



# Plano de contingência





# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

### ÍNDICE

1. OBJETIVO.....	3
2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO.....	3
3. QUE É O CORONAVÍRUS.....	3
4. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO.....	3
5. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO.....	4
6. PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	4
6.1. Medidas gerais a implementar.....	4
6.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção.....	6
6.2.1. Áreas de isolamento e os circuitos até à mesma.....	7
6.2.2. Implementação de procedimentos internos específicos.....	7
6.2.3. Definição de procedimentos de comunicação e responsabilidades.....	8
6.2.4. Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa.....	8
6.3. Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24.....	9
6.4. Procedimento para vigilância de contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19:.....	10
7.1. Procedimento de restrição de visitantes.....	12
7.2. Procedimento de frequência da resposta.....	12
7.3. Procedimento de comunicação.....	12
7.4. Procedimento relativo a consultas médicas não urgentes.....	12
7.5. Procedimento de dispensa de medicação.....	13
8. CONCLUSÃO.....	13
9. Preparação para regresso ao trabalho.....	13



# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

### 1. OBJETIVO

O presente documento tem por objetivo definir diretrizes de atuação de forma a mitigar os efeitos de uma possível contaminação da população do Centro Social Paroquial de Sto Condestável com o SARS-CoV-2.

### 2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente plano de contingência aplica-se a toda a população da instituição e terceiros que se encontrem nas instalações da mesma.

A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas desta infeção, devem seguir a informação disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a [Norma 006/2020 de 26/02/2020](#) e [Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro](#) e todas as suas conseqüentes.

Toda a informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

### 3. QUE É O CORONAVÍRUS

O Coronavírus pertence a uma família de vírus que causam infeções respiratórias. Alguns coronavírus podem causar síndromes respiratórias mais complicadas, como a *Síndrome Respiratória Aguda Grave* que ficou conhecida pela sigla SARS, da síndrome em inglês “Severe Acute Respiratory Syndrome”.

A nova estirpe de coronavírus, foi descoberta em 31/12/19 após casos registados na China, na cidade de Wuhan; até à data, nunca tinha sido identificado em Humanos. Inicialmente designada de 2019-nCov, foi posteriormente titulada pelo *CoronaVirus Study Group*, como SARS-CoV-2. Rapidamente demonstrou a sua capacidade de transmissão, sendo certa e inevitável a sua propagação global.

### 4. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a [Orientação n.º 006/2020 da DGS](#), considera-se caso suspeito, o seguinte:

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas <b>OU</b> Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas <b>OU</b> Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

### 5. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

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).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

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 orais, 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.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela instituição têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

#### 6. PLANO DE CONTINGÊNCIA

Tendo em conta o IX Estado de Emergência do país, a Instituição, encerrou as seguintes respostas Sociais: Creche, Creche Familiar, Jardim de Infância, Centro de Atividades de Tempos Livres Centro de dia e Centro de Convívio, apartir de dia 22 de Janeiro de 2021, com colocação de 20 dos trabalhadores destes setores em layoff simplificado

Identificação dos serviços ou atividades imprescindíveis de dar continuidade	Serviços ou atividades passíveis de serem reduzidos ou fechados
<b>Rendimento Social de Inserção</b>	Creche ( <b>Fechado</b> )
<b>Centro de Alojamento Temporário</b>	Creche Familiar ( <b>Fechado</b> )
<b>Lar de Infância e Juventude / Casa de Acolhimento</b>	Serviços Administrativos ( <b>possível para assuntos emergentes</b> )
<b>Apoio domiciliário</b>	ATL
<b>Refeitório Social/Cantina Social</b>	Jardim de Infância
	Centro Convívio
	Centro de Dia ( <b>apoio ao domicílio nos casos mais urgentes e sem retaguarda familiar</b> )
	Centro Comunitário ( <b>apoio nos banhos e lavandaria quando estritamente necessário</b> )

Divulgação nos estabelecimentos, junto de colaboradores e clientes, informação relativamente ao COVID-19, disponibilizada pela Direção Geral de Saúde;

Divulgação, via email, ou outras formas de contato como as redes sociais, para todos os colaboradores e utentes/familiares das medidas preventivas adotadas pela Instituição;

Aquisição de solução desinfetante, luvas, máscaras, termómetros auriculares e de outros instrumentos necessários à prevenção e combate à contaminação; EPI's

Reforço da higienização dos sanitários (após limpeza regular deverá ser utilizado desinfetante) e de superfícies mais manuseadas (p. ex.: maçanetas de portas, corrimãos, botões dos elevadores e teclados dos computadores);

Elaboração deste Plano de Contingência, a enviar para todos os colaboradores, clientes/ utentes, fornecedores e prestadores de serviço.



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

No que diz respeito à minimização da exposição dos colaboradores, de forma a evitar possíveis contágios, a Instituição definiu as seguintes medidas preventivas, que tem de ser cumpridas:

Os colaboradores que podem realizar trabalho a partir de casa vão fazê-lo em regime misto de teletrabalho. Assuntos profissionais serão tratados por telefone e/ou email; os trabalhadores serão divididos em equipas espelho sempre que isso for possível, procurando ter pessoal para substituição e descanso bem como pessoal em reserva.

