



MANUAL DE PROCEDIMENTOS DE PROTEÇÃO – COVID 19
Pavilhão Marialvas V3. julho 2022)

REGRAS DE FUNCIONAMENTO 2022-2023
PEDRO RATOLA



Conteúdo

ANÁLISE DE RISCO	2
A. PESSOAL AUTORIZADO A UTILIZAR AS INSTALAÇÕES	2
B. DESLOCAÇÕES E PROCESSO ADMINISTRATIVO.....	2
1. Comportamento fora das instalações.....	2
2. Deslocações para e das instalações	2
3. Circulação nas instalações.....	3
4. Processo Administrativo.....	3
5. Controlo de Acessos	3
C. BALNEÁRIOS	3
D. INSTALAÇÕES SANITÁRIAS.....	3
E. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO	3
F. EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI).....	3
1. Colaboradores.....	3
2. Utilizadores	4
G. PLANO DE CONTINGÊNCIA SE EXISTIREM SINTOMAS DURANTE A UTILIZAÇÃO	4
1- Detecção de caso suspeito	4
2- A pessoa com sinais de doença	4
H. INSTALAÇÕES QUE PODEM SER UTILIZADAS	4
I. NORMAS DE FUNCIONAMENTO DO PAVILHÃO “OS MARIALVAS”: 2022/2023	5

PAVILHÃO MARIALVAS

ANÁLISE DE RISCO

A entrada de um determinado número de utentes nos espaços destinados a prática de atividade física deverá ser planeada, organizada e executada pelos responsáveis dos equipamentos, com aviso prévio aos utentes para que se evite aglomeração, tendo sempre em conta o distanciamento social adequado, na entrada, saída e utilização da instalação desportiva.

Cabe realçar que a prática regular de exercício físico está associada à melhoria das funções imunológicas, otimizando as defesas do organismo diante agentes infecciosos, o que se torna numa importante ferramenta no tratamento e prevenção de doenças como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, entre outras, pois pessoas com estas patologias estão mais suscetíveis às complicações e agravamento pela COVID – 19.

Os espaços onde decorre a prática de atividade física, pelas suas características, podem ser locais de potencial transmissão da infeção SARS-CoV-2, quer por contacto direto e/ou indireto. Por isso, medidas adicionais devem ser tomadas para assegurar a minimização da transmissão da doença nestes contextos.

Desta forma, sabedores da responsabilidade do Município de Cantanhede na promoção da saúde e do bem-estar dos seus munícipes, passamos a apresentar as seguintes normas e condutas que possibilitam a flexibilização e a reabertura gradual dos estabelecimentos municipais de atividade física, nomeadamente, o Pavilhão “Os Marialvas”.

A. PESSOAL AUTORIZADO A UTILIZAR AS INSTALAÇÕES

Ficam autorizados a utilizar as instalações do Pavilhão “Os Marialvas” (Município de Cantanhede), todas as pessoas que não apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 (tosse, febre (>38,0°C), dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato).

Perante sintomas sugestivos de COVID-19, devem autoisolar-se e ligar para o Centro de Contacto SNS24 (808242424) ou, de forma complementar, contactar o médico de família ou a respetiva Unidade de Saúde Familiar ou outra entidade a que habitualmente recorra. Deve ser privilegiada a identificação dos contactos de alto risco de caso confirmado de infeção por SARS-CoV-2 / COVID-19, pelo próprio caso confirmado, cessando a indicação para isolamento profilático dos contactos de alto risco

B. DESLOCAÇÕES E PROCESSO ADMINISTRATIVO

1. Comportamento fora das instalações

O comportamento fora das atividades de prática desportiva deve reger-se pelas mais recentes orientações da Direção Geral de Saúde, no que se refere ao distanciamento social, etiqueta respiratória e demais recomendações.

