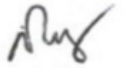




COMUNICADO OPERACIONAL 34/2020

SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA- COVID-19- PLANO DE OPERAÇÕES NACIONAL COVID- 19 -
(PONCoV)

CONTROLE DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA EM PORTUGAL



SITUAÇÃO

Face à situação de Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional da COVID-19, foi aprovado o Plano de Operações Nacional para o Coronavírus (COVID - 19) – PONCoV, o presente plano aplica-se a todo o território continental e a todas as estruturas, forças e unidades envolvidas ou outras que cooperem nas atividades de proteção e socorro, servindo de referência ao planeamento, geral, especial e sectorial, para a gestão das situações de emergência referentes ao Coronavírus (COVID – 19), nos vários escalões territoriais.

A realidade vivida em Portugal justifica a adoção de medidas mais restritivas do que aquelas que foram tomadas nas semanas que se antecederam. Face a este cenário foi publicada a Resolução do Conselho de Ministros n.º 70-A/2020 de 11 de setembro a qual declarou, na sequência da evolução da situação epidemiológica da COVID-19, a situação de contingência em todo o território nacional continental e determinou a adoção, em todo o território nacional, de medidas de carácter excepcional, necessárias ao combate à COVID-19.

Nos termos do disposto na Resolução do Conselho de Ministros n.º 81/2020 de 29 de setembro é determinada a prorrogação da declaração da situação de contingência em todo o território nacional continental, até às 23:59 horas do dia 14 de outubro de 2020.

EFEITOS EXPECTÁVEIS

A continuidade de linhas de contágio para a situação epidemiológica, constituem um risco para o aumento dos casos de infeção, podendo agravar a sua expansão geográfica e a pressão no sistema de resposta operacional.



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

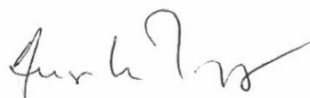
O SMPCM recomenda à população a tomada das necessárias medidas de precaução, de acordo com as orientações emanadas pela OMS e DGS:

1. Lavagem frequente das mãos com água e sabão ou com soluções à base de álcool.
2. Cobrir a boca e o nariz ao espirrar ou tossir.
3. Utilizar um toalhete de uso único para conter as secreções respiratórias, o qual deve ser prontamente eliminado num contentor de resíduos próximo.
4. Em alternativa poderá tossir ou espirrar para o braço/manga evitando a dispersão de partículas, e a consequente contaminação das mãos.
5. Higienizar as mãos após contacto com secreções respiratórias.
6. Evitar tocar nas mucosas dos olhos, boca ou nariz.
7. Evitar contacto com pessoas com infeção respiratória.
8. Evitar partilha de objetos de uso pessoal e comida.
9. Na presença de sintomas de tosse, febre ou dificuldade respiratória conjugado com regresso recente de áreas com transmissão comunitária ativa do COVID-19 ou contacto com um doente infetado, **deve ligar para a Linha SNS 24 – 808 24 24 24.**
10. **Manter pelo menos 2 metros de distância em relação a outras pessoas,** principalmente daquelas que apresentam sintomas de tosse ou febre.
11. **Reduzir ao mínimo a permanência em locais públicos muito frequentados.**

O SMPC recomenda a adequação dos comportamentos e atitudes face à situação de perigo de contágio, nomeadamente com a adoção das necessárias medidas de prevenção e precaução, disponível junto dos sítios da internet da ANEPC e da DGS.

Mira, 01 de outubro 2020

O Coordenador Municipal Proteção Civil



Ângelo Manuel Morais Lopes, Dr.