Os elementos das equipas ficam expressamente impedidos de estabelecer contacto com outras pessoas nas instalações do Centro, caso tenham contactado com algum doente infetado ou tenham sintomas do COVID-19 (febre, tosse e dificuldade respiratória);

As reuniões presenciais deverão ser realizadas desde que não excedam um total de 10 participantes e sempre com distanciamento superior a 2 metros entre estes;

Eventos ou iniciativas, realizadas quer em locais fechados, quer em locais abertos ao público encontram-se todos suspensos;

Ações de formação presencial estão suspensas, optando por soluções de formação à distância;

Processos de recrutamento e seleção que impliquem a presença dos candidatos encontram-se suspensos;

Os trabalhadores devem ter em atenção:

- Sempre que entrarem nas instalações desinfetarem as mãos; aliás devem lavar várias vezes as mãos;
- Portas e janelas abertas para circulação de ar;
- Não guardarem lenços de papel usados em cima das secretárias;
- Na copa limpar as mesas antes e após utilização;
- Ter uma distância de segurança entre colegas.
- Equipas com o menor número possível de colaboradores:

O Centro Social e Paroquial Santo Condestável tenta de forma corajosa através da imensa resiliência dos seus colaboradores manter e prestar à população o nosso espírito de missão de apoio aos mais necessitados.

#### Orientações específicas dos serviços

##### **Rendimento Social de Inserção**

Foi implementado o sistema em que o serviço se mantém funcional para fazer face a situações emergentes e urgentes. Mantém-se contacto telefónico periódico com beneficiários no sentido de acautelar qualquer situação necessária.

Mantém serviço de atendimento às segundas e quartas acautelando sempre o distanciamento entre pessoas e a respectiva higienização cuidadosa de todos os espaços com periodicidade o mais reduzida possível. Devem usar máscara e luvas nos atendimentos presenciais.

##### **Centro de Alojamento temporário – Vigilantes**

Como se trata de população vulnerável, foram devidamente informados do perigo que representa e foi feita uma sessão de esclarecimento e um normativo / orientação para ser assinado por todos os utentes. Estão desaconselhadas as saídas no entanto e pela complexidade de casos internos



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

acolhidos, quem não cumprir sofrerá as consequências legais devidas e previstas para a fase de emergência actual.

Foi provida a farmácia com o mais amplo espectro possível de medicação e adquirindo volumes de tabaco, para oferecer regradamente aos utentes para que assim evitem de todo sair da instituição.

#### **Serviços de Apoio ao Domicílio**

No sentido de reduzir e diminuir o risco de contágio para com a população de alto risco que constitui as pessoas idosas, foram activadas duas equipas com pessoal em regime de substituição /espelho e outra em reserva, para poder responder eficazmente em caso de necessidade. Foi permitido ao pessoal de centro de dia, ter serviços ao domicílio, para casos que se justificasse.

Os serviços de animação sócio-cultural e estimulação cognitiva, foram suspensos, mantendo-se as higienes pessoais (com uso de máscara, avental plastificado e luvas, bem como todo o cuidado com fardamento que é higienizado entre visitas domiciliários e desinfectado a altas temperaturas diariamente). A higiene de casa e tratamento de roupa mantem-se para os casos estritamente necessários. A alimentação é deixada à entrada de cada domicílio, havendo especial cuidado diário na limpeza e desinfeção do material transporte.

#### **CATL (novas orientações para o verão)**

Tendo em conta o período de férias e aumento de frequência diária de crianças e número de horas que permanecem no CATL e por forma a controlar melhor a expansão do vírus, as crianças são divididas em 3 grupos (1º e 2º anos, 3º e 4º anos e 5º, 6º e 7º anos). Haverá monitores para os diferentes grupos e actividades planificadas, apesar de estas poderem ser as mesmas, sempre que possível serão feitas por turnos respectivos e não todos ao mesmo tempo.

Dar-se-á particular atenção neste período a uma intensificação da higienização de portas maçanetas e sobretudo wc's.

Dentro das actividades programadas, explicar sempre que possível às crianças procedimentos de segurança como por exemplo acerca do distanciamento ou higiene das mãos frequentes e tossir e espirrar para o cotovelo.

Na hora de almoço e lanche tentar-se-á na medida do possível, sentar sempre as mesmas 4 crianças (que já tem afinidades ou são família ou colegas de escola, etc..) na respectiva mesa. O almoço é feito depois o refeitório estar livre das outras refeições da instituição e será assegurado com o pessoal afeto ao CATL.

#### **Casa de Acolhimento – Lar de S Francisco**

As visitas são limitadas, por períodos de 1hora em articulação com familiares e Equipa Técnica.

Os fins-de-semana das crianças e jovens às suas famílias ficam em regime de autorização dos técnicos competentes das diversas estruturas de apoio e internas, até indicação contrária.

É recomendado e privilegiado o contacto telefónico e/ou videochamada com as crianças e jovens.

Durante este período, a porta de entrada principal estará sempre fechada à chave e só serão permitidas entradas na Casa de Acolhimento a pessoas devidamente autorizadas e ao entrar devem, obrigatoriamente, higienizar as mãos e restantes medidas em vigor.

As saídas das crianças e jovens desta Casa só estão autorizadas até ao jardim (em caso de fuga ou saída sem autorização as Entidades competentes serão accionadas e tomadas as devidas precauções).



### Novas orientações Casa de Acolhimento (7Abril)

#### 10. Instituições/Casas de Acolhimento de Crianças e Jovens em Risco

**Em relação às instituições de crianças e jovens em risco, aplicam-se as recomendações desta Orientação descritas para as instituições que recebem pessoas idosas.**

- No dia da admissão, a reunião de acolhimento será feita via telefone ou e-mail.
- Qualquer criança com quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura  $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$ ), ou dispneia / dificuldade respiratória, é considerada suspeita de COVID-19 (Norma 004/2020 de 23.03.2020) e deve ser imediatamente isolada e avaliada por médico.
- **Qualquer criança que vai ser acolhida deve ser testada**, uma vez que se trata de uma situação de institucionalização em espaço fechado com muitos conviventes. Para a realização do teste laboratorial, deve ser contactado o médico que presta assistência à instituição ou a Autoridade de Saúde Local:
  - a. **Crianças com teste de deteção de SARS-CoV-2 positivo**
    - i. Avaliar do ponto de vista clínico. Se não houver indicação para internamento, proceder como descrito nesta orientação, com isolamento da criança na área designada para o efeito durante 14 dias, limitando o número e a rotação dos cuidadores desta criança.
    - ii. No caso dos bebés, em que o afastamento social é muito difícil e não há controlo de esfíncteres, para além da máscara cirúrgica, bata e luvas descartáveis, o cuidador deve colocar também um avental impermeável.
    - iii. O isolamento de vários casos confirmados pode fazer-se no mesmo espaço (isolamento por coorte de casos confirmados).
    - iv. É importante vigiar a evolução clínica com reavaliação médica em caso de agravamento.
  - b. **Crianças com teste de deteção de SARS-CoV-2 negativo**
    - i. Um teste negativo não exclui que a criança não esteja em fase de incubação, pelo que deve estar em isolamento 14 dias, em área designada para o efeito.
    - ii. Crianças da mesma família que testem negativo podem ficar juntas, desde que entrem na instituição no mesmo dia.

Reconhece-se que colocar em isolamento uma criança recém-chegada é uma decisão muito difícil. No entanto, o momento atual do conhecimento científico e da situação epidemiológica implicam a adoção de medidas de saúde pública que, se por um lado, são extremamente penalizadoras para uma criança que acaba de ser acolhida, por outro, não as implementar pode atentar contra o interesse das outras crianças e dos profissionais e voluntários que trabalham na instituição.

#### Refeitório Social / Cantina Social - Cozinha

Foi solicitado ao máximo de utentes possível que levem a comida em vez de entrar e comer no refeitório, no entanto e para os que não aceitaram ou não lhes é possível, foi feito um espaçamento nas mesas e comem 20 pessoas de cada vez (uma por mesa). Caso esteja cheio tem que esperar no exterior.

Na cozinha devem usar luvas, aventais e máscaras.

#### Orientações de âmbito geral

#### Circuitos – Áreas de Acesso/Circulação



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

- Estão identificados os circuitos internos, as áreas de acesso e de circulação que cada colaborador, em função da equipa em que se encontra integrado, deve respeitar para evitar ao máximo o cruzamento e/ou ajuntamento de colaboradores no mesmo espaço.
- Estão definidas as áreas de acesso e circuitos dos fornecedores externos. O contato com fornecedores foi reduzido ao mínimo e ao estritamente necessário. A mercadoria é deixada à entrada do armazém e esta é devidamente acondicionada com respectiva higienização e devido espaçamento, quer no Lar quer no Centro.

#### **Pessoal – Horários/equipa**

- Foi feita uma adaptação dos horários dos colaboradores/equipas de modo a, por um lado, garantir o descanso e, por outro, de modo a ter pessoal de reserva para fazer face a uma eventual emergência interna;
  - Nenhum colaborador acumula afetação a mais do que uma resposta social e a Instituição já tem previsto o recurso a voluntários, sempre que tal seja possível e necessário.

#### **Medidas de Proteção Individual e Higienização/desinfecção dos espaços**

As medidas/regras de higiene pessoal que cada colaborador deve adotar, estão devidamente espalhadas pela instituição para que a informação esteja acessível e constante.

Contudo é relembrado que

- Higienizar com frequência as mãos: promover a lavagem/ desinfeção das mãos a entrada e saída da instituição, do domicílio dos idosos ou das áreas de crianças e jovens (LAR), depois da prestação dos serviços, e idas à casa de banho.
- Mudar diariamente a farda/roupa pessoal.
- Diligenciar medidas de etiqueta respiratória: ao espirrar ou tossir devem tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.
- Evitar a partilha de comida e objectos pessoais (copos, telemóveis, roupa...).
- Os profissionais que apresentem sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade em respirar) não devem comparecer na instituição.
- Na vida social extra Instituição os colaboradores deverão ter o máximo cuidado e cumprir as orientações da DGS, evitando sair de casa, apenas para o estritamente necessário.

