



REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE
INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA

Projecto Regional de Estatística da SADC (Statcap 2)
Project N° P175731

PLANO DE CONTINGÊNCIA DA COVID-19

VERSÃO DRAFT

Janeiro, 2023

Índice

ÍNDICE	1
LISTA DE FIGURAS	1
LISTA DE TABELAS	1
LISTA DE ACRÓNIMOS E ABREVIATURAS	2
GLOSSÁRIO	3
1 INTRODUÇÃO	4
1.1 ANTECEDENTES	4
1.2 PRINCIPAIS ACTIVIDADES DO PROJECTO	5
1.3 OBJECTIVO DO PLANO	5
1.4 ÂMBITO	5
1.5 RESPONSABILIDADE NA IMPLEMENTAÇÃO DO PLANO	6
2 PLANIFICAÇÃO PARA A IMPLEMENTAÇÃO DO PLANO	6
2.1 CRIAÇÃO DE COMISSÕES INSTITUCIONAIS DE GESTÃO DE COVID-19 (CIGCOVID-19)	7
2.2 ADAPTAÇÃO DAS INSTALAÇÕES	7
2.3 ESTABELECIMENTO DE ÁREAS DE ISOLAMENTO	7
3 REQUISITOS PARA A MITIGAÇÃO DA COVID-19	8
3.1 REQUISITOS GERAIS	8
3.2 REQUISITOS ESPECÍFICOS EM DIFERENTES CONTEXTOS	8
3.3 VACINAÇÃO	10
4 REQUISITOS DE CONTROLO E VIGILÂNCIA	11
4.1 CONTROLO E VIGILÂNCIA DE CASOS SUSPEITOS E CONFIRMADOS	11
4.2 VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	12
4.3 REQUISITOS DE SAÚDE E SEGURANÇA NA ASSISTÊNCIA DE CASOS SUSPEITOS E CONFIRMADOS	14
5 BIBLIOGRAFIA	16
ANEXOS	17
ANEXO 1 - INFORMAÇÃO FUNDAMENTAL A TRANSMITIR PARA AS COLABORADORES E PARCEIROS ENVOLVIDOS NA ACTIVIDADE	17
ANEXO 2 - CONTACTOS E REFERENCIAS RELEVANTES	20
ANEXO 3 - QUADRO LEGAL REGULAMENTAR	21

Lista de Figuras

FIGURA 1 – FLUXOGRAMA DE CONTROLO E VIGILÂNCIA DE CASOS SUSPEITOS E CONFIRMADOS	12
FIGURA 2 – FLUXOGRAMA DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	13

Lista de Tabelas

TABELA 1: REQUISITOS PARA MITIGAÇÃO DA COVID 19	8
TABELA 2: GRAU DE RISCO DE EXPOSIÇÃO DO CONTACTO PRÓXIMO	12
TABELA 2: ACÇÕES DE HIGIENE E SAÚDE OCUPACIONAL PERANTE UM CASO SUSPEITO/CONFIRMADO NO AMBIENTE DE TRABALHO	14

Lista de acrónimos e abreviaturas

CIGCOVID-19	Comissão Institucional de Gestão de COVID-19
COVID-19	Doença do Coronavírus – 2019 (Coronavirus Disease 2019)
GdM	Governo de Moçambique
INE	Instituto Nacional de Estatística
m	Metros
MEF	Ministério da Economia e Finanças
MISAU	Ministério da Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
OSCs	Organizações da Sociedade Civil
RH	Recursos Humanos
SARS-CoV	Síndrome Respiratória Aguda Grave (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus)
UCI	Unidade de Cuidados Intensivos
UE	União Europeia
PIU	Unidade de Implementação do Projecto

Glossário

Área de isolamento	Local que objectiva evitar ou restringir o contacto directo dos trabalhadores com o trabalhador com sintomas/caso suspeito, evitando uma eventual propagação da doença no local de trabalho (local em que o trabalhador com sintomas permanece até ser validado (ou não) pelos órgãos de saúde).
Caso confirmado	Indivíduo testado e com resultado laboratorial que confirma estar infectado pelo COVID-19, independentemente de ter ou não sinais e sintomas clínicos da COVID-19, [MISAU, 2020, pag. 8].
Caso não confirmado	Indivíduo testado e com resultado laboratorial que confirma não estar infectado pela COVID-19
Caso recuperado	Pessoa anteriormente declarada positiva para COVID-19, e que está declarada livre da COVID-19 através dos resultados fornecidos pela autoridade de saúde.
Caso suspeito	Indivíduo que apresenta sintomas semelhantes da COVID-19 (tosse, dificuldade para respirar, febre) ou que constitua contacto próximo em situação de alto risco de exposição ainda dentro de 14 dias após exposição.
Contacto próximo	Indivíduo que tenha estado exposto ou em contacto físico com um caso confirmado [MISAU, pag. 8]
Desinfecção	Limpeza e eliminação ou remoção de todos os micro-organismos, independente de serem patogénicos ou não, presentes em artigos ou superfícies inanimadas, através de uso de substâncias apropriadas para o efeito, [MISAU, 2020, pag. 8].
Grupos de Risco	Pessoas que poderão desenvolver um quadro clínico grave se contaminadas pela COVID. Elas também apresentam maior facilidade de contrair a doença quando expostas ao vírus.
Isolamento domiciliar	É a separação física de pessoas doentes ou suspeitas da COVID-19 num compartimento/espço para evitar um convívio próximo com outras pessoas saudáveis ou sem sinais e sintomas clínicos, [MISAU, 2020, pag. 8].
Morbimortalidade	Índice de pessoas mortas em decorrência de uma doença específica dentro de determinado grupo populacional
Pandemia	Situação em que há um aumento considerável do número de casos de determinada doença em vários países do mundo, [MISAU, 2020, pag. 8].
Pessoa assintomática	Pessoas positivas para COVID-19 mas que não apresentam sintomas. Contudo, elas podem mesmo assim transmitir o vírus a outras pessoas, [MISAU, 2020, pag. 8].
Pessoa sintomática	Indivíduo que apresenta um conjunto de sinais e sintomas clínicos da doença (neste caso da COVID-19).
Quarentena	É a reclusão de indivíduos pelo período máximo de incubação da doença (durante 14 dias no caso da COVID-19) contados a partir da data do último contacto com um caso clínico ou portador, ou o local em que se encontrava a fonte de infecção, [MISAU, 2020, pag. 8].

