

# PLANO CONTINGÊNCIA NAVE POLIVALENTE

## Plano de Contingência COVID-19 Nave Polivalente

Versão 2 - Após atualização da Orientação da DGS nº36/2020 de 17/04/2021

### 1. Enquadramento:

O presente Plano de Contingência, resultante da existência do novo Coronavírus SARS-CoV2 (COVID-19), visa adaptar as orientações definidas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) ao funcionamento Nave Polivalente de Espinho, sendo aplicável às equipas técnicas (colaboradores das instalações desportivas municipais), assim como aos utilizadores do espaço (atletas federados, treinadores/técnicos de apoio, dirigentes), para todas as atividades a realizar em contexto de pandemia.

O presente Plano de Contingência complementa o Plano de Contingência geral para o Município de Espinho, adequando-se à utilização da Nave Polivalente de Espinho. O presente documento, uma vez que se rege pelas orientações da DGS, pode sofrer automaticamente alterações quinzenalmente, com base nessas mesmas orientações.

### 2. Objetivos:

O presente Plano de Contingência tem como objetivo divulgar informações e procedimentos de atuação no âmbito da prevenção de eventuais contágios e infeções pelo SARS-CoV-2. As medidas que se seguem, foram pensadas para que todos os utilizadores e colaboradores se sintam mais seguros e confortáveis na utilização deste equipamento municipal.

### 3. Medidas preventivas para colaboradores:

Nos períodos de funcionamento interno e preparação para atividades públicas, deverão ser consideradas as seguintes medidas preventivas:

- Utilização obrigatória de máscara cirúrgica;
- Manter os ambientes limpos e ventilados;
- Ter formação específica para efetuar a desinfeção e limpeza dos espaços, cumprindo o preconizado na Orientação n.º 014/2020 da DGS;
- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto desenvolve os referidos sintomas;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que necessário, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos;
- Adotar as regras de etiqueta respiratória;

- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca, principalmente com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

#### **4. Horário de funcionamento:**

As instalações estarão disponíveis exclusivamente por agendamento de segunda a sexta-feira, entre as 17:30 às 23:00 horas, salvo indicações em contrário pelas autoridades competentes. Os fins-de-semana e feriados estão reservados para realização de competições e torneios oficiais, ou outros eventos de interesse público.

#### **5. Medidas gerais para o funcionamento do espaço:**

Nos dias/horários de abertura ao público deverão ser aplicadas medidas especiais de segurança, de acordo com as medidas preconizadas nas Orientações nº30 e 36 de 2020 da Direção-Geral da Saúde, no que diz respeito à higienização e distanciamento social, garantindo a segurança dos colaboradores e utilizadores, considerando:

- a) O acesso às instalações está limitado aos colaboradores e utilizadores (atletas federados, treinadores e técnicos de apoio), sendo que a modalidade praticada pelos utilizadores deve estar enquadrada numa federação desportiva com estatuto de utilidade pública desportiva, nos termos do Decreto-Lei n.º 248-B/2008 de 31 de dezembro, na sua redação atual.
- b) A utilização da Nave Polivalente de Espinho está pendente de marcação prévia com antecedência mínima de 48 horas antes do período de treino, através do envio de correio eletrónico para os seguintes contactos:
  - [rosa.fonseca@cm-espinho.pt](mailto:rosa.fonseca@cm-espinho.pt) ;
  - [pedro.fernandes@cm-espinho.pt](mailto:pedro.fernandes@cm-espinho.pt) ;

Com conhecimento:

- [jose.gouveia@cm-espinho.pt](mailto:jose.gouveia@cm-espinho.pt)
- [jorge.crespo@cm-espinho.pt](mailto:jorge.crespo@cm-espinho.pt)

No correio eletrónico a enviar deverá constar, uma tabela que contenha informação sobre o agendamento pretendido, a saber:

- Utilização recorrente (mensal):

Agendamento mensal de grupo de trabalho, com indicação de nomes dos intervenientes, clube, secção e respetivo escalão, de acordo com documento PC04-04-IMP-16 (em anexo).

- Utilização esporádica:

Agendamento de atividade esporádica, com indicação de nomes dos intervenientes, hora e data, clube, secção e respetivo escalão, de acordo com documento PC04-04-IMP-15 (em anexo).