As regras de higienização/desinfeção dos espaços e equipamentos, bem como os procedimentos a adotar para este efeito, estão definidas e de acordo com orientações da DGS a ser cumpridas com a máxima frequência possível.

- Os corrimões e puxadores deverão ser desinfectados o máximo de vezes possível ao dia.
- Proceder à renovação de ar das salas e espaços fechados.
- Garantir a reposição necessária do desinfectante, sabão e toalhetes das mãos nos vários dispensadores.

#### **Gestão dos Resíduos Perigosos**

Todos os espaços estão devidamente equipados com contentores para separação de lixos domésticos e de material reciclado. Caso haja casos suspeitos ou confirmados o procedimento é de que os próprios o fechem e depositem num contentor de lixo comum.

#### **Área de “Isolamento”**

Está devidamente identificada/estabelecida duas áreas de “isolamento” e os circuitos até à mesma devidamente definidos e entendidos e percebidos por todos (utentes e colaboradores).

N eventualidade de a área de isolamento estar ocupada, será imediatamente aberto o atelier 2 e atelier 3 como alternativas.





# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

### Procedimentos Internos em caso de suspeita de COVID-19

Estão claramente definidos os procedimentos a adotar em caso de suspeita de infeção por SARS-CoV-2, por colaboradores e/ou utentes, de acordo com as orientações da DGS. (decretos mais adiante e no powerpoint formativo).

Foi feita uma sessão de formação (11 de Março) com todos os colaboradores e direção e explicado circuitos e procedimentos bem como em reuniões sectoriais e em pequenos simulacros que se fazem de forma pedagógica, para relembrar (Ex Tantim educa no Lar de S Francisco)

### Formação/Informação/Sensibilização

A informação/sensibilização aos colaboradores sobre as regras, medidas e procedimentos em vigor que forem sendo afinadas ou recebidas das entidades competentes, serão imediatamente transmitidas via email, telefonicamente e sempre que se justifique através de mini conferencias Skype (ou outras aplicações).

Pessoal da área de infância e juventude fez formação certificada em Agosto com o IEFP

Foram feitas mini formações internas com o pessoal sempre que sai orientações específicas

#### 6.1. Medidas gerais a implementar

Na elaboração deste Plano de Contingência responde-se às 3 questões que a [Norma 006/2020](#) define como basilares:

1. Quais os efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar na instituição?
2. O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2?
3. O que fazer numa situação em que existe um ou vários suspeitos de infeção?

Numa eventual situação de pandemia, grande parte da população deverá ficar isolada e muitos serviços poderão deixar de funcionar; assim, é importante considerar a possibilidade de serviços ou atividades essenciais ou mínimos.

É importante determinar quais os serviços mínimos a manter em funcionamento, e as atividades que são dispensáveis e as que são imprescindíveis. Assim como também quais os recursos humanos destacados para o normal funcionamento desses serviços, as equipas de substituição prontas para entrar ao serviço em caso de necessidade

Outro aspeto importante a considerar é o do fornecimento de recursos essenciais às atividades imprescindíveis de dar continuidade:

Atividade / tipo de serviço	Empresa	Contactos
Produtos químicos e acessórios limpeza	Nordhigiene	273331268
Equipamento de Proteção Individual	Nordhigiene	273331268
	Vindimar	254322792
Solução antisséptica de base alcoólica	Nordhigiene	273331268
	Vindimar	254322792
Alimentos	Várias (ficou em teletrabalho a Nutricionista Dr Marina com Listagem contatos encarregue de assegurar o normal funcionamento deste	

serviço essencial)

É importante ter maior atenção com os trabalhadores que, pelas suas tarefas, poderão ter um maior risco de infeção como por exemplo no atendimento ao público, trabalhadores que prestam “cuidados de saúde” ao domicílio de pessoas idosas.

Importa analisar a possibilidade de incentivar e pôr em prática as formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, designadamente pelo recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências, por exemplo.

### Atividades que podem recorrer a formas alternativas de trabalho

No presente momento não se aplica

## 6.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção

A colocação de um trabalhador/utente numa área de isolamento visa impedir que outros trabalhadores/utentes possam estar expostos e infetados, tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na Instituição e na comunidade.

Estes espaços de isolamento estão dotados, cama, assim como em termos de material, têm disponível: um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) no interior. No acesso a esta área deverá ficar um 2º contentor para, aquando da saída da área, permitir a recolha dos EPI – Equipamentos de Proteção Individual usados na intervenção, toalhetes de papel, máscaras, luvas descartáveis e termómetro.

Nas áreas definidas para isolamento existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com Sintomas. E ainda existe um acesso fácil e permite a saída para o exterior, de modo a evitar contactos com os restantes trabalhadores.

### 6.2.1. Áreas de isolamento e os circuitos até à mesma

Quarto da família 1	<b>Casa de Acolhimento Lar de S Francisco</b>
Atelier n.º 2	<b>Centro Comunitário Sto Condestável</b>
Creche	<b>Creche S Bento e S Francisco</b>

### 6.2.2. Implementação de procedimentos internos específicos

Os trabalhadores e utentes, ao longo de todo o vírus devem cumprir rigorosamente:

1. Procedimentos básicos para higienização das mãos: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, afixando por exemplo as imagens da [Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019 de 16/10/2019;](#)
2. Utilizar uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em locais estratégicos, onde se verifica maior afluência de pessoas;
3. Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
4. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimões, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante –



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

é fundamental a sensibilização e a formação das pessoas envolvidas nas tarefas de limpeza e higienização;

5. Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);
6. Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
7. Procedimentos de conduta social (alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os utentes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados);

No caso de serem encaminhados para isolamento profilático (tendo em conta os critérios epidemiológicos supracitados), deve ser assegurada a entrega de uma *Ficha de Registo Individual de Sintomas*, aos casos registados (ver anexo II).

Este documento visa servir de guia orientador à pessoa que cumpre o isolamento, dando enfoque aos sintomas a ter em alerta, como também permite um registo da evolução da situação de saúde/doença da pessoa.

#### 6.2.3. Definição de procedimentos de comunicação e responsabilidades

##### Informação aos trabalhadores

1. Divulgadas medidas gerais de prevenção e contenção e atualização regular da informação sobre a doença;
2. Elaborada e divulgada Instrução de Trabalho – Plano Contingência para a pandemia Coronavírus;
3. Divulgado pelos responsáveis o Plano de Contingência;
4. Afixação de cartazes com medidas de prevenção e sintomatologia;
5. Formação ministrada aos assistentes administrativos, enfermeiros e ajudantes/auxiliares.

##### Contactos dos Profissionais envolvidos

Os profissionais envolvidos/responsáveis pela comunicação dos pontos indicados são:

1. Diretor Serviços – Pedro Miguel Guerra – 936259611
2. Diretora a Técnica LIJ - Carla Galelo Pires – 934783284
3. Responsável recursos humanos – Anjos Veigas – 938247287
4. Recursos Humanos – Odilia Valente -938212704

#### 6.2.4. Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na instituição

A comunicação deve ser rigorosa, rápida e segura e deve envolver o trabalhador, a chefia direta e o Diretor de Serviços.

O trabalhador em caso de suspeita deve reportar à sua chefia direta, uma situação de suspeita enquadrada no seguinte princípio: **Trabalhador COM sintomas E COM ligação epidemiológica.**

Nas situações em que o trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento por exemplo por dificuldade de locomoção, ficou definido que é o colega mais próximo que o acompanha até ao local de isolamento e lhe presta auxílio, colocando-lhe todos os equipamentos de proteção obrigatórios e colocando em si também.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)



### 6.3. Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24

- **Caso não suspeito;**
- **Caso suspeito, mas não validado.**

Nas duas situações, o trabalhador deverá ser tratado de forma adequada, do ponto de vista clínico, seguindo eventualmente as orientações da Linha Saúde 24; em posteriormente será reencaminhado o processo para a Medicina do Trabalho para dar seguimento.

