

## **Pandemia de Gripe - Princípios para a realização de actividades sociais, culturais e desportivas na fase inicial da epidemia local**

### **Actividades sociais na fase de epidemia local**

Princípios gerais de planeamento e gestão das actividades sociais na fase de epidemia local

- Na fase inicial, deve reduzir, com a máxima brevidade, o risco de actividade social, adiando a transmissão da doença, incluindo:
  - adiar a realização das actividades sociais com comparativamente menos importância, mas com risco mais elevado;
  - quanto à realização contínua das actividades sociais, deve adoptar medidas rigorosas para reduzir os riscos;
- Decorrido o pico de epidemia, deve retomar com a máxima brevidade a vida social normal.

### **Orientações de planeamento e gestão**

Concretamente, quando decidir realizar actividades sociais, culturais ou desportivas, deve planeá-las e geri-las de acordo com as seguintes três formas:

1. Avaliar a importância e o risco: avaliar a importância social da actividade e os riscos da mesma, ponderar e decidir; em princípio, todas as actividades com factores de risco óbvios (vide o seguinte número) devem ser adiadas temporariamente, no entanto, caso a suspensão de realização das actividades afecte os serviços sociais básicos ou provoque grande dano social, as actividades poderão ser realizadas com a condição prévia de serem reduzidos os factores de risco e serem adoptadas medidas higiénicas rigorosas.
2. Eliminar ou reduzir quanto possível os factores de risco:
  - Organização de residentes locais para se deslocarem às zonas epidémicas;
  - Actividades com indivíduos regressados/vindos das zonas

epidémicas no prazo de 7 dias;

- Actividades com grande número de alunos (geralmente, o indicador é o agrupamento igual ou superior a 30 alunos);
- Multidão, aglomeração ou contacto próximo — deve considerar, em geral, a dimensão dos locais de actividades, o número de participantes e a forma de contacto; geralmente, quando a área do local ocupada por indivíduos é, em média, menor que 1.5 m<sup>2</sup> per capita é considerada “apinhada”.

3. Medidas higiénicas que devem ser adoptadas:

- Antes da realização da actividade, deve apelar aos eventuais participantes que não participem na mesma, se tiverem sintomas de febre, tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garanta, constipação, vómitos, diarreias, entre outros, ou regressarem/vierem das zonas epidémicas no prazo de 7 dias antes da realização da actividade;
- As grávidas ou indivíduos com doenças básicas devem evitar participar em actividades com grandes multidões;
- Medida de temperatura corporal na entrada;
- Controlo do número de pessoas que entrem no local de actividade de acordo com a área e capacidade de ventilação do mesmo;
- Garantia de boa ventilação e higiene do local — geralmente, nos locais interiores deve ser garantida uma quantidade de ar fresco per capita de 20m<sup>3</sup> /hora, sendo considerados adequados locais que disponham de sistema de vigilância de qualidade de ar e garantam um valor satisfatório de vigilância;
- Reduzir tanto quanto possível o tempo de actividades realizadas nos locais fechados;
- Durante a realização da actividade, deve evitar contactos demasiado próximos entre os participantes, garantir o abastecimento de materiais sanitários e supervisionar os participantes para que estes prestem atenção à higiene pessoal.

**Serviços de Saúde**

1 de Julho de 2009