

## **COVID- 19 Informação aos Colaboradores APFC**

Perante a situação excecional que se vive no nosso país, a APFC e os seus colaboradores deverão ser também eles agentes ativos no controlo da expansão de contaminações por COVID-19, por forma a obter o sucesso que todos pretendemos na limitação deste problema de saúde pública. Assim, sem criar alarmismos e tentando manter o funcionamento da associação importa reforçar as seguintes ideias:

- No contexto das áreas de trabalho onde a APFC desenvolve atividades os colaboradores da APFC devem ter presente que a transmissão do Vírus Covid-19 ocorre das seguintes formas:

- Através gotículas respiratórias;
- Através contacto direto com secreções infecciosas;

Tendo isto em conta, por forma a minimizar ao máximo as possibilidades dos colaboradores APFC, contraírem/transmitirem o vírus, estes deverão em primeiro lugar aplicar as medidas de contingência usadas para população em geral:

- *Lavar as mãos com frequência:*
- *Quando espirrar ou tossir tapar a boca e nariz como braço ou lenço de papel, não reutilizando lenços.*
- *Evitar tocar com as mãos na cara, olhos, nariz e boca sem antes realizar uma lavagem adequada.*
- *Não cumprimentar com apertos de mão, abraços ou beijos*

Para além disso, no caso específico da APFC e por forma a reforçar o seu papel ativo na contenção do vírus serão ainda adotadas as seguintes medidas:

### ***Instalações e viaturas:***

- *A partir de segunda-feira (16 de Março) não haverá atendimento aos sócios e clientes nas instalações da APFC, os contactos serão realizados via telefone e correio electrónico.*
- *Serão colocados frascos de álcool e desinfetante em locais estratégicos para serem usados frequentemente.*
- *Limpeza frequente das zonas onde há maior probabilidade de depósito de gotículas (mesas, balcões, maçanetas das portas).*
- *Sempre que possível manter as portas e janelas abertas por forma a arejar o ambiente e evitar que as pessoas tenham de abrir portas.*
- *Limpezas volantes, manete de velocidades, tabliers.*

### **Equipas em Gabinete:**

- Nas próximas duas semanas sempre que possível realizar trabalho desde casa, usando acessos remotos aos computadores do gabinete.
- Deslocações ao gabinete apenas em situações necessárias.
- Quando em gabinete manter distância de 1-2 metros de colegas de trabalho.
- Evitar aglomerações durante as pausas para refeições.
- Na área das refeições os utensílios comuns não devem ser partilhados.

### **Equipas em campo:**

- Nas próximas duas semanas as equipas de campo deverão sempre ser constituídas pelos mesmos elementos. As equipas deverão ser afetas a viaturas específicas durante este período.
- Sempre que se desloquem a sede da APFC, não deverão entrar dentro dos gabinetes, sendo o contacto realizado com os restantes elementos das equipas no local habitual de atendimento ao público.
- Manter sempre que possível distância de 1-2 metros de colegas de trabalho.

### **Os sinais de uma possível infeção são:**

- Febre
- Tosse persistente
- Dificuldade respiratória

### **Caso apresente alguns destes sinais deverá:**

- Evitar contacto próximo com outras pessoas. Caso esteja em gabinete deverá deslocar-se para uma sala onde possa estar isolado dos restantes colegas.
- Não se deslocar de imediato aos serviços de saúde e contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24). Está linha servirá para lhe dar as indicações adequadas e necessárias

#### Fontes:

- <https://covid19.min-saude.pt/perguntas-frequentes/> Consultado a 13/03/2020
- Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas – Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 – Direção Geral de Saúde.