2. Deslocações para e das instalações

As deslocações para e das instalações de atividades de prática desportiva devem ser efetuadas, respeitando as mais recentes orientações da Direção-Geral de Saúde. Os utilizadores só devem dirigir-se às instalações se assintomáticos. Na presença de sintomas ou de temperatura elevada medida no domicílio, os utilizadores devem abster-se da deslocação às instalações desportivas e procurar assistência médica.

3. Circulação nas instalações

A circulação no interior das instalações deverá realizar-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados.

4. Processo Administrativo

O atendimento será realizado presencialmente, por forma eletrónica ou via telefónica (231422101). Os postos de atendimento administrativo terão uma proteção em acrílico. Sempre que possível, importa que seja garantido um distanciamento físico em aglomerados de pessoas, nomeadamente nas áreas de espera e de atendimento.

5. Controlo de Acessos

- O controlo de acessos será realizado pelos funcionários de serviço na receção, ou pelas entidades enquadradas pelo aluguer de espaços.
- O posto de controlo será equipado com termómetro, máscaras, luvas descartáveis, toalhetes alcoolizados, solução de desinfeção de superfícies, saco de armazenamento de resíduos, kit EPI extra e material educativo.

C. BALNEÁRIOS

Relativamente aos balneários seguiremos as seguintes normas de utilização:

- A utilização de balneários é permitida;
- Sempre que possível, a utilização dos balneários pelas crianças deve ser de forma autónoma, sem acompanhamento de adultos, de forma a reduzir o número de pessoas no mesmo local;
- A limpeza, higienização e desinfeção dos cacifos, cabides, chuveiros/cabines de duche e instalações sanitárias, será efetuada após cada horário predefinido de utilização.

D. INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

Os utilizadores do Pavilhão “os Marialvas” terão disponíveis as instalações sanitárias do piso 0 e do piso 1. Os utilizadores que acedam aos balneários terão ainda disponíveis as instalações sanitárias dos balneários atribuídos. Os funcionários terão ao seu dispor as instalações sanitárias do balneário nº 5.

As instalações sanitárias estarão sempre limpas e desinfetadas, pelo que adotaremos os seguintes procedimentos para o efeito:

- Apenas será permitida a utilização individual de cada instalação sanitária;
- Procedimentos a seguir após uso dos sanitários – limpeza e desinfeção;
- Não é permitido o uso de secadores de cabelo;
- Horário reforçado de limpeza e desinfeção das instalações sanitárias.

E. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

A limpeza e desinfeção de superfícies será efetuada de acordo com a orientação específica da DGS.

F. EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI)

1. Colaboradores

Todos os colaboradores deverão seguir as normas mais recentes da Direção-Geral de Saúde relativamente à utilização de EPIs. Os funcionários em funções de atendimento ao público, para além de seguir as normas mais recentes da DGS, terão proteção adicional de acrílicos.

2. Utilizadores

Todos os utilizadores das instalações deverão seguir as normas mais recentes da Direção-Geral de Saúde relativamente à utilização de EPIs.

- Os utentes não devem deslocar-se ao Pavilhão “Os Marialvas” se estiverem sintomáticos pela doença COVID-19;
- O acesso não será permitido a indivíduos em isolamento;
- Deverão seguir as normas afixadas e sinalética de circulação.

G. PLANO DE CONTINGÊNCIA SE EXISTIREM SINTOMAS DURANTE A UTILIZAÇÃO

Está prevista uma Sala de Isolamento, identificado o trajeto para a mesma. Na sala irão constar: termómetro, lenços papel, luvas e máscara e água, recipiente para lixo e os procedimentos a seguir bem como os meios a ativar em caso de sintomas durante o treino.

No caso do Pavilhão “Os Marialvas”, a **Sala de Isolamento** durante a época desportiva 2022-2023 **será no espaço junto à sala de Artes Marciais**.