Todos os clubes deverão manter registos atualizados de contactos do seu staff, que poderão ser requisitados em caso de necessidade de controlo epidemiológico pelas autoridades de saúde competentes.

- c) A utilização da Nave Polivalente está pendente da apresentação, no início de cada época desportiva, de:

- Termo de responsabilidade: em que os utilizadores do espaço se comprometem a conhecer e cumprir o preconizado neste plano de contingência, assumindo o cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV2 durante a prática desportiva, quer em contexto de treinos quer em contexto de competições, de acordo com o ANEXO 1 – Modelo de Termo de Responsabilidade da norma 36/2020 da DGS, em anexo;
- Plano de contingência para cada clube/secção, de acordo com as orientações das autoridades de saúde e diretrizes da federação/associação que tutela a modalidade.

- d) Os utilizadores deverão adotar medidas de distanciamento físico que garantam a separação de, pelo menos, 2 metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico e desporto (receção, espaços de circulação, etc.), estando proibidas socializações dentro das instalações;

- e) Não é permitida a realização de treinos simultâneos com partilha de espaço por equipas diferentes, exceto jogos de preparação e treino e competições oficiais;

- f) Nas entradas e saídas devem ser respeitados os circuitos próprios e separados, evitando o contacto entre pessoas, sendo que a circulação no interior das instalações deverá realizar-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, de acordo ilustração 2 do presente documento;

- g) Dentro do edifício, em cumprimento da legislação em vigor, a utilização de máscara é obrigatória para todos: equipas técnicas; colaboradores e

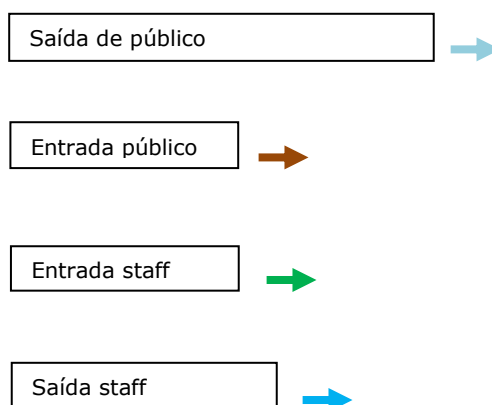
funcionários dos clubes e das infraestruturas desportivas; praticantes em situações de não realização de exercício físico ou durante a prática de modalidades sem esforço físico;

- h) À entrada será realizado o controlo de acesso, pelos colaboradores do pavilhão, para verificação a identificação dos utilizadores, à distância, bem como verificação da temperatura e sintomas; no caso onde se detete temperatura superior a 38°C ou sintomas nos utilizadores, serão os mesmos impedidos de entrar no espaço e aconselhados a tomar medidas preconizadas pela DGS relativas aos casos suspeitos;
- i) Deverão ser garantidas as medidas de arejamento do local, de acordo com a Orientação nº 030/2020 da DGS, através de sistemas de ventilação natural ou mecânica;
- j) O contacto com objetos que estejam na posse dos utilizadores, tais como telemóveis, documentos ou cartões, deve ser evitado; sempre que o mesmo seja indispensável, deve ser realizada a higienização das mãos antes e depois do contacto;
- k) A utilização dos balneários é permitida apenas se for possível assegurar as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação n.º 014/2020 da DGS. Uma vez que em contexto de treino não é possível assegurar os pressupostos da referida orientação, a utilização de balneários só será autorizada em contexto de competições oficiais, no entanto, é recomendado evitar a utilização dos mesmos;
- l) Não será permitida a utilização da sala de musculação uma vez que não estão reunidas as condições de distanciamento social necessárias;
- m) O posto médico funcionará como gabinete de primeiros socorros, para simples fornecimento de gelo ou tratamento de pequenos cortes e/ou feridas, em casos de emergência;
- n) A utilização das instalações sanitárias encontra-se limitada, sendo permitida a sua utilização apenas em caso de emergência, estando para o efeito disponíveis no piso 0 (corredor balneários), um wc para o género feminino e outro para o masculino, com lotação máxima de 2 pessoas por wc;
- o) Os utilizadores que tenham sintomatologia compatível com COVID-19 devem abster-se de frequentar o espaço;

## 6. Sinalética exterior:

Será colocada sinalética exterior com indicação do local de entrada e saída do edifício:

- A entrada e saída de público, realizar-se-á pelo acesso junto à pirâmide da Nave Polivalente, mais concretamente na ala poente do edifício;
- A entrada e saída de atletas e restante staff realizar-se-á pela porta da “recepção”, com acesso automóvel pelo parque sul, junto à pousada de juventude.