1 Introdução

O Governo de Moçambique (GdM), com o apoio do Banco Mundial, pretende implementar o projecto Regional de Estatísticas da SADC (StatCap 2) com vista a reforçar a capacidade institucional da SADC e dos países participantes para produzir, disseminar e utilizar estatísticas de qualidade, aumentando ao mesmo tempo a harmonização e colaboração regional.

O Statcap 2 incluirá seis países Comores, Madagáscar, Malawi, Moçambique e Zâmbia e São Tomé e Príncipe, e o Secretariado da SADC. O projecto tem três componentes, nomeadamente: i. Harmonização regional, qualidade, e disseminação de estatísticas sociais e económicas fundamentais; ii. Eliminação de lacunas na produção de dados, capacidade estatística, e equipamento e materiais a nível de país; iii. Gestão do Projecto.

O presente documento constitui o Procedimento de Boas Práticas de Tecnologias de Informação e Comunicação e Gestão de Resíduos de Equipamentos Eléctricos e Electrónicos (doravante denominado Procedimento) do projecto StatCap 2, que será implementado pelo Instituto Nacional de Estatística (INE) como agência líder na implementação do Projecto, e pelo Ministério da Economia e Finanças (MEF).

1.1 Antecedentes

Após o surgimento do novo coronavírus, chamado COVID-19, na China e sua disseminação fora da China, em 30 de Janeiro de 2020, o Director Geral da Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou o COVID-19 como Emergência de Saúde Pública de Preocupação Internacional, com base no parecer do Comité Internacional de Emergência, e como pandemia no dia 11 de Março do mesmo ano. Esta Declaração implica que todos os países devem aumentar a sua preparação para a detecção e contenção de casos, incluindo vigilância activa, detecção precoce, isolamento e gestão de casos, contactos de acompanhamento e prevenção da propagação da COVID-19.

A transmissão do COVID-19 pode ocorrer pela emissão de gotículas geradas através de espirro, tosse, assoar o nariz e fala que podem contaminar as superfícies, mãos e objectos de uso pessoal (talheres, pratos, copos e garrafas). Segundo o MISAU, o COVID-19 apresenta um espectro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros graves. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a maioria (cerca de 80%) dos pacientes com COVID-19 podem ser assintomáticos ou oligossintomáticos (poucos sintomas), e aproximadamente 20% dos casos detectados requerem atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória, desses, aproximadamente 5% poderão vir a necessitar de suporte ventilatório.

Em Moçambique, foi reportado o primeiro caso no dia 22 de Março de 2020, e foi decretado o primeiro estado de emergência no dia 01 de Abril do mesmo ano, e a 07 de Setembro de 2020 foi decretado o estado de calamidade pública. Só nos primeiros 15 dias do mês de Julho de 2021, Moçambique contava com 406 pessoas internadas, 179 mortes e 18.329 casos positivos de COVID-19, o que levou o GdM a incrementar as medidas para conter a propagação da COVID-19, que incluíram o encerramento das escolas a todos os níveis de ensino presencial, a interdição de realização de cultos religiosos, o reajuste do horário do recolher obrigatório em todas as cidades municípios e vilas, a redução do horário de funcionamento dos restaurantes, supermercados, instituições públicas, entre outros.

Por forma a conter a propagação da COVID-19, o país desenhou um Plano Nacional de Vacinação contra a COVID-19, com o objectivo de fornecer directrizes para a implementação priorizada da vacinação contra a COVID-19 de forma segura e eficaz, assegurando a equidade e qualidade na oferta da vacinação, sendo que o arranque da Primeira Fase no país foi realizado a 08 de Março de 2021, administrada em unidades sanitárias assim como por brigadas móveis.

Vários grupos técnicos de referência da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgaram normas e procedimentos que orientam os países perante a situação de pandemia nas diversas áreas de intervenção para a prevenção e redução da mortalidade pelo COVID-19. O Governo de Moçambique também tem divulgado as suas orientações, disponíveis no website do Ministério da Saúde (MISAU). Actualizações às orientações podem ser encontradas através dos contactos partilhados no [Anexo 1](#).

1.2 Principais actividades do Projecto

As principais actividades esperadas para o projecto incluem:

- Fechar lacunas na produção de dados:

Apoio no preenchimento de lacunas de dados críticos e a melhoria da qualidade dos dados através da recolha de dados. Os principais dados a recolher são o Censo Agro-Pecuário 2024, o Censo da população e Habitação 2027 e o Inquérito sobre o Orçamento Familiar 2025.

- Fechar lacunas em competências, equipamento e outros inputs estatísticos:

Apoio na modernização e o reforço das agências de estatística através da formação de pessoal, desenvolvimento institucional e actualização de equipamento e outros inputs para criar condições adequadas à produção de dados. O projecto irá investir na actualização das competências do pessoal em estatística, recursos humanos, gestão financeira e auditoria interna do INE e dos seus 11 gabinetes provinciais (DPINE). O projecto proposto irá também apoiar a actualização do equipamento de TIC e a aquisição de materiais operacionais no INE e nas DPINEs.

- Promover a disseminação, utilização e acesso aberto dos dados:

Fomentar a utilização de dados através de uma divulgação sistemática e atempada dos dados e de uma melhor acessibilidade. O projecto apoia uma variedade de mecanismos para o conseguir, incluindo o desenvolvimento de estratégias de disseminação de dados com as principais partes interessadas, portais e redesenho de sítios web das Agências de Estatística. O projecto continuará o seu apoio à Unidade de Política Económica do Ministério da Economia e Finanças (Direcção Nacional de Políticas Económicas e de Desenvolvimento, DNPED). Esta subcomponente apoiará actividades de investigação destinadas a reforçar a elaboração de políticas baseadas em evidências no Ministério da Economia e das Finanças nas áreas de i) análise macroeconómica e estatística, ii) estudos populacionais, iii) políticas sectoriais, e iv) análise financeira.

Visto que as actividades do Statcap 2 são basicamente de recolha de dados junto à agregados familiares e de assistência técnica e apoio institucional, o que demanda frequentes interações entre funcionários do INE e os vários intervenientes do Projecto (agregados familiares, consultores, empresas de prestação de serviço, etc.), é esperado o risco de exacerbar a contaminação e propagação da COVID-19.

1.3 Objectivo do Plano

Este Plano estabelece directrizes de prevenção da propagação e de resposta/actuação no contexto da COVID-19, por forma a salvaguardar a saúde dos trabalhadores do projecto e da comunidade envolvente.

