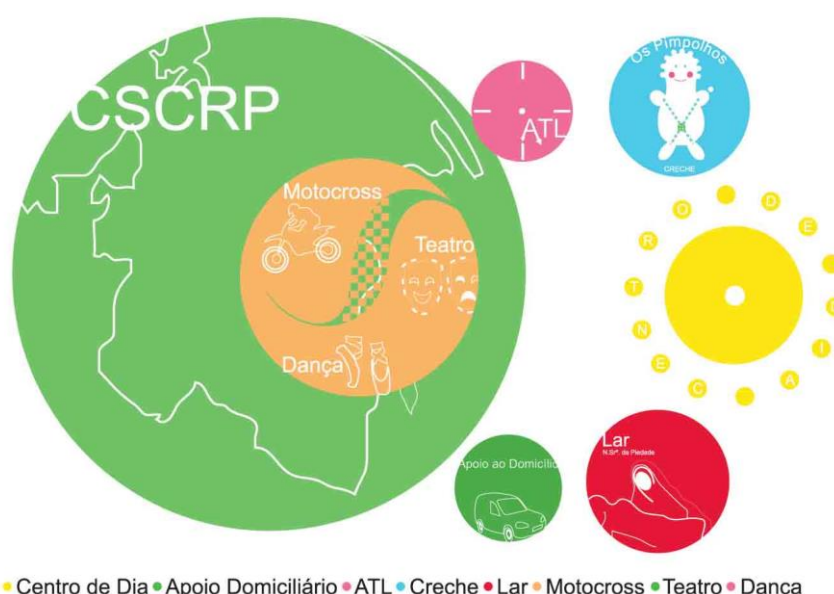


CORONA VÍRUS 2019 – COVID - 19

PLANO DE CONTINGÊNCIA



CENTRO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVO DE POUTENA



COVID-19

Página 2

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

A – COVID-19

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia (DGS, 2020).

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:


- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
 - Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
 - Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).
- A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção (DGS, 2020).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

B - Plano de Contingência

De forma a minimizar as consequências que possam advir da infeção por COVID-19, surge o Plano de Contingência com base nas Orientações fornecidas pela DGS (2020).

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:

 <h1 style="text-align: center;">COVID-19</h1>	Página 3
Plano de Contingência COVID-19 – CSCR	Revisão: 0 Edição: 1

Como principais consequências para a instituição podem surgir:

- A cessação da função do colaborador infetado;
- A necessidade de isolamento profilático dos colaboradores;
- A transmissão para os utentes, crianças e visitas.

O Plano de Contingência aborda os seguintes pontos:

1. Área de isolamento e respetivo circuito
2. Procedimentos específicos
3. Definição de responsabilidades
4. Informação aos colaboradores
5. Procedimento em caso suspeito

1. ÁREA DE ISOLAMENTO E RESPETIVO CIRCUITO

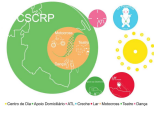
As áreas de isolamento definidas estão divididas pelos dois edifícios existentes:

- Sala de isolamento situada no R/C do edifício de Lar, situada no corredor de acesso à Lavandaria e Garagem – Esta sala é destinada a casos suspeitos detetados no Lar, Centro de Dia, Serviços Administrativos e ATL. Pode ser acedida pelo exterior das instalações, minimizando a exposição e possível transmissão do vírus a outros;

- Sala de isolamento situada na sala da Educadora do edifício da Creche – Esta sala é destinada a casos suspeitos detetados na Creche. É acedida pelo interior das instalações e a porta de acesso ao hall administrativo tem de ser obrigatoriamente trancada para que seja possível utilizar os sanitários existentes.

Ambas as salas devem estar equipadas com: kit com água, pacote de bolachas e sumo; contentor de resíduos; solução antisséptica de base alcoólica; toalhetes de papel; máscara FFP2; luvas descartáveis; termómetro; doseador de sabão.