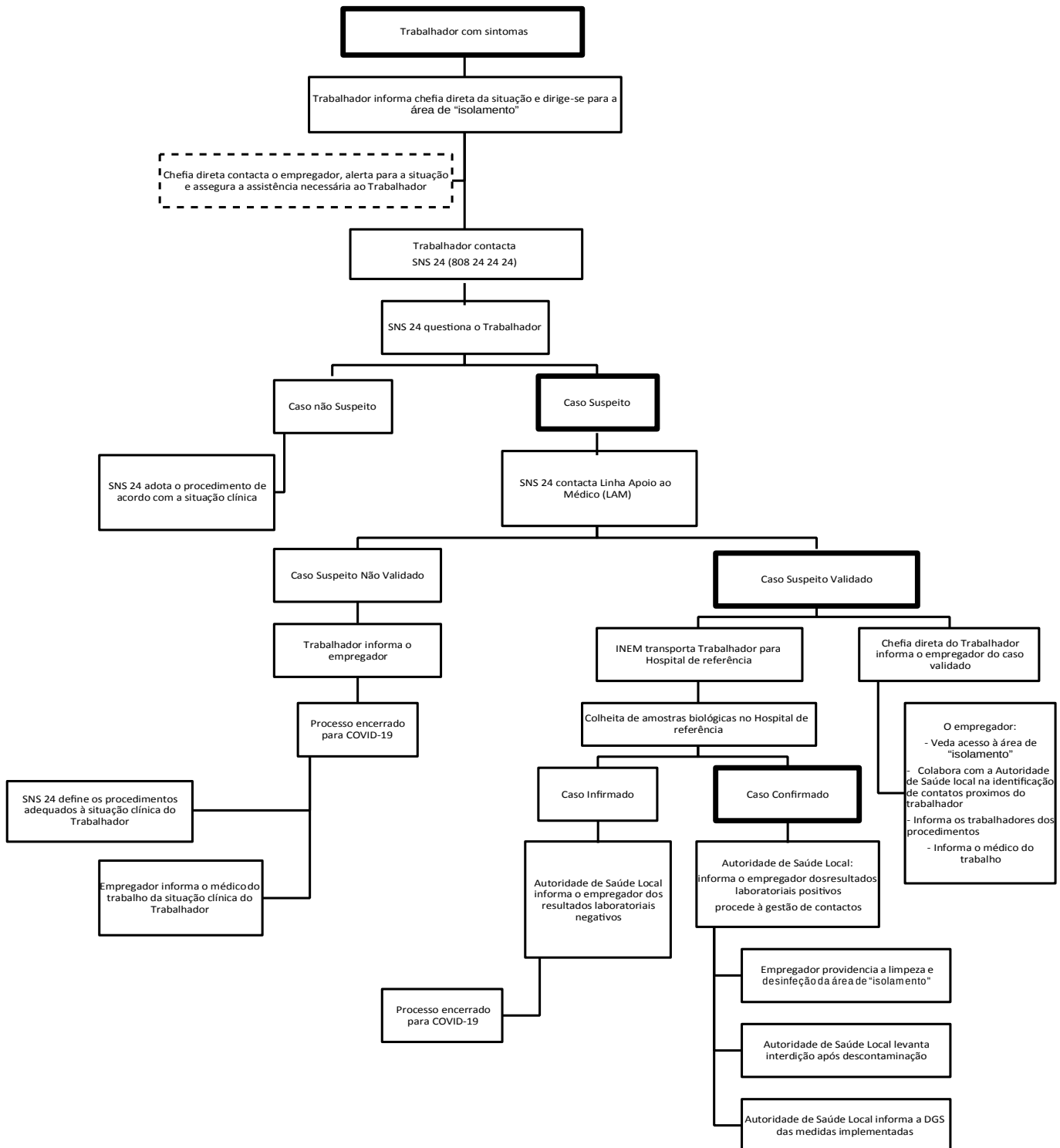
- **Caso suspeito validado:**

- 1) O trabalhador permanece na área de isolamento até à chegada do INEM para transporte até ao Hospital de referência;
- 2) Vedar acesso à área de isolamento;
- 3) Identificar os contactos próximos do trabalhador e transmitir à Unidade de Saúde Pública;
- 4) Informar os trabalhadores do edifício e demais utilizadores, sobre os procedimentos a adotar;
- 5) Informar o Médico do Trabalho;
- 6) Assegurar a limpeza e desinfeção da área de isolamento;
- 7) Comunicar à Unidade de Saúde Pública a limpeza e desinfeção da área de isolamento e solicitar o levantamento da interdição da área de isolamento.

Ver fluxograma no Anexo I

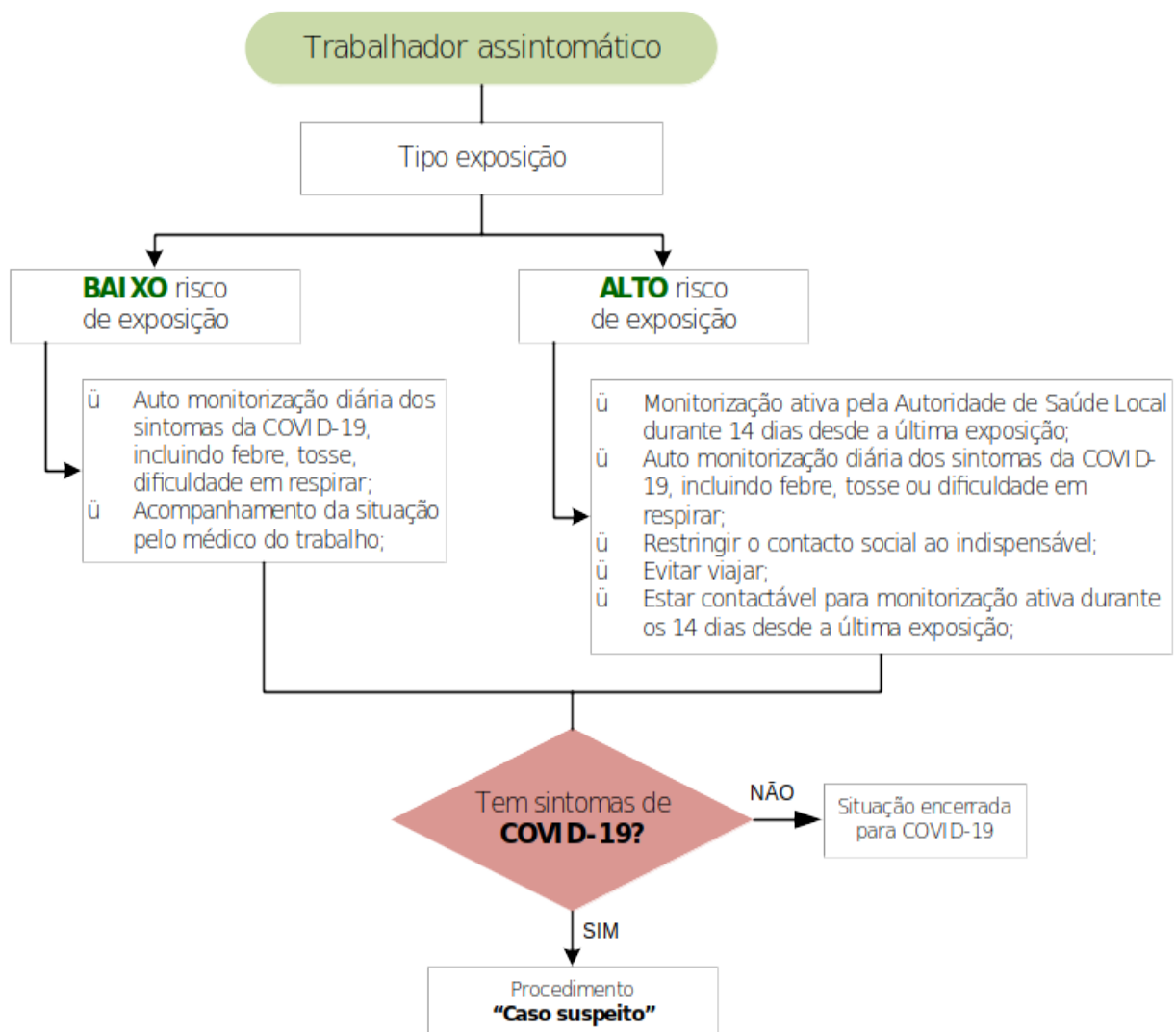
Anexo I:

Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID-19



### 6.4. Procedimento para vigilância de contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19:

- Identificação dos contactos próximos;
- Contacto com o Médico do Trabalho em estreita articulação com a Autoridade de Saúde Pública Local, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição e alto risco de exposição;
- Para as pessoas determinadas com **baixo risco de exposição**: assegurar a monitorização diária dos sintomas – ver **anexo II** - (febre, tosse, dificuldade em respirar) e encaminhar os trabalhadores para consulta de Medicina do Trabalho;
- Para as pessoas determinadas com **alto risco de exposição**: seguir as indicações dadas pela Unidade de Saúde Pública, nomeadamente encaminhar os trabalhadores para casa (período de restrição social), monitorização diária dos sintomas – ver **anexo II** - (febre, tosse, dificuldade em respirar); passado o período de 14 dias e se nenhum sintoma surgir, após o regresso, encaminhar os trabalhadores para consulta de Medicina do Trabalho.



## 7. Procedimentos específicos





# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

Para cada resposta social existem procedimentos específicos a ser adaptados de acordo com a necessidade.

### 7.1. Procedimento de restrição de visitantes

- Foram restringidas as visitas a utentes no CAT e LIJ ;
- Se a visita se justificar emergente e necessária, então verificar se o visitante tiver sintomas sugestivos de infeção respiratória (febre, tosse, expetoração e/ou falta de ar) não deve realizar a visita, ou caso o benefício da visita o justifique, devem ser implementadas em conjunto com o visitante e a equipa as medidas de controlo de infeção adequadas, nomeadamente o uso correto de máscara, higienização das mãos e etiqueta respiratória;
- Se o visitante esteve fora do país ou contactou com pessoas que estiveram fora do país nos últimos 14 dias, não deve realizar a visita.

### 7.2. Procedimento de frequência da resposta

- Se o utente, ou alguém com contacto direto, tiver sintomas sugestivos de infeção respiratória (febre, tosse, expetoração e/ou falta de ar) NÃO DEVE frequentar a resposta social, e deve de imediato avisar o responsável da resposta social;
- Se o utente ou alguém com contacto direto com o utente esteve fora do país ou contactou com pessoas que estiveram fora do país nos últimos 14 dias, NÃO DEVE frequentar a resposta social, e deve de imediato avisar o responsável da resposta social.

### 7.3. Procedimento de comunicação

- Se o utente ou alguém com contacto direto tiver sintomas sugestivos de infeção respiratória (febre, tosse, expetoração e/ou falta de ar) DEVE avisar o coordenador do serviço, a receção ou outro colaborador da Instituição (que fará chegar a informação à sua chefia direta);
- Se o utente ou alguém com contacto direto contactou com pessoas que estiveram fora do país nos últimos 14 dias, DEVE avisar o coordenador do serviço, a receção ou outro colaborador da Instituição (que fará chegar a informação à sua chefia direta);

### 7.4. Procedimento relativo a consultas médicas não urgentes

- Evitar sempre que possível o envio de utentes em regime residencial ou de internamento a consultas de especialidade em Centros de Saúde ou Hospitais, quando as mesmas não se afigurem urgentes ou essenciais para a prestação de cuidados ao utente.

### 7.5. Procedimento de dispensa de medicação

- O funcionamento da Farmácia fica restrito à dispensa de medicação e desde que apresente receita médica;
- A dispensa de medicação será efetuada através do vigilante de serviço e no caso do LIJ do responsável de serviço nesse dia.