1.4 Âmbito

O presente Plano é vinculativo e é aplicável às empresas e indivíduos que executam actividades no contexto do Statcap 2, de modo a:

- Proteger a saúde dos trabalhadores através da limitação do risco de contaminação, nos locais de trabalho.
- Promover a continuidade das actividades do projecto, assegurando a manutenção dos serviços que venham a ser considerados essenciais.

- Envolver os prestadores de serviços, fornecedores e clientes no sentido de estes também estruturarem os seus Planos de COVID.

O Plano será incluído nos documentos de contracto conforme apropriado e a sua implementação é estatutária e sujeita a monitoria durante o decurso das actividades do Projecto. O Plano é dinâmico, podendo ser modificado de acordo com mudanças ou melhor clareza do escopo das actividades, bem como ser customizado (personalizado/adequado) para responder à necessidades específicas (ex. de escritórios, províncias, distritos, empresas) com aprovação da Unidade de Implementação do Projecto (UIP).

1.5 Responsabilidade na implementação do Plano¹

- Unidade de Implementação do Projecto (PIU) - responsável pela gestão geral do Projecto.
- Departamento/sector aquisições/procurement/logística - responsável por incluir o Plano nos documentos de concurso e contractos de fornecimento contínuo (de equipamentos, bens e serviços, incluindo treinamentos).
- Especialista de Salvaguardas - tem a responsabilidade de divulgar o Plano, treinar os trabalhadores envolvidos no projecto e assegurar a implementação das directrizes estabelecidas no presente Plano, e reporta as inconformidades ao coordenador do Projecto.
- Empresas contratadas, subcontratadas ou beneficiárias - assegurar o treinamento dos seus trabalhadores e garantir a implementação eficaz dos requisitos nas suas actividades e de seus subcontratados.
- Comissão Institucional de Gestão de COVID-19 (CIGCOVID-19) - liderar as actividades de prevenção, controlo e vigilância da COVID-19 no local de trabalho, incluindo divulgação de informação (inclui contactos internos e externos de emergência actualizados e fixados em locais visíveis), definição de áreas de isolamento, assistência a pacientes (casos suspeitos, casos confirmados), coordenação as actividades de limpeza e desinfecção, bem como disponibilização de outros recursos de prevenção (ex. termómetros, álcool/gel desinfectante, pedilúvios, atribuir responsabilidades no que diz respeito a gestão de medidas de contenção a COVID-19, etc).
- Funcionários do projecto (directos e de empresas contratadas e subcontratadas) - têm a responsabilidade de cumprir com os requisitos estabelecidas no Plano, obedecer as exigências patentes nas instalações, actualizar-se em fontes oficiais e prevenir a propagação entre colegas e para a comunidade.
- Ministério da Saúde - Definição de orientações técnicas, atendimento a dúvidas através de canais de comunicação divulgados ao público (ver [Anexo 2](#)), realização de exames, tratamento e inoculação da vacina contra a COVID-19.

2 Planificação para a implementação do Plano

Importa sublinhar que o que se segue são medidas de contingência a implementar na eventualidade de recrudescimento de um surto de Ccovid-19. No contexto actual, estas medidas não necessitam ser demasiado restrictivas.

¹ A implantação conta com a participação de todos os trabalhadores do projecto sem excepção (directos, contratados, de fornecimento primário), uma vez que estes auxiliam na melhoria contínua.

2.1 Criação de Comissões Institucionais de Gestão de COVID-19 (CIGCOVID-19)

As empresas e instituições públicas ou privadas com actividades no âmbito do Projecto, devem constituir uma Comissão Institucional de Gestão da COVID-19 (CIGCOVID-19) em todas as suas representações e reservar uma sala, com o mínimo de condições para que sirva de local de isolamento e gestão de casos suspeitos. A CIGCOVID-19 deve ser constituída por pessoas treinadas em matéria da COVID-19, podendo ser a equipe ambiental, social, património, recursos humanos e de outros sectores que se julgar relevante no contexto local.

As responsabilidades gerais da comissão estão apresentadas na [Secção 1.5](#). Ela fará a gestão da ocorrência dos casos suspeitos e confirmados², garante contacto com as autoridades de saúde e a coordenação de todos os aspectos por forma a minimizar os impactos da COVID-19 no ambiente de trabalho (ex. treinamentos, definição de áreas de isolamento, criação e implementação de planos de acção específicos, etc.). A comissão deve ser transversal, incluindo técnicos de salvaguardas ambientais e sociais, património, recursos humanos e outros actores que se julgar relevante no contexto local.

2.2 Adaptação das instalações

As instituições, através das CIGCOVID-19, devem elaborar e implementar planos de acção para locais/actividades específicas, com a finalidade de adaptar as condições para reduzir a propagação da COVID-19 incluindo medidas a tomar (ex. disponibilização de álcool gel, pedilúvio, etc.) nos edifícios, frentes de trabalho, viaturas, interacções internas e externas, e outros ambientes relevantes para o tipo de actividade a desempenhar.

2.3 Estabelecimento de áreas de isolamento

As Áreas de isolamento devem ser identificadas e estabelecidas em todas as instituições/escritórios/local de trabalho. Ao se estabelecer uma área de isolamento, sempre que possível deve-se garantir que tenha:

- Ventilação natural - evitando que a ventilação contamine locais com outros trabalhadores;
- Equipamento de repouso (cadeira, etc);
- Equipamento de Protecção Individual:
 - máscaras descartáveis;
 - viseira
 - luvas descartáveis;
- Solução anticéptica para a desinfecção (água e sabão/álcool)
- Água engarrafada;
- Telefone para a comunicação externa (pode ser considerado o telefone do trabalhador - caso suspeito - se disponível).
- Termómetros.
- Contactos de emergência (da CIGCOVID-19, centrais de atendimento do MISAU, se aplicável do socorrista interno e das unidades sanitárias de referência).

Mesmo que estas áreas se encontrem identificadas, sugere-se:

² Ver terminologias no glossário.

- A utilização da sala onde o trabalhador com sintomas já se encontra (se aplicável).
- Caso esta sala seja ocupada por outros colegas, estes devem abandonar a sala, permitindo que o trabalhador com sintomas aí permaneça.
- Caso a sala seja partilhada por um número significativo de trabalhadores (*open space*), o caso suspeito deve dirigir-se para a área de isolamento identificada pela instituição.

3 Requisitos para a mitigação da COVID-19

Por forma a assegurar a protecção dos trabalhadores e minimizar a propagação da COVID-19 tanto no ambiente de trabalho, assim como nas comunidades de abrangência do projecto, deve se obedecer os requisitos que se seguem.

3.1 Requisitos gerais

- Uso obrigatório de máscara (tapando de forma correcta a boca e o nariz) quando em contacto com outras pessoas ou em ambientes de uso partilhado.
- Evitar qualquer tipo de contacto físico, incluindo para saudar pessoas.
- Lavar as mãos regularmente.
- Evitar tocar os olhos, nariz e boca com as mãos.
- Aplicar a etiqueta da tosse (cobrir a boca com o braço em formato de “V” sempre que tossir ou espirrar).
- Os colaboradores que tenham um membro da família em casa infectado pela COVID-19, devem notificar o seu supervisor, ainda que este trabalhador não tenha sintomas.
- Assegurar que os funcionários classificados como casos suspeitos de COVID-19 e com autorização da autoridade de saúde permaneçam em casa e adoptam quando possível o teletrabalho. (o empregador deve garantir que estejam criadas condições de teletrabalho e o superior hierárquico deve planificar actividades a serem desenvolvidas nesse tipo de ambientes e garantir o reporte).

As médias acima estão descritas de forma mais detalhada nas explicações de medidas de prevenção para trabalhadores ([Anexo 1](#)).

3.2 Requisitos específicos em diferentes contextos

Tabela 1: Requisitos para mitigação da COVID 19

Contexto	Medidas preventivas*
Contexto geral no local de trabalho	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Garantir observância das recomendações de medidas de prevenção para trabalhadores (Anexo 1). ▪ Aumentar o nível de sensibilização dos trabalhadores sobre a Pandemia da COVID-19, através de palestras, fixação de panfletos. ▪ Garantir a existência de pontos de lavagem/desinfecção das mãos nas instalações. ▪ Desinfectar regularmente os objectos e superfícies frequentemente tocadas (maçanetas, corrimão, interruptores, material de escritório, torneiras, vasos sanitários, entre outros). ▪ Adoptar meios electrónicos para comunicação e de partilha de documentos, para reduzir contacto e a circulação de papel. ▪ Aumentar as medidas de precaução sempre que utilizar máquinas ou equipamentos partilhados por outros utilizadores, lavando e/ou desinfectando as

Contexto	Medidas preventivas*
	<p>mãos antes e após a sua utilização.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Assegurar que as portas e janelas estejam abertas para permitir ventilação natural das salas, gabinetes e outros locais. ▪ Sempre que usar o ar-condicionado ou ventoinha, permitir que o ar se dissipe mantendo as portas ou janelas abertas. ▪ Garantir o controlo de acessos aos escritórios, incluindo o controlo da temperatura corporal de todos os trabalhadores ou visitantes na chegada ao local de trabalho e garantir a desinfecção imediata das mãos. ▪ Preparar salas para reuniões e para recepção de visitas. Devem ser higienizadas de forma mais regular e ter assentos distanciados. ▪ O registo diário de entrada nas instalações ajudará no rastreio de contactos que possam ter sido expostos à COVID-19, caso se registo de algum caso positivo. Sempre que existirem deverão ser conservados durante pelo menos um mês. ▪ Garantir a implementação da rotatividade dos trabalhadores sem prejudicar de forma significativa os serviços essenciais dos sectores alvo.
Em formações e reuniões	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sempre que possível, as secções devem ser realizadas remotamente, com recurso a teleconferência. ▪ Nas reuniões presenciais, deve se obedecer o número máximo de pessoas estipuladas pelo decreto em vigor sobre a COVID-19 em Moçambique. ▪ Deve se assegurar a utilização obrigatória e correcta de máscaras pelos participantes. ▪ Os primeiros encontros/módulos de formação deverão versar sobre COVID-19, particularmente as regras da implementação deste Protocolo durante a formação e outras medidas relevantes, incluindo e principalmente o uso correcto da máscara. ▪ Sempre que possível alguns temas das formações podem ser abordados ao “ar livre”. Ajuda a descontrair, criar intimidade entre os participantes (“quebrar gelo”) e desenvolver o espírito de equipe. ▪ A localização dos assentos em ambientes fechados deve permitir o distanciamento social, mas continuar a funcionar como um grupo quando necessário, por exemplo, arranjos em semicírculo. ▪ Deve se disponibilizar condições para higienização das mãos e, se possível, garantir a medição da temperatura corporal. ▪ A lista de presenças deve ser conservada. Isto ajudará a localizar pessoas que possam ter sido expostas à COVID-19 se um ou mais participantes ficarem doentes pouco tempo depois do evento. ▪ O aglomerado de pessoas deve levar o mínimo de tempo possível. No caso de jornadas longas, deve se precaver vários intervalos curtos, no mínimo 5 a 10 min a cada 2 horas.
Durante as refeições	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Assegurar desinfecção das mãos antes e após o manuseio de equipamentos/objectos de uso comum (máquina de café, dispensadores de água, açucareiros, etc). Na impossibilidade de desinfecção deve se manusear com um guardanapo novo. ▪ Evitar a partilha de utensílios (talheres, prato, copo, chávena, etc) antes da sua lavagem/desinfecção. ▪ Dar preferência ao uso utensílios pessoais (ex. garrafas portáteis, lancheiras). ▪ Limitar o tempo de permanência em locais de refeições (20 a 30 minutos por pessoa) e assegurar rotação do pessoal (em períodos diferentes). ▪ Sempre que possível, as refeições devem ser tomadas ao “ar livre”.

Contexto	Medidas preventivas*
Em viagens terrestres	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Evitar conversas prolongadas durante as refeições (sem máscaras). ▪ Dispor de condições de higienização das mãos e da viatura. ▪ Assegurar uso obrigatório de máscaras quando houver mais de um passageiro. ▪ Dar preferência ao arejamento natural (vidros semiabertos). ▪ Sempre que possível, assegurar que o interior dos veículos é desinfectado/limpo antes das jornadas. ▪ Evitar sobrelotação das viaturas (devem cumprir o limite máximo estabelecido pelo fabricante, obedecendo o distanciamento físico entre os ocupantes) e ▪ No caso de missões com hospedagem, deve-se assegurar roupa suficiente para mudar diariamente, colocando a anterior em saco fechado.
Em viagens aéreas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Antes e após o check-in, permanecer em local aberto/arejado a espera de embarcar e evitar aglomerados. ▪ Durante o voo e em outros locais aglomerados: <ul style="list-style-type: none"> ○ Certificar que usa máscara segura³ e, de preferência, duplicar. ○ Evitar remover a máscara - leve a refeição para consumo após saída do avião. ▪ Em caso de viagens ao exterior, obedecer as medidas de prevenção da COVID-19 em vigor nos países de origem, trânsito e destino. Actualize-se sobre as regras em vigor, incluindo para entrada e saída em cada um dos países.
Em teletrabalho (ou trabalho remoto ou trabalho a partir de casa)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Deverá se avaliar possibilidade de oferta da opção de teletrabalho aos trabalhadores cujas funções e metas sejam compatíveis com este regime e tenham condições domiciliares para o efeito, desde que não conflitue com outras políticas corporativas. Este princípio permitirá satisfazer a rotatividade de pessoal sem comprometer a produtividade corporativa. ▪ Sempre que possível e aplicável deverá se avaliar pacotes de recursos para o teletrabalho (laptop, etc.). ▪ Os trabalhadores compatíveis com o teletrabalho deverão se fazer disponíveis para deslocação ao escritório e missões de trabalho sempre que necessário. ▪ Sempre que não prejudicar as intenções contratuais, trabalhadores em regime parcial ou de <i>outsourcing</i> deverão trabalhar a partir das suas residências ou empresas de origem respectivamente.