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ángela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 4

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

No caso de suspeita em idosos dependentes, estes deverão permanecer no quarto, este deve ser identificado e fechado e deverá ter as mesmas características enumeradas anteriormente.

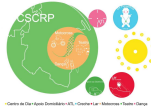
No caso de suspeita em crianças do ATL ou Creche, o colaborador que está presente na sala do possível caso deverá acompanhar a criança na sala de isolamento.

2. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS

2.1. Higiene das Mãos

- Todas as unidades de saúde devem aplicar os princípios constantes da Norma N° 007/2019 de 16 /10/2019, relativa à higiene das mãos;
- A solução antisséptica de base alcoólica deve estar disponível nas entradas, quartos, refeitório, salas de convívio, passagens de turno e junto aos lavatórios da instituição;
- Deve também estar acessível aos utentes, colaboradores e fornecedores, e ser a primeira escolha para a higiene das mãos, desde que as mãos estejam visivelmente limpas. Se as mãos estiverem contaminadas com secreções respiratórias ou outra matéria orgânica, higienizar as mãos com água e sabão;
- Para uma maior segurança do colaborador e do utente deve ser adotado o modelo da Organização Mundial da Saúde (OMS) (“5 Momentos para a Higiene das Mãos” e a técnica dos 6 passos), respeitando os tempos de atuação e contacto dos produtos utilizados na unidade de saúde;
- A utilização de luvas não dispensa a higiene das mãos, antes e depois da prestação de cuidados;
- Deve também ser considerado o momento em que o utente e/ou colaborador regressam à instituição vindos de consulta médica externa e que devem desinfetar as mãos logo na entrada;

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 5

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

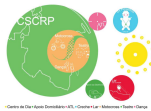
Edição: 1

- Na prestação dos serviços de Centro de Dia deverão ter nas carrinhas de transporte um desinfetante para que seja obrigatória a desinfeção das mãos à saída e à entrada da carrinha, tanto de colaboradores como de utentes. Devem também ser minimizados os cumprimentos físicos aos utentes dando primazia aos cumprimentos verbais.
- O serviço de Apoio Domiciliário deverá ter nas carrinhas de apoio um desinfetante para que seja obrigatória a desinfeção das mãos à saída e à entrada da carrinha entrada em cada visita. Devem também ser minimizados os cumprimentos físicos aos utentes dando primazia aos cumprimentos verbais.
- Os utentes do Centro de Dia e os utentes de Lar estão separados por espaços físicos diferentes e os colaboradores devem efetuar a desinfeção das mãos quando alternam pelos dois espaços;
- Na creche deve ser obrigatória a desinfeção à entrada e à saída das crianças e dos pais.

2.2 Etiqueta Respiratória

- Os colaboradores devem promover a aplicação de medidas de etiqueta respiratória junto de todos os utentes, colaboradores, familiares e fornecedores, com sinais e sintomas de infeção respiratória que entrem na instituição e oferecer de imediato uma máscara cirúrgica.
- A máscara deverá ser colocada pelo próprio, sob orientação do profissional, sendo realizado teste de ajuste.
- O utente deve ter acesso à solução alcoólica para a desinfeção das mãos após a colocação da máscara e deve ser orientado para:
 - manter a máscara cirúrgica sempre bem colocada e ajustada;
 - evitar mexer na máscara e na face ou tocar nos olhos, boca ou nariz. Se o fizer, deve higienizar de imediato as mãos;

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 6

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

- evitar tossir para as mãos. Tossir ou espirar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel. Neste caso, deitar o lenço para o contentor de resíduos e higienizar as mãos de imediato;
- manter uma distância mínima superior a 1 metro dos outros utentes; - retirar a máscara apenas quando tiver autorização do profissional de saúde;
- sempre que a máscara se encontrar molhada, retirá-la, pegando numa das extremidades, e descartar para o contentor de resíduos apropriado: Grupo III – saco branco, higienizando as mãos de seguida e antes de colocar nova máscara.