## 7. Entrada de público:

A afluência de público está condicionada pelo índice de transmissibilidade e incidência avaliado pelas entidades competentes e definida de acordo com a realidade epidemiológica de cada concelho. Assim, sempre que a entrada de público seja permitida, a sua receção e monitorização será da responsabilidade dos clubes intervenientes na competição, ficando os mesmos responsáveis pela monitorização da afluência e permanência de público nas instalações, garantindo:

- Cumprimento de 33% da lotação do recinto;
- O obrigatório uso de máscara;
- Respeito pela distância de segurança nas zonas de acesso e nas bancadas dos recintos;
- Desinfecção regular das mãos e recurso à etiqueta respiratória.

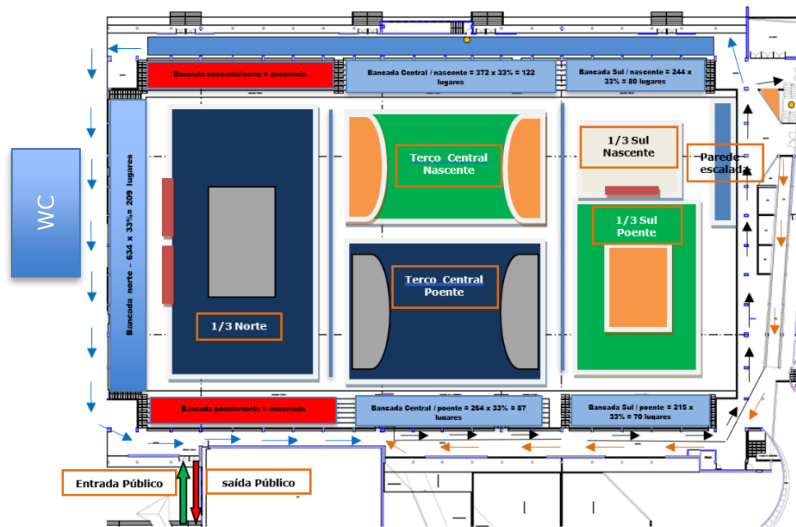


Ilustração 1 – Fluxo público e capacidade máxima lugares sentados de cada recinto desportivo

