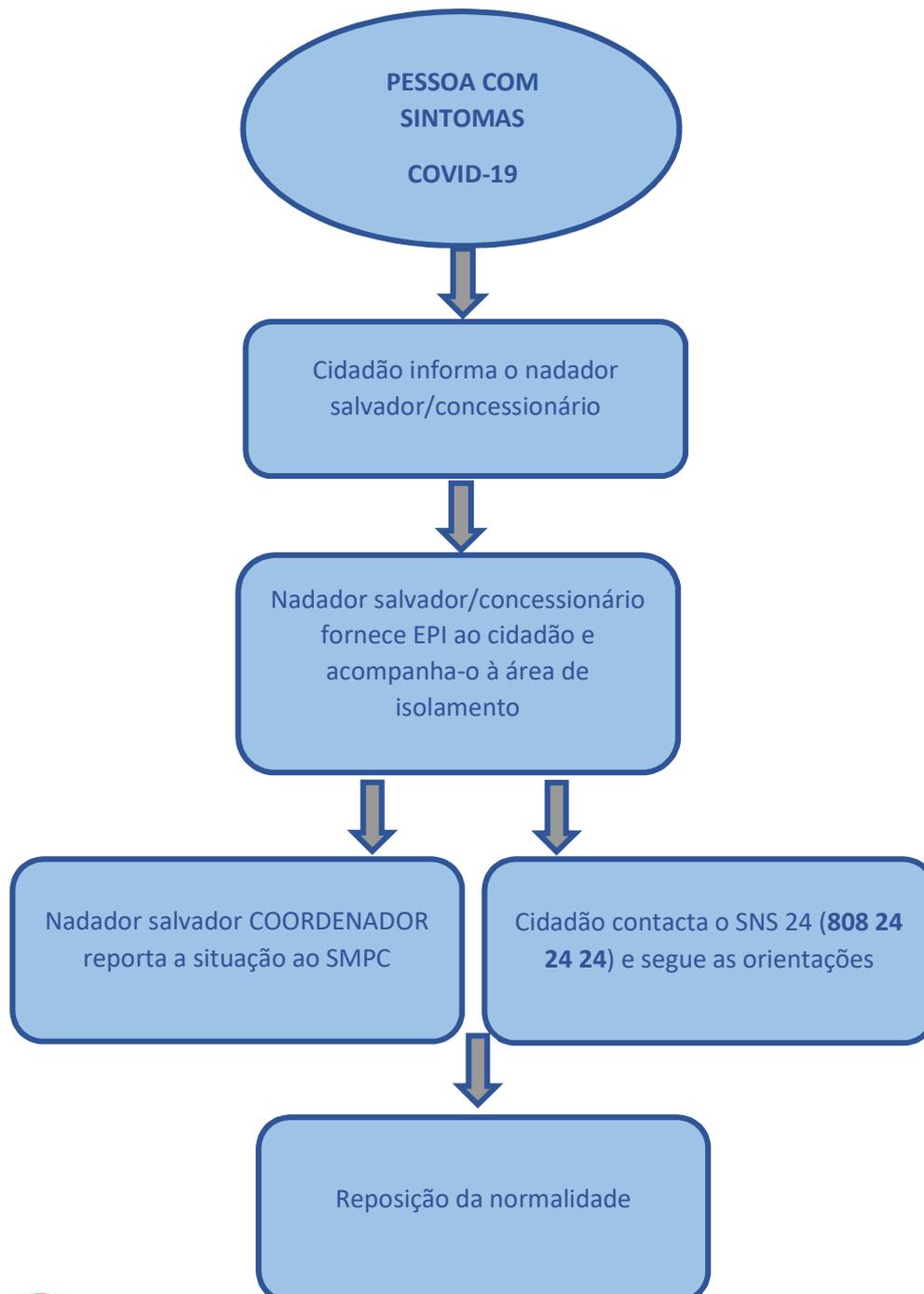




5. PROCEDIMENTOS

O presente Plano define os procedimentos operacionais sobre as ações a desencadear em caso de doença ou sintomas e para o funcionamento das áreas balneares das praias do concelho.

5.1 Procedimentos para cidadãos com sintomas COVID-19





5.2 Procedimento para funcionamento dos concessionários/apoios de praia

De acordo com as orientações da DGS, da Resolução do Conselho de Ministros n.º 40-A/2020 de 29 de maio e do Decreto-Lei n.º 24/2020 de 25 de maio, o funcionamento dos apoios de praia fica sujeita ao cumprimento das seguintes normas:

NORMAS GERAIS

- Todos os utilizadores da área balnear (utentes, concessionários, trabalhadores, nadadores salvadores e agentes de Proteção Civil a desempenhar funções em área balnear) devem cumprir todo o normativo das regras de segurança sanitária previstas na lei;
- Obrigatoriedade de cumprimento de medidas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória por todos os utilizadores da área balnear;
- Obrigatoriedade do uso de máscara por todos os utilizadores da área balnear, sempre que utilizem as áreas cobertas dos apoios de praia;

NORMAS PARA UTENTES

- Cumprimento das medidas de etiqueta respiratória;
- Assegurar o distanciamento físico de segurança entre utentes no acesso e na utilização da praia e no banho no mar;
- Proceder à limpeza frequente das mãos;
- Evitar o acesso a zonas identificadas com ocupação elevada ou plena;
- Cumprir as determinações das autoridades competentes;
- Depositar os resíduos gerados nos locais destinados a esse efeito.

NORMAS PARA OS CONCESSIONÁRIOS

Apoios Praia

- Cumprir as determinações e orientações das autoridades de saúde no que respeita à higienização e limpeza dos equipamentos e instalações;
- Proceder à limitação de capacidade das áreas de esplanada nos termos aplicáveis aos estabelecimentos de restauração e bebidas;
- Proceder à reorganização de espaços dando cumprimento à distância de segurança, podendo ser aumentada a área destinada a esplanadas;





- Reportar situações com prontidão, de forma a garantir a segurança na área concessionada (em articulação com as autoridades competentes);
- Proceder à definição dos sentidos de circulação no interior dos apoios sinalizando as entradas e saídas de forma bem visível;
- Disponibilizar soluções desinfetantes cutâneas que permitam a desinfeção das mãos no na área de apoio de praia.
- Garantir a todos os colaboradores, que têm contacto com utentes ou circulam nos espaços comuns, a utilização de equipamentos de proteção individual recomendados pela DGS e adequados às suas tarefas.
- Garantir a regular higienização das áreas, superfícies, pisos e outras áreas, objetos e equipamentos, (periodicidade mínima de 4 limpezas diárias), devendo ser seguidas as orientações definidas pela DGS, nomeadamente em matéria de limpeza e desinfeção das superfícies.
- Afixar informação de sensibilização aos utentes (em vários idiomas) dando cumprimento aos procedimentos de higiene e segurança.

Instalações sanitárias

- Disponibilização de soluções que permitam a desinfeção cutânea das mãos ou lavatório com sabão líquido para a lavagem das mãos.
- Obrigatoriedade do uso de calçado, de máscaras, de utilização de viseira no interior da instalação e deverão ser respeitadas as distâncias de segurança e as medidas de etiqueta respiratória.
- Disponibilização da informação, no exterior das instalações sanitárias, sobre o número máximo de utentes e a prescrição do distanciamento físico, devendo preferencialmente o acesso a estas instalações ser controlado, por parte do concessionário.
- Aumento da frequência de higienização das instalações sanitárias, devendo manter-se o registo das ações de limpeza efetuadas.
- Garantir a utilização de equipamentos de proteção individual aos trabalhadores responsáveis pelo serviço de limpeza.





Postos de primeiros socorros

- Todos os concessionários devem manter operacionais os postos de primeiros socorros, equipando-os com mala de primeiros de socorros e dotados com termómetros e equipamento de proteção individual;
- Sempre que seja detetado um caso suspeito de COVID-19, na área balnear, deverá a mesma ser comunicado ao Nadador Salvador Coordenador, pelo nadador salvador ou pelo concessionário;
- O nadador salvador/concessionário deve encaminhar todos os casos suspeitos para o espaço de isolamento e prestar todo o apoio que se revele necessário, interditando a aproximação de qualquer outra pessoa até à chegada do Nadador Salvador Coordenador que informará de imediato o Serviço Municipal de Proteção Civil;

5.3 Procedimento para utilização das praias

NORMAS PARA UTILIZAÇÃO DO AREAL

- Distanciamento físico de 1,5m entre utentes (que não façam parte do mesmo grupo), dando cumprimento às regras de higiene e segurança definidas pela DGS;
- Afastamento de 3 metros entre chapéus-de-sol, contados a partir do limite exterior dos mesmos;
- Afixação de informação de adoção de boas práticas em sinalética, junto de zonas de acesso à praia;
- Interditas atividades desportivas com 2 ou mais pessoas (exceto atividades náuticas, aulas de surf e desportos similares).