2.3 Equipamento de Proteção Individual

Para os cuidados não invasivos prestados a menos de 1 metro. Utilizar:

- Bata – Com abertura atrás, de uso único e impermeável;
- Máscara – FFP2 (preferencialmente);
- Proteção ocular – Usar óculos de proteção em todos os casos de suspeição de nCoV;
- Luvas – De uso único, não esterilizadas;

Uma vez que poderá ser necessário contato direto após identificação de caso suspeito para a prestação de cuidados, existirá um fato completo de proteção biológica para utilização com óculos e máscara de proteção.

2.4 Descontaminação do material e equipamento

– Preferencialmente usar equipamentos dedicados ao utente, que sejam exclusivos do quarto ou área de isolamento (ex.: estetoscópio, esfigmomanómetro, termómetro) e materiais clínicos de uso único;

– Se os equipamentos forem partilhados, devem ser limpos e desinfetados entre utentes, por exemplo com álcool a 70°;

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 7

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

– Os protocolos de descontaminação de material e equipamentos utilizados na prestação de cuidados, são os mesmos que os utilizados para outro tipo de microrganismos com os mesmos mecanismos de transmissão.

2.5 Controlo Ambiental

- A frequência de limpeza e desinfecção de superfícies recomendada é, no mínimo, uma vez por turno e sempre que necessário;
- A limpeza e desinfecção do quarto de isolamento deve ser efetuada depois da restante área do serviço, com material e equipamento de limpeza de uso único ou exclusivo daquele espaço;
- Reforçar a limpeza e desinfecção de todas as superfícies nas áreas de atendimento ao utente, principalmente as superfícies frequentemente manuseadas e especialmente aquelas mais próximas ao doente, com maior probabilidade de serem contaminadas (por exemplo: grades de cama, mesas de cabeceira, maçanetas, superfícies e equipamentos);
- Os utentes do Lar estão separados fisicamente dos utentes do Centro de Dia, não devendo existir espaços de utilização comum;
- Os brinquedos utilizados pelas crianças da creche são limpos e desinfetados em todos os períodos de repouso das mesmas;
- A limpeza e desinfecção das superfícies pode ser realizada com: ONDA ou álcool a 70°.
- Quando um utente regressa de internamento hospitalar devem ser tomadas as medidas de prevenção, nomeadamente o uso de máscara, luvas e óculos na prestação de cuidados e a roupa utilizada deve ser separada e identificada durante, pelo menos, os 14 dias seguintes;
- Os fornecedores de produtos alimentares entregam os bens no exterior, estando apenas um colaborador destinado à receção e conferência da respetiva encomenda e tendo disponível desinfetante para as mãos. Os fornecedores dos outros bens entram

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



pela porta existente junto à lavandaria e o processo de conferência também é realizado apenas por um colaborador com acesso ao desinfetante;

– Se for necessário prestar cuidados primários ao caso suspeito que se encontra na sala de isolamento, este devem ser realizados por apenas um colaborador após colocação de fato de proteção biológica, óculos, máscara e luvas, que serão descartados após a prestação dos cuidados.

2.6 Manuseamento seguro da roupa

Gerir a roupa de acordo com procedimentos de rotina internos, consoante o risco:

- Separar, individualizar e identificar a roupa de utentes que configurem casos suspeitos (precaução de contacto);
- Manusear a roupa potencialmente contaminada com o mínimo de agitação;
- Evitar o contacto direto da pele e das roupas do trabalhador com materiais contaminados devendo utilizar luvas, máscara e óculos de proteção neste manuseamento.

2.7 Recolha segura de resíduos

Os resíduos produzidos durante a prestação de cuidados ao caso suspeito ou confirmado de infeção por nCoV são considerados resíduos grupo III e descartados de acordo com os procedimentos de rotina internos.