*Sempre que disponíveis novas medidas de contenção da COVID-19 anunciadas pelo governo que o justifiquem, o Plano deverá ser actualizado por forma a estar sincronizado com as novas medidas impostas.

3.3 Vacinação

O Governo desenhou e está a implementar o Plano Nacional de Vacinação contra a COVID-19 em Moçambique, com o objectivo de proteger a população contra doenças severas, hospitalização e morte, que é fundamental para redução da morbi-mortalidade⁴ e alívio da pressão do Sistema Nacional de Saúde.

³ Depois de várias horas de uso e reuso as máscaras tornam-se menos eficientes (principalmente as cirúrgicas). As máscaras reusáveis ganham porosidade (maior percolação de partículas) após lavagens.

⁴ Ver glossário.

Várias campanhas de vacinação são levadas a cabo a fim de cumprir com os objectivos traçados no plano e garantir a vacinação das pessoas prioritárias.

O GEPRES deverá incentivar aos trabalhadores directos e contratados a aderirem a campanhas de vacinação contra a COVID-19 realizadas pelo Governo e, em parceria com o MISAU, promover secções de vacinação dos trabalhadores não vacinados. Deverá ser explicado a importância de seguir com as medidas gerais contra a COVID-19 mesmo após a vacinação.

A plataforma PENSA (acessível pelo telemóvel, discando *660#) disponibiliza também informações sobre grupos-alvo prioritário, locais de vacinação e informação de ajuda.

4 Requisitos de controlo e vigilância

4.1 Controlo e vigilância de casos suspeitos e confirmados

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas compatíveis com os da COVID-19, ou que identifique um trabalhador com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deverá activar os passos descritos no fluxo abaixo:

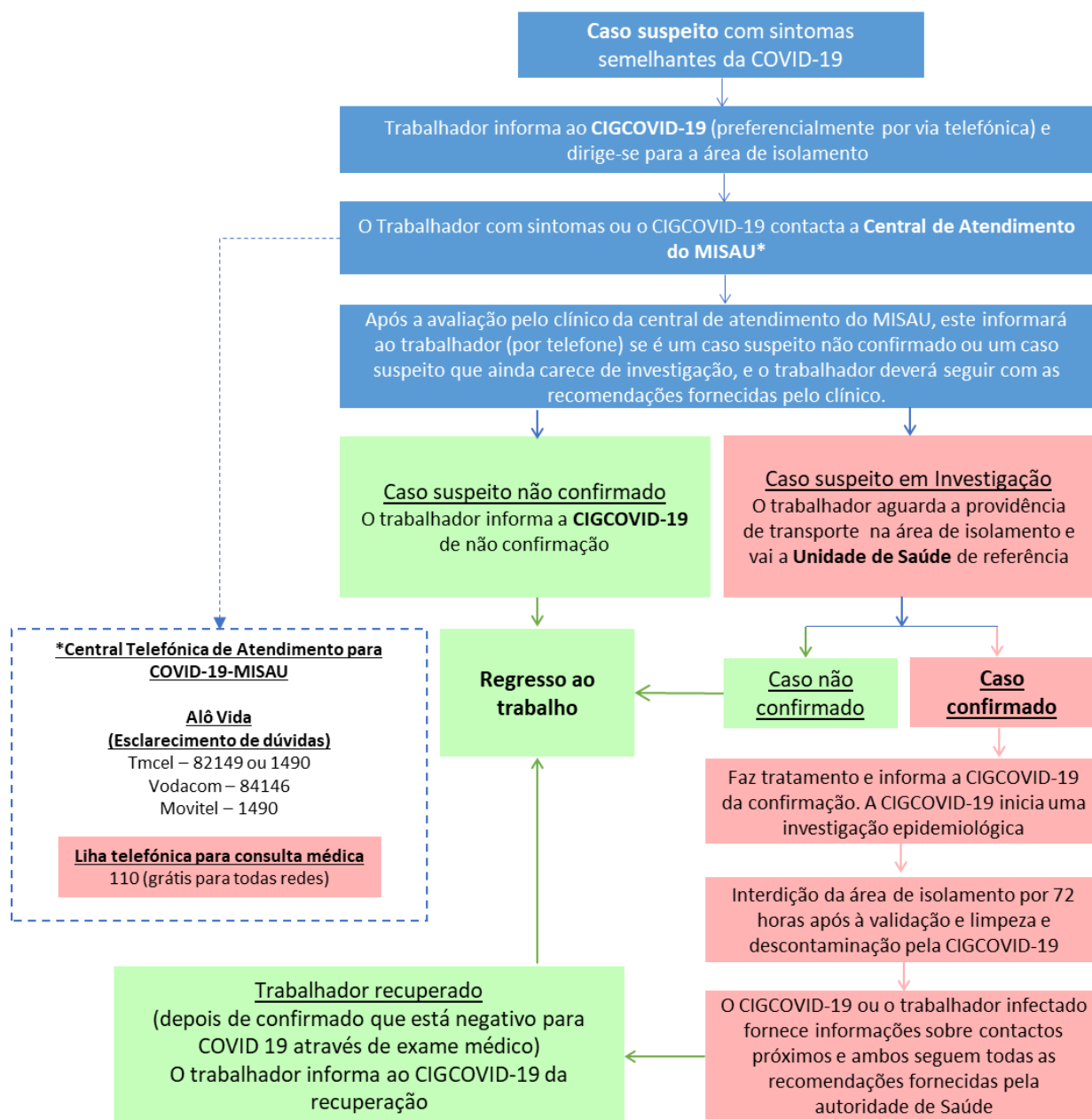


Figura 1 – Fluxograma de controlo e vigilância de casos suspeitos e confirmados

4.2 Vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” a pessoa teve ou pode ter tido contacto recente com um caso confirmado de COVID-19. Este pode ser um contacto de alto ou baixo risco de exposição, segundo descrito na tabela abaixo:

Tabela 2: Grau de risco de exposição do contacto próximo

Alto Risco	Risco Baixo
Trabalhadores do mesmo gabinete/posto de trabalho ou que tiveram proximidade com o caso confirmado sem obedecer as medidas de	Trabalhadores do mesmo escritório ou que tiveram proximidade até 2 m seguindo as recomendações de prevenção (utilização

Alto Risco	Risco Baixo
prevenção da COVID-19	adequada da máscara, etiqueta respiratória, higienização regular das mãos, etc.)
Trabalhador que prestou assistência ao caso confirmado sem devida prevenção	Trabalhador que prestou assistência ao caso confirmado seguindo adequadas regras de prevenção
Trabalhador que esteve face-a-face ou que partilhou no mesmo espaço confinado (gabinete, viatura, avião, elevador, etc.) com o caso confirmado por período substancial com devida protecção ou por curto período sem protecção	Trabalhador que teve contacto ocasional e de curta duração com um caso confirmado seguindo as recomendações de prevenção
Pessoa que partilhou loiça ou outros objectos (pratos, copos, talheres, toalhas, telemóvel, impressora, etc.) sem devida prevenção	Pessoa que partilhou loiça ou outros objectos depois de desinfecção

Perante um caso confirmado de COVID-19, os contactos próximos devem contactar a CIGCOVID-19 (por via telefónica), e a CIGCOVID-19 deve registar e fornecer a informação a Autoridade Sanitária e activar o procedimento de vigilância de contactos próximos representado no fluxograma seguinte:

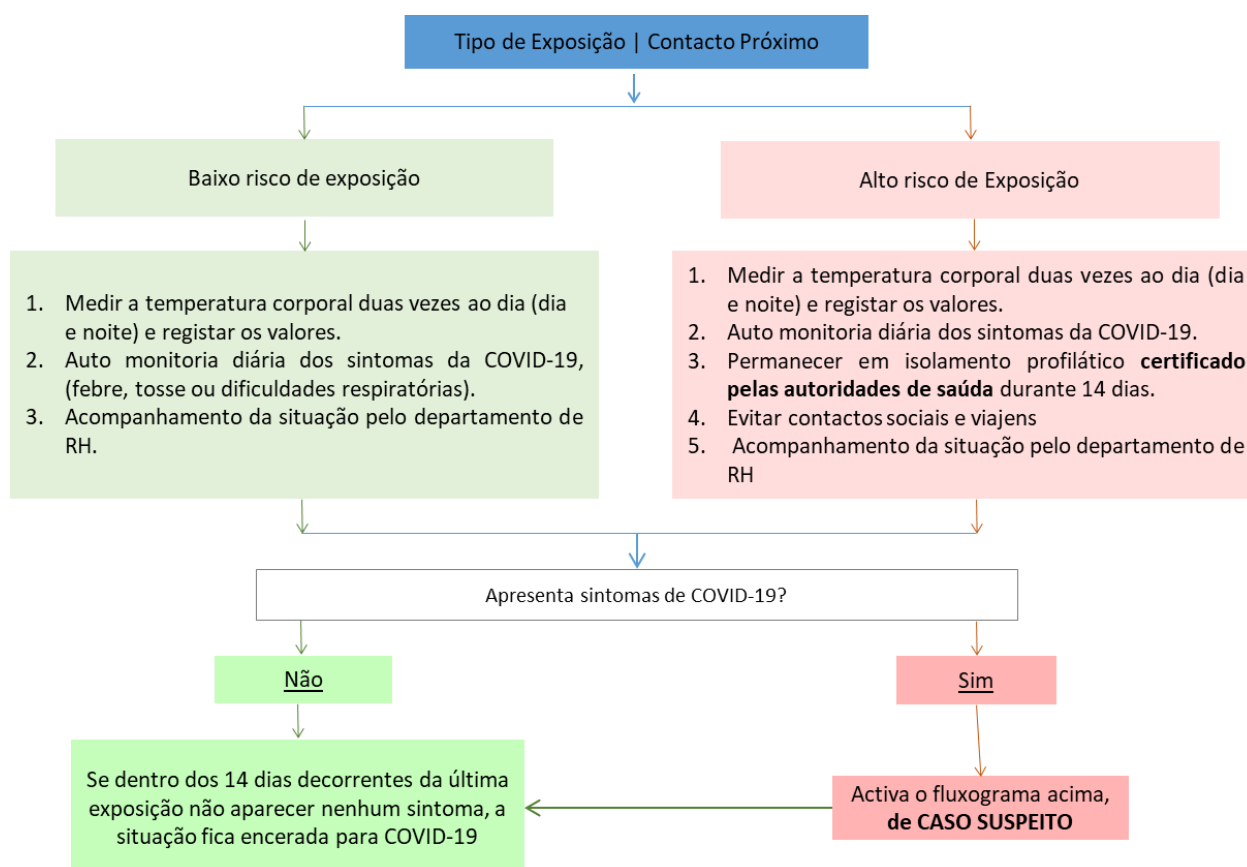


Figura 2 – Fluxograma de vigilância de contactos próximos

Segundo o MISAU⁵, o período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância activa dos contactos próximos decorre durante 14 dias, desde a data da última exposição a caso confirmado.

4.3 Requisitos de saúde e segurança na assistência de casos suspeitos e confirmados

Por forma a garantir condições salubres e protecção dos demais trabalhadores no local de trabalho, ao se detectar um caso suspeito/confirmado da COVID-19, devem ser tomadas as acções descritas a seguir.

Tabela 3: Acções de higiene e saúde ocupacional perante um caso suspeito/confirmado no ambiente de trabalho

Durante isolamento e transporte
<ul style="list-style-type: none">• Sempre que possível, evacuar todo o pessoal presente no escritório/frente de trabalho (sem criar tumulto).• Certificar que a área de isolamento reúne condições descritas na Secção 2.3.• O caso suspeito deve se dirigir para a área de isolamento e obedecer o fluxo disponível na Secção 4.1.• Sempre que a máscara estiver húmida deverá ser substituída por outra.• Verificar a temperatura corporal (se aplicável).• Sempre que se substituir luvas, máscaras e outros materiais que possam estar contaminados (lenços de papel descartáveis, toalhetes, etc) deve se depositar dentro de saco de lixo no interior da sala.• Se aplicável, o funcionário que presta assistência ao caso suspeito (na sala e no transporte), deve colocar (momentos antes de iniciar a assistência) máscara e luvas descartáveis e viseira. Para além do cumprimento de outras precauções básicas de controlo incluindo a higienização das mãos.• Após a assistência e limpeza os funcionários devem tirar a roupa e outros objectos para lavagem e fazer banho.
Higienização
<p><u>A equipa de limpeza, treinada para o efeito, deverá:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Ventilar o local: abertura de portas e janelas.• Proceder à pulverização chão, paredes e superfícies relevantes (se aplicável). • Proceder à limpeza do material/equipamento/ferramentas de trabalho partilhado pelo caso positivo• Proceder à limpeza da sala de isolamento: todo o mobiliário e superfícies existentes.• Armazenar os resíduos em saco plástico, amarrar e encaminhar para incineração adequada. <p><u>Para a realização destas tarefas deverá ser considerado o seguinte:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Uso de luvas e máscara descartável e de viseira.• O pano de limpeza utilizado destina-se apenas a este procedimento e deverá ser deixado ao sol por 72 horas após o uso.• Para esta limpeza será utilizado o líquido desinfectante (Lixívia).

⁵ <https://www.misau.gov.mz/index.php/o-que-e-coronavirus>

- Após limpeza os funcionários devem higienizar-se (o seu corpo e objectos pessoais – ex. telemóvel) e trocar de roupa.

Sempre que a confirmação de caso positivo for dada fora do período de expediente, o vigilante (segurança do local) deverá proceder à afixação de aviso de interdição de entrada do local de isolamento

5 Bibliografia

Banco Mundial, 2020. Nota Técnica do Banco Mundial sobre Consulta Pública e Engajamento de Partes Interessadas Durante a Pandemia do COVID 19 em Operações Apoiadas pelo Banco Mundial

MISAU, 2020a. Procedimentos de Prevenção Controle e Vigilância da COVID-19 no local de Trabalho. Maputo.

MISAU, 2020b. Manual de Prevenção da COVID-19. Maputo.

MISAU, nd. Plano Nacional de Preparação e Resposta a Pandemia da Covid-19. Maputo.

MISAU, 2020c. Fluxograma de Pacientes com Suspeita de COVID-19 nos Serviços ambulatoriais (Triagem e Consultas Externas).

MISAU, 2021, Protocolo para tratamento domiciliário de pacientes assintomáticos, ou com doença ligeira a grave por COVID 19

MISAU, 2021, Plano Nacional de Vacinação contra a COVID-19

MEF, nd. Procedimentos para a Prevenção do COVID-19 nas instituições subordinadas, para os gestores, funcionários e utentes

MISAU, 2020. Procedimentos para a Prevenção, Controlo e vigilância da COVID-19 no local de trabalho

ANEXOS

ANEXO 1 - Informação fundamental a transmitir para as colaboradores e parceiros envolvidos na actividade

O que é COVID-19?

A COVID-19 é uma doença provocada pelo coronavírus que foi identificado pela primeira vez em Dezembro de 2019.

Os casos iniciais da doença COVID-19 foram associados a um mercado de venda de animais vivos. O mercado foi encerrado a 1 de Janeiro de 2020, mas a doença foi progredindo desencadeando uma epidemia mundial ou **pandemia**.

O que é um coronavírus?

O coronavírus é um vírus que pode causar infecção no homem, em mamíferos e em aves. Até à data, conhecem-se oito coronavírus que infectam e podem causar doença no homem. Normalmente, estas infecções afectam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes às constipações comuns ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia.

Como se pode transmite o COVID-19?

A transmissão da COVID-19 pode ser:

- **Directa:** transmissão pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infectadas pelo vírus. A transmissão ocorre principalmente através de gotículas (visíveis e invisíveis) que contêm vírus que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infectadas, quando tosem ou espirram, e que podem atingir directamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.
- **Indirecta:** através do contacto com superfícies e objectos contaminados. As gotículas libertadas pela pessoa infectada podem depositar-se nos objectos ou superfícies que rodeiam a pessoa infectada e, desta forma, infectar outras pessoas quando tocam nestes objectos ou superfícies e depois tocam nos seus olhos, nariz ou boca. O vírus pode sobreviver em superfícies e objectos durante horas ou até dias, se estas superfícies não forem limpas e desinfectadas com frequência.

Lembre-se que pessoas idosas, e pessoas com outras doenças como pressão arterial alta (hipertensos), doenças cardiovasculares e diabetes têm maior risco de desenvolver doença de forma grave comparativamente às outras pessoas.

Qual é o período de incubação?

- O período de incubação (tempo desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias.

Estágios e os sintomas frequentes na pessoa infectada?

- Dia 1: Os sintomas geralmente começam em média 5 dias depois da infecção, com febre, tosse seca e problemas respiratórios leves que podem piorar ao longo da doença. O paciente também pode ter sintomas como dor de garganta, tosse seca ou com muco, dores no corpo (cefaleias, mialgias), dores nas articulações, náusea e diarreia.

- Dia 7: A respiração pode tornar-se difícil ou trabalhosa (dispneia).
- Dia 9: A sepsis pode começar; esta é a resposta extrema do corpo a uma infecção, que pode levar à lesão ou falência de órgãos.
- Dia 10/12: Os pacientes que têm COVID-19 leve começam a ter uma melhoria da febre e da tosse, mas nos casos graves a febre e a tosse continuam. A síndrome do desconforto respiratório agudo começa a ser diagnosticada; este é um problema respiratório quando há inflamação generalizada nos pulmões.
- Dia 12: Este é o dia em que em média os casos graves precisam de ser internados na Unidade de Cuidados Intensivos (UCI).
- Dia 15: A lesão renal aguda e cardíaca torna-se evidente.
- Dia 18.5: O tempo médio que vai dos primeiros sintomas do COVID-19 até a morte é de cerca de 18,5 dias.
- Dia 22: É o número médio de dias que os sobreviventes do COVID-19 levam até terem alta do hospital.

Lembre-se que há pessoas assintomáticas padecendo de COVID-19, o que significa que existem pessoas infectadas que não apresentam os sintomas, mas podem transmitir o vírus a outros.

Como se prevenir?