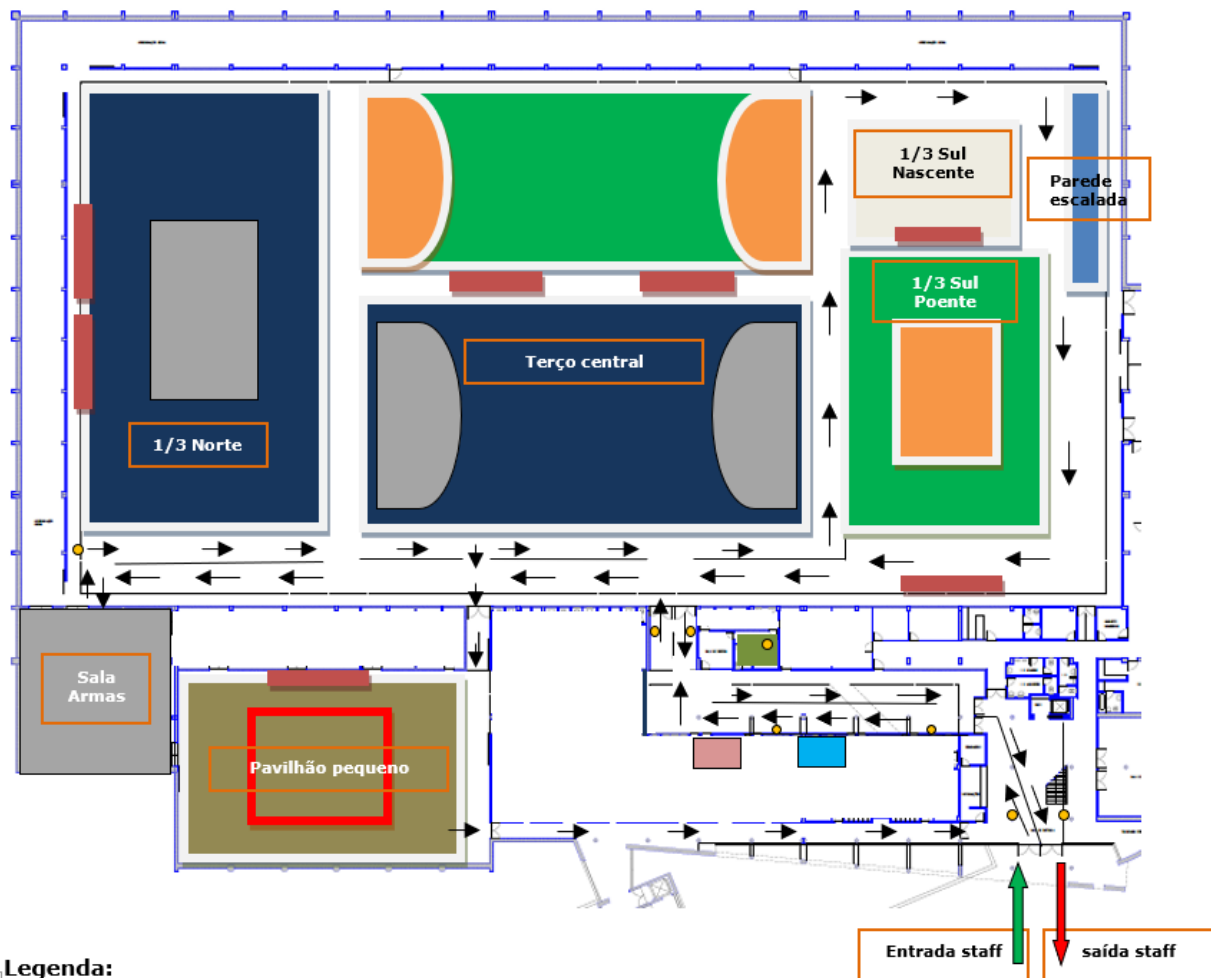
## 8. Lotação recintos:

Sempre que a afluência de público esteja autorizada, dever-se-á ter em conta a seguinte lotação máxima que diz respeito a 33% da capacidade de lugares sentados de cada recinto:

- Pavilhão pequeno - Dadas as condições de acesso ao local, o Pavilhão pequeno da Nave Polivalente não reúne condições de segurança para albergar público uma vez que não nos é possível evitar cruzamentos de staff e público em geral;
- 1/3 Norte - Utilização bancada norte - Número total lugares - 634, número máximo de espectadores permitidos - 209, estando as bancadas nascente e poente norte encerradas;
- 1/3 Centro poente - Utilização bancada central poente - Número total lugares - 264, número máximo de espectadores permitidos - 87;
- 1/3 Centro nascente - Utilização bancada central nascente - Número total lugares - 372, número máximo de espectadores permitidos - 122;
- 1/3 Sul poente - Utilização bancada sul poente - Número total lugares - 215, número máximo de espectadores permitidos - 70;
- 1/3 Sul nascente - Utilização bancada sul nascente - Número total lugares - 244, número máximo de espectadores permitidos - 80;

## 9. Entrada de staff:

Este espaço funcionará como local de receção de staff exclusivamente com marcação. Será realizado o controlo à entrada, devendo o atleta confirmar o agendamento indicando o seu nome, clube e escalão. Os horários de agendamento deverão ser cumpridos escrupulosamente, sendo permitida a entrada nas instalações, 5 minutos antes do respetivo agendamento. Ainda à entrada será medida a temperatura com recurso a termómetro de infravermelhos, sendo permitido o acesso aos utentes com temperatura inferior a 38°. Todos os utentes deverão desinfetar as mãos e mudar de calçado à entrada, levando os seus pertences até ao recinto.



