

**AVISO À POPULAÇÃO**

Informação Validada em: 15-03-2020 23:13:34

N.º 05/2020

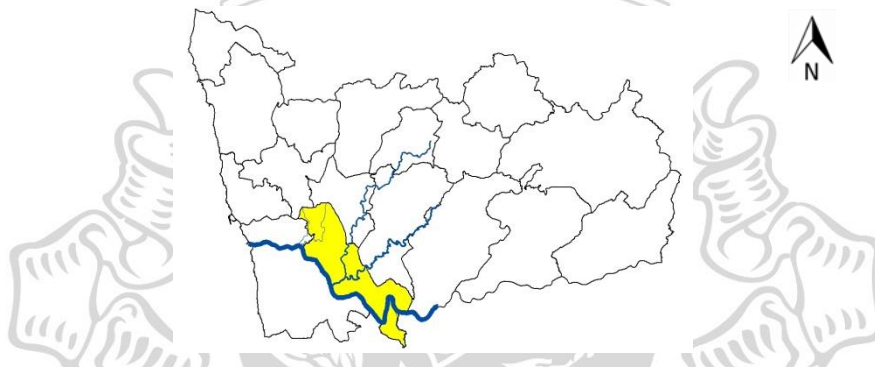
Páginas 1 de 3

**1- INFORMAÇÃO DE SUPORTE**

ASSUNTO

**SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA | COVID-19 |
PLANO DE OPERAÇÕES NACIONAL CODIV-19 (PONCOV)****CONTROLE DA SITUAÇÃO EPIDEMIOLÓGICA EM PORTUGAL****Situação:**

A passagem do Estado de Alerta Especial (EAE), do SIOPS para o DIOPS, ao nível **AMARELO**, de **160001MAR20** até **092359ABR20**;



- 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.
- O Objetivo deste Plano é efetivar uma matriz de planeamento flexível para fazer face à pandemia de COVID - 19, que adote uma metodologia operacional que permita minimizar o impacto da pandemia no que respeita às possíveis disfunções no dispositivo integrado de operações de proteção e socorro (DIOPS) a fim de garantir, tanto quanto possível, a continuidade da prestação do socorro.

**AVISO À POPULAÇÃO****2- EFEITOS EXPECTAVEIS**

O aumento das linhas de contágio para a situação epidemiológica, são propícios, a um aumento dos casos de infeção, com o alargamento progressivo da sua expressão geográfica e com o aumento da pressão no sistema de resposta operacional.

3- MEDIDAS DE AUTO-PROTEÇÃO

A ANEPC 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 conseqüente 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.



AVISO À POPULAÇÃO



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.

12. Estar atento às informações da Direcção Geral de Saúde e às indicações da Protecção Civil e das Forças de Segurança.

A ANEPC 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.

Para além das recomendações acima descritas, encontrará informação adicional em www.dgs.pt, www.ipma.pt e www.prociv.pt.

Poderão os cidadãos obter esclarecimentos adicionais através do número verde **800 200 135**

O Diretor do Departamento de
Protecção Civil e Segurança e
Fiscalização

Original assinado e arquivado na
DMG/DPCS

Comandante
Artur Magalhães Teixeira