- Uso obrigatório de máscara (tapando de forma correcta a boca e o nariz) quando em contacto com outras pessoas ou em ambientes de uso partilhado. A indicação da obrigatoriedade deve estar visível através de cartazes.
- Desinfecção frequente das mãos, particularmente após o toque de superfícies de uso comum. A entidade empregadora deve fornecer locais para lavagem nas instalações (para trabalhadores e visitantes). Se o sabão e a água corrente não estiverem imediatamente disponíveis, fornecer um desinfetante a base de álcool (70% de álcool).
- Uso da etiqueta da tosse (medidas para reduzir a propagação de doenças respiratórias) - cobrir a boca e nariz com o cotovelo flexionado ao tossir ou espirrar.
- Não ter contacto físico (apertos de mão, abraços e beijos). O toque por cotovelo e pernas também é desaconselhado (a tosse é feita para o cotovelo de acordo com o ponto acima). Promover formas de cumprimentar sem o contacto físico (ex. vénia).
- Manter o distanciamento de segurança (mínimo de 1,5 metros).
- Não tocar na face da cara (olhos, nariz e boca) com as mãos não higienizadas.
- Respeitar e cumprir com os procedimentos das instalações sobre mitigação da COVID-19
- Evitar aglomerados no mesmo espaço físico (refeitório/copa, sala de reuniões, escritório, etc), principalmente em situações que requeiram remoção da máscara (ex, beber água, alimentação).
- Sempre que manusear equipamentos/objectos de uso comum associados a alimentação (máquina de café, dispensadores de água, açucareiros, etc), garantir a lavagem/desinfecção das mãos antes e após o uso. Na impossibilidade de desinfecção manuseie com um guardanapo novo.
- Evitar partilhar objectos de uso individual (celular, computadores pessoais, esferográficas, etc).
- Evitar permutabilidade (sempre que possível sentar-se no mesmo lugar todos os dias, evitando trocar de cadeiras ou secretárias) e garantir a desinfecção do local antes da jornada de trabalho/formação.
- Colaboradores que se sintam com sintomas de COVID-19 antes da ida ao trabalho ou participar de qualquer outra actividade devem reportar imediatamente ao chefe/supervisor/CIGCOVID-19 e seguir os requisitos de controlo e vigilância de casos suspeitos e confirmados (descritos no [Capítulo 4 do Plano de COVID-19](#)).

- Os colaboradores que tenham um membro da família em casa infectado pela COVID-19, devem notificar o seu supervisor, ainda que este trabalhador não tenha sintomas.
- Todos (trabalhadores e convidados) que sejam positivos para COVID-19 devem permanecer em casa, e não comparecer a nenhuma sessão trabalho ou formação.

Lembre-se que a ausência ao trabalho deve ser devidamente comunicada e justificada. As doenças são atestadas e o isolamento profilático deve ser certificado pelas autoridades de saúde.

Medidas de suporte geral

- Garantir a Hidratação (consumo de pelo menos 2 litros de água/dia)
- Procurar consumir alimentos ricos em antioxidantes (ex. brócolos, pimentos, cebolas, citrinos, uvas, maçãs, etc.)
- Praticar exercícios físicos (pelo menos 30 minutos/dia, 5 dias/semana).
- Exposição solar (pelo menos 20 minutos/dia de preferência entre as 9-10:30h pela manhã e 16-17h à tarde)

O que se pode fazer quando a pessoa fica infectada com COVID-19?

- Se a pessoa tiver febre e tosse seca recomende ou telefone para “Alô Vida”. Se a pessoa tiver dificuldades em respirar telefona para a “linha de saúde para consulta médica” (contactos disponíveis no [Anexo 2](#)) ou consulta a unidade sanitária mais próxima.
- Evite tocar todos os objectos usados pela pessoa infectada.

ANEXO 2 - Contactos e referencias relevantes

Contactos relevantes do Projecto

Sector/responsável	Contacto e pessoa relevante
Unidade sanitária de referência	por preencher
Comissão Institucional de Gestão de COVID-19 (CIGCOVID-19)	
Mecanismo de Gestão de Reclamações	

Contactos Relevantes do Ministério da Saúde

- Alô Vida - linhas grátis para dúvidas sobre saúde (COVID-19, Tuberculose, HIV-SIDA, etc).
 - Tmcel - 82149 ou 1490
 - Vodacom - 84146
 - Movitel - 1490
 - Email: covid19@ins.gov.mz
 - www.covid19.ins.gov.mz
- Linha de saúde para consulta médica - 110 (grátis para todas redes de telefonia)
- PENSA - *660# (plataforma educativa de informação sobre a saúde)
- FICA ATENTO - +258 84 331 8727 (WhatsApp de serviço de suporte oficial COVID-19 de Moçambique, que fornece informações actualizadas sobre o COVID-19).
- Manuais e Material Educativo sobre COVID-19/MISAU - <https://www.misau.gov.mz/index.php/manuais-e-material-educativo>
- Manuais e Guiões sobre COVID-19/INS - <https://covid19.ins.gov.mz/documentos-em-pdf/manuais-e-guioes/>
- Biblioteca virtual em saúde - <http://mocambique.eportuguese.org/>

ANEXO 3 - Quadro legal regulamentar

Em Moçambique, após o anúncio do primeiro caso confirmado da COVID-19 a 22 de Março de 2020, foram estabelecidos vários regulamentos para prevenir e minimizar a contaminação e a propagação da COVID-19, a destacar:

Instrumento	Descrição
Lei n.º 1/2020, de 31 de Março	Ratifica a Declaração do Estado de Emergência, constante no Decreto Presidencial n.º 11/2020, de 30 de Março.
Decreto n.º 11/2020, de 30 de Março	Declara o estado de Emergência, por razões de calamidade pública, em todo o território nacional.
Decreto n.º 26/2020, de 8 de Maio	Estabelece as medidas de execução administrativa para a prevenção e contenção da propagação da pandemia COVID-19, a vigorar durante o Estado de Emergência.
Decreto n.º 79/2020, de 4 de Setembro	Declara a Situação de Calamidade Pública e Activa o Alerta Vermelho
Decreto n.º 110/2020, de 18 de Dezembro	Estabelece as medidas para contenção da propagação da pandemia COVID-19, enquanto vigorar a Situação de Calamidade Pública.
Decreto n.º 50/2021	Revê as medidas para a contenção da propagação da pandemia da COVID-19, enquanto durar a Situação de Calamidade Pública, e revoga o Decreto n.º 42/2021, de 24 de Junho
Procedimentos de Prevenção, Controle e Vigilância da COVID-19 no local de Trabalho	Indica os procedimentos de prevenção, controlo e vigilância da COVID – 19 no local de trabalho