2.8 Horário de visitas

- A autorização para visitas será suspensa.
- Serão suspensas todas as visitas ao exterior dos utentes, quer em grupo, quer individuais.

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 9

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

2.9 Informação

Será disponibilizada à entrada da Instituição informação sobre o COVID-19. O rececionista informará as visitas da necessidade da desinfeção das mãos à entrada e à saída e entregará o respetivo folheto informativo.

2.10. Formação

A formação em serviço deverá ser suspensa assim como as tuas as atividades no exterior, quer individuais, quer em grupo.

2. DEFINIÇÃO DE RESPONSABILIDADES

- Em caso de suspeita, contactar o Dr. José Carlos ou a Enfermeira Diana;
- O responsável, ao ser contactado, em caso de suspeita por infeção pelo COVID-19, articulará com o Serviço de Higiene e Segurança do Trabalho: Dr. Luís Silva, com o contacto 914949393 e Técnica Ângela Silvestre, com o contacto 919144152 e com a direção da Instituição.

3. INFORMAÇÃO AOS COLABORADORES

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os colaboradores através de informação transmitida oralmente nas passagens de turno e escrita nos cartazes informativos que serão afixados.

4. PROCEDIMENTO EM CASO SUSPEITO

- Qualquer colaborador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um colaborador na instituição com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa o Dr. José Carlos ou a Enfermeira Diana e dirige-se

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 10

Plano de Contingência COVID-19 – CSCR

Revisão: 0

Edição: 1

para a área de isolamento, após colocação de máscara cirúrgica e desinfeção das mãos para efetuar o circuito.

- Caso seja detectado um utente não dependente, visita ou fornecedor com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, deverá ser informado o Dr. José Carlos ou a Enfermeira Diana e este encaminhará a pessoa para a área de isolamento, após colocação de máscara cirúrgica e desinfeção das mãos de ambos, para efetuar o circuito.

- Caso seja detectado um utente dependente com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, deverá ser informado o Dr. José Carlos ou a Enfermeira Diana e o quarto onde o utente se encontra deverá ser isolado (trancado) e sinalizado.

- Caso seja detectado uma criança de ATL ou Creche com sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, deverá ser informado o Dr. José Carlos ou a Enfermeira Diana o colaborador da sala acompanhará a criança para a área de isolamento, após colocação de máscara cirúrgica e desinfeção das mãos de ambos e colocação do fato de proteção biológica por parte do colaborador.

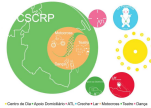
– A Enfermeira Diana deve contactar de imediato a direção, que por sua vez:

- Contacta com o SNS 24 (808 24 24 24).
- Colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- Informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do colaborador;
- Informa os restantes colaboradores da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

– Na situação de Caso confirmado, a direção deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data:



COVID-19

Página 11

Plano de Contingência COVID-19 – CSCRP

Revisão: 0

Edição: 1

- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este).
- Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia, tendo em conta:
- A auto-monitorização diária, feita pelo próprio colaborador, que visa a avaliação da temperatura e a vigilância de sinais e sintomas como tosse ou dificuldade respiratória;
 - A monitorização diária aos utentes, visando a avaliação da temperatura e a vigilância de sinais e sintomas como tosse ou dificuldade respiratória;
 - Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o colaborador ou o utente estiver na instituição, devem-se iniciar os “Procedimentos em Caso Suspeito”;
 - Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

5. BIBLIOGRAFIA

- Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19). Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas
- Orientação nº 003/2020 de 30/01/2020 - Prevenção e Controlo de Infecção por novo Coronavírus (2019-nCoV)
- Orientação nº 002A/2020 de 25/01/2020 atualizada a 25/02/2020 - Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) - Nova definição de caso
- Orientação nº 002/2020 de 25/01/2020 atualizada a 10/02/2020 - Infecção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV)

Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
Ângela Silvestre		
Data: Março 2020	Data: Março 2020	Data: