


PLANO DE CONTINGÊNCIA




CORONAVÍRUS COVID-19



	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

Índice

1. Objetivo	3
2. Âmbito	3
3. Enquadramento	3
4. Definição de coronavírus SARS-Cov-2, agente causal da COVID-19	3
5. Definição de caso suspeito	4
6. Transmissão de infeção	4
7. Sintomatologia	5
8. Plano de Contingência	5
8.1. Medidas gerais a implementar	5
8.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de utentes/colaboradores	6
8.2.1. Área de isolamento	6
8.2.2. Procedimentos específicos	6
8.2.2.1. Procedimento de vigilância de contactos próximos	6
8.2.2.2. Outros procedimentos	8
I) Medidas Gerais	8
II) Medidas Especificas para o acolhimento/entrega das crianças.....	9
III) Medidas especificas para espaços escolares.....	9
IV) Medidas aplicadas nas salas e nas rotinas diárias.....	10
8.2.3. Definição de responsabilidades	11
8.2.4. Profissionais de saúde e seus contactos	11
8.2.5. Informar e formar os colaboradores	11
8.3. Diligências a efetuar na presença de utente/colaborador(es) suspeito de infeção por SARS-CoV-2 na empresa	12

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

1. Objetivo

Estabelecer o procedimento a adotar no âmbito da infeção pelo coronavírus SARSCov-2, agente causal da COVID-19, no que respeita à prevenção, formação, informação e em caso de contágio, transmissão e progressão do vírus na comunidade infantil do Centro Social e Paroquial de Campos.

2. Âmbito

O presente documento é aplicável a todos os utentes, encarregados de educação, colaboradores e fornecedores que exercem funções na Instituição, assim como a todos aqueles que se desloquem à mesma.

3. Enquadramento


O empregador é responsável por organizar os Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no “Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho” (RJPSST - Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação do empregador assegurar