## 8. CONCLUSÃO

A consulta das [normas](#) e orientações da DGS são fundamentais.



# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

A informação disponibilizada deverá estar sujeita a atualização constante via [site da DGS](#) ou outras formas de comunicação oficiais.

Todas as informações serão prestadas via email aos colaboradores e através de telefonemas.

Será necessária a estreita articulação entre os serviços clínicos e de segurança das instituições e entidades locais de Saúde, ACEs e Saúde Pública.

A divulgação de informação rigorosa e precisa, a vigilância de perto dos casos suspeitos e a correta identificação dos casos de infeção real, permitirão, por certo, o controlo desta nova ameaça.

A implementação deste plano visa acautelar e minimizar o impacto da epidemiologia na situação clínica dos utentes e equipas.

### 9 . Orientações finais

1. Se o trabalhador tiver algum sintoma associado à covid-19 **não deve** regressar ao seu local de trabalho sem antes confirmar que não existe risco para si nem para outros.
2. Se o trabalhador pertencer ao grupo de pessoas sujeitas a um dever especial de proteção, deve, preferencialmente, realizar as suas tarefas remotamente (em teletrabalho).
3. Se o trabalhador manteve contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos de covid-19 **não deve** regressar ao seu local de trabalho sem antes contactar a linha Saúde 24.
4. O regresso dos trabalhadores deve ser faseado, avaliando se é possível optar pelo teletrabalho.
5. Assegurar o planeamento, monitorização e reforço da informação sobre as medidas de prevenção para trabalhadores e clientes e/ou fornecedores.
6. Fornecer água e sabão ou desinfetante para as mãos em locais convenientes.
7. Assegurar uma boa ventilação e limpeza dos locais de trabalho.
8. Reduzir os contactos entre trabalhadores, e entre trabalhadores e clientes e/ou fornecedores.
9. Reduzir os contactos entre trabalhadores e outras pessoas nos intervalos, pausas e espaços comuns.
10. Nas empresas ou estabelecimentos abertos ao público, deve ser eliminada ou limitada a interação física entre trabalhadores e clientes e/ou fornecedores.
11. Garantir o acesso de todos os trabalhadores aos equipamentos de proteção individual adequados.
12. Reforçar as práticas de higienização dos equipamentos de proteção individual e roupas de trabalho.
13. Viagens de trabalho e trabalho prestado em veículos devem ser objeto de especiais precauções.



## **PLANO DE CONTINGÊNCIA**

### **Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)**

14. Nas deslocações de e para o trabalho deve evitar-se sempre que possível o ajuntamento de pessoas, nomeadamente nos transportes coletivos e no acesso aos locais de trabalho.
15. O empregador deve garantir que estão reunidas as condições de prestação de trabalho em regime de teletrabalho.
16. O empregador deve minimizar os riscos físicos e psicossociais para os trabalhadores que estão em regime de teletrabalho.
17. O teletrabalho, em particular no quadro da atual pandemia, deve atender à necessidade de alguma flexibilidade sem deixar de se assegurar uma organização eficaz do trabalho.
18. Empregadores e trabalhadores têm responsabilidades partilhadas na prevenção e mitigação da pandemia covid-19 nos locais de trabalho.
19. O diálogo social permanente a todos os níveis é de particular importância neste contexto, pelo que é considerada boa prática o esforço da informação e consulta dos trabalhadores e, sempre que existam, das suas estruturas representativas.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

### ANEXO II – Registo individual em caso de isolamento profilático

<b>Nome</b>			
<b>Data de Nascimento</b>			
<b>Entidade empregadora</b>		<b>Categoria profissional</b>	
<b>Posto de trabalho</b>		<b>Atividade profissional</b>	
<b>Distrito</b>		<b>Localidade</b>	<b>Freguesia</b>

<p><b>Registo de temperatura</b></p> <p>Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__)</p> <p>Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__)</p>	<p>Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe.</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p>
<p><b>Sintomas/Queixas</b> (tosse, expetoração, falta de ar, ...):</p>	
<p><b>Registo de temperatura</b></p> <p>Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__)</p> <p>Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__)</p>	<p>Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe.</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p>
<p><b>Sintomas/Queixas</b> (tosse, expetoração, falta de ar, ...):</p>	
<p><b>Registo de temperatura</b></p> <p>Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__)</p> <p>Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__)</p>	<p>Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe.</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p> <p>Medição nr. ____ Medição nr. ____</p>
<p><b>Sintomas/Queixas</b> (tosse, expetoração, falta de ar, ...):</p>	



## PLANO DE CONTINGÊNCIA

### Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

<b>Registo de temperatura</b> Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__)	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registre.  Medição nr. ____ Medição nr. ____  Medição nr. ____ Medição nr. ____
<b>Sintomas/Queixas</b> (tosse, expetoração, falta de ar, ...):	
<b>Registo de temperatura</b> Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__)	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registre.  Medição nr. ____ Medição nr. ____  Medição nr. ____ Medição nr. ____
<b>Sintomas/Queixas</b> (tosse, expetoração, falta de ar, ...):	

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