### Legenda:

Indicador de fluxo	→
W.C. Masculino	■ (azul)
W.C. Feminino	■ (rosa)
Sala isolamento	■ (verde)

Ilustração 2 - Fluxo staff para afluência a cada recinto desportivo



## 10. Medidas preventivas para utilizadores:

Nos períodos de utilização do pavilhão, deverão ser consideradas as seguintes medidas preventivas:

- a. O uso de máscara cirúrgica é obrigatório por parte de treinadores, técnicos de apoio e atletas em situações de não realização de exercício físico ou durante a prática de modalidades sem esforço físico, sendo a utilização da máscara por parte dos atletas opcional apenas no momento do treino;
- b. É estritamente proibida a partilha de equipamento e objetos pessoais (toalhas, garrafas, etc.);
- c. Os utilizadores devem higienizar as mãos antes e após terminar o treino;
- d. Os utilizadores não devem tocar na cara depois de tocar numa bola ou qualquer outro equipamento;
- e. Os utilizadores devem levar consigo todo o seu equipamento individual, evitando que este toque em superfícies, instalações ou outros utilizadores. É fortemente recomendado que os atletas venham equipados;
- f. Todo o equipamento, sem exceção, deve ser frequentemente limpo com desinfetante à base de álcool;
- g. Todas as zonas de treino e equipamentos devem ser higienizadas e desinfetadas após cada módulo de treino, pelo clube utilizador, devendo ser respeitado um intervalo de pelo menos 15 minutos entre módulos para higienização e arejamento do espaço;
- h. É ainda aconselhada a utilização célere das zonas comuns de forma a evitar aglomerados;
- i. É absolutamente essencial o cumprimento dos fluxos, horários previamente estipulados, bem como respeitar e acatar as recomendações dos colaboradores de serviço;
- j. Estas medidas não dispensam a leitura do regulamento específico elaborado pelas federações e/ou clubes cujas respetivas modalidades desportivas são praticadas nesta instalação desportiva.

## 11. Recomendações para clubes:

- a) Redigir plano interno de contingência adequado à atividade desenvolvida;
- b) Proibir a partilha de material de treino ou objetos de uso pessoal;
- c) Privilegiar a comunicação digital com atletas e os seus encarregados de educação;
- d) Registrar e monitorizar eficazmente as presenças, horários e contactos telefónicos, em cada treino/competição;
- e) O agendamento prévio para utilização dos equipamentos desportivos é obrigatório, efetivando-se apenas após respetiva validação pelos Serviços da Divisão de Desporto;
- f) Apelar à consciência dos atletas que ao entrar na instalação têm de adaptar os comportamentos recomendados para proteção pessoal e de terceiros;
- g) Promover o cumprimento de todas as normas e medidas em vigor, bem como indicações transmitidas pelos funcionários do Pavilhão;

## 12. Potencial caso de infeção por SARS-CoV-2:

### a) Sala Isolamento:

Foi definida como sala de isolamento o gabinete antidoping da Nave Polivalente. Este espaço será exclusivamente utilizado para este efeito e terá disponível um kit com água e alguns alimentos não perecíveis, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas e acesso a instalação sanitária de uso exclusivo.

### b) Definição de caso suspeito:

São considerados casos suspeitos de COVID-19 as pessoas de apresentem os seguintes sinais ou sintomas: tosse, febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), dispneia / dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato.

## c) Procedimentos perante caso suspeito:

Na eventualidade de surgimento de um caso suspeito, deverá ser colocada uma máscara, preferencialmente pelo próprio, encaminhando-o por uma única pessoa para a sala de isolamento, situada no Piso 0 (sala antidoping). Em seguida, deverá ser contactada a linha SNS 24 pelo número (808 24 24 24) e posteriormente contactado o superior hierárquico que prontamente entrará em contacto com os Serviços de Proteção Civil Municipais.

## d) Procedimentos perante um caso suspeito validado:

Uma vez validado o caso suspeito, a área de isolamento deve ficar interdita até que seja efetuada a sua descontaminação (limpeza e desinfeção), de acordo com a Orientação nº 014/2020 da Direção-Geral da Saúde.

## Anexos