1- Detecção de caso suspeito

O responsável das instalações ou alguém que o substitua deve:

1. Colocar máscara e luvas, ANTES de se aproximar de um caso suspeito;
2. Entregar máscara e luvas à pessoa com sinais de doença;
3. Indicar à pessoa a sala preparada para isolamento (acompanhar com, pelo menos, 1 metro de distância, a pessoa até à zona da sala de isolamento pelo percurso definido, evitando contacto próximo com outras pessoas);
4. Identificação e registo dos espaços frequentados pela pessoa e dos contactos estabelecidos com a mesma nesse local.

2- A pessoa com sinais de doença

1. Segue as orientações constantes do folheto disponível na sala de isolamento profilático;
2. Contacta a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as instruções.

H. INSTALAÇÕES QUE PODEM SER UTILIZADAS

No Pavilhão “Os Marialvas”, propomos que a retoma da retoma pré-COVID das atividades desportivas nelas desenvolvidas, mantendo-se algumas restrições de acessos para utilização de alguns espaços desportivos, que poderão ser levantadas ou não, mediante a evolução epidemiológica, decorrentes da legislação em vigor e das orientações definidas pela DGS.

Desta forma e considerando:

- As características desportivas, técnicas e regulamentares específicas das modalidades desportivas que utilizam o Pavilhão “Os Marialvas”, bem como as suas características e as condições de higienização recomendadas pelas Autoridades de Saúde;
- Identificados os procedimentos e as necessárias medidas de minimização dos riscos de utilização das instalações.

Assim apresentamos as áreas encerradas e as áreas em funcionamento na seguinte tabela:

Áreas Encerradas	Nenhuma
Áreas em Funcionamento	Bancada Acesso bancadas Recinto Desportivo Sala de Atividade Física Balneários Gabinetes WC Públicos do Piso 0 e Piso 1 Sala de Isolamento

As regras de utilização definidas neste documento sobrepõem-se às Normas de Utilização Interna do Pavilhão “Os Marialvas” no cumprimento legal imposto e de acordo com as orientações da DGS.

I. NORMAS DE FUNCIONAMENTO DO PAVILHÃO “OS MARIALVAS”: 2022/2023

1. Época desportiva com início a 1 de setembro de 2023

As instalações do Pavilhão “Os Marialvas” decorrerão no cumprimento do Regulamento de Utilização de Equipamentos e/ou Instalações Desportivas do Município de Cantanhede aprovado em sessão da Assembleia Municipal de 19/02/2015 sob proposta da Câmara Municipal de 03/02/2015 e das Normas de Utilização e Funcionamento das Instalações Desportivas de Gestão Municipal do Município de Cantanhede aprovadas pela Câmara Municipal em 10/11/2020.

Exceções:

- Horário de Funcionamento da Instalação:

Dias da Semana	Período Letivo	Fora do Período Letivo
2ª Feira	8h00m até 22h30	9h00 – 13h e 14h00 até 22h30
3ª Feira	8h00m até 22h30	9h00 – 13h e 14h00 até 22h30
4ª Feira	8h00m até 22h30	9h00 – 13h e 14h00 até 22h30
5ª Feira	8h00m até 22h30	9h00 – 13h e 14h00 até 22h30
6ª Feira	8h00m até 22h30	9h00 – 13h e 14h00 até 22h30
Sábado	ENCERRADO	ENCERRADO
Domingo	ENCERRADO	ENCERRADO

2. Utilizadores

Para utilização dos espaços desportivos do pavilhão, os utilizadores terão de estar inscritos nos serviços e/ou nas entidades responsáveis pela cedência de espaços, e terem a sua situação regularizada, respeitando as regras que se encontram apresentadas no presente documento.

3. Circulação nas Instalações

A circulação no interior das instalações do Pavilhão “Os Marialvas” será efetuada através de sinalética horizontal e vertical. Para o bom funcionamento desta época desportiva nas instalações é fundamental que os utilizadores respeitem todas as indicações dadas pelos funcionários. O aumento do risco de contágio é uma evidência clara, à qual as medidas descritas no documento pretendem minimizar, sendo que esta premissa será possível mediante a responsabilização coletiva.