Toldos, colmos e barracas de praia

- Capacidade Máxima de 5 pessoas por toldo, colmo ou barraca;
- Reserva com antecedência de zonas destinadas a grupos de crianças inseridas em atividades de férias e para pessoas com mobilidade reduzida;
- Afastamento de 3 metros entre toldos e colmos, contados a partir do limite exterior;





- Afastamento de 1,5 metros entre os limites das barracas, contados a partir do limite exterior;
- Disponibilização de informação clara e acessível sobre comportamentos a adotar na utilização dos toldos, colmos e barracas;

Equipamentos

- Interdição ao uso de quaisquer equipamentos de uso coletivo (gaivotas, escorregas ou chuveiros interiores de corpo ou de pés) e outras estruturas similares;
- Os chuveiros exteriores, espreguiçadeiras, colchões ou cinzeiros de praia devem ser higienizados diariamente, (aquando da montagem, colocação e no decorrer do dia) de acordo com as orientações da DGS, ou sempre que ocorra mudança de utente;
- Higienização diária de chuveiros exteriores, espreguiçadeiras, colchões ou cinzeiros de praia, aquando da montagem, colocação e, no decorrer do dia, de acordo com as orientações da DGS, ou sempre que ocorra mudança de utente;
- Ao acompanhar pessoas com mobilidade reduzida, deve ser garantido o cumprimento dos procedimentos de higiene e segurança, nomeadamente higienização das cadeiras anfíbias após cada utilização, colocação de viseira, pelo utente e acompanhante;
- Após cada utilização, cada cadeira anfíbia deve ser lavada no mar, ou, no caso das águas interiores, com uma mangueira.

Venda ambulante

- Uso obrigatório de máscaras e viseiras pelo vendedor no contacto com os utentes
- A circulação de vendedores ambulantes deve fazer-se com distanciamento físico e preferencialmente, pelos corredores de circulação.
- Cumprimentos de todas as regras de distanciamento físico de segurança, efetuando a disponibilização dos alimentos através de pinça, sempre que adequado, e respeitar as orientações definidas pela DGS relativas à limpeza e desinfeção de superfícies.





Estado de ocupação

O Estado de ocupação da praia é anunciado pelos assistentes de praia através de sinalética:

- **Verde:** ocupação baixa (1/3)
- **Amarelo:** ocupação elevada (entre 1/3 a 2/3)
- **Vermelho:** ocupação plena (3/3)

A Informação atualizada será realizada de forma contínua, em tempo real, designadamente na app “info praia” e no sítio da APA na Internet.

Regras de circulação

- Sentido de circulação com distanciamento físico de 1,5 metros;
- Distanciamento físico de segurança de 1,5m entre cada utente, aquando a circulação em passadeiras, paredões e marginais;
- Nas passadeiras deve destinar-se, preferencialmente, uma para o acesso e outra para a saída, com marcações de espaçamento e de sentido do movimento ou, quando não seja possível, em virtude de a circulação entre as unidades balneares se realizar por uma só passadeira, afixar-se sinalização que informe a necessidade de cumprimento da distância de segurança entre utentes.





ANEXO 2

Higienização pessoal / Lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

 **Duração total do procedimento: 20 segundos**

- 

00 Molhe as mãos
- 

01 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
- 

02 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- 

03 Palma com palma com os dedos entrelaçados
- 

04 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- 

05 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa
- 

06 Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa
- 

07 Enxague as mãos com água
- 

08 Seque as mãos com um toalhete descartável





Procedimentos de etiqueta respiratória e de conduta social

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**





ANEXO 3

Procedimentos de Colocação de Máscaras

Ao **COLOCAR** máscara cirúrgica (*ou outra*) deve:



Lavar as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Posicionar a máscara na posição correta. *A borda dobrável deve estar para cima e a parte colorida para fora.*



Segurar máscara pelas linhas de suporte/elásticos e adaptar a cada orelha. Ajustar a máscara junto ao nariz e queixo, **sem tocar na face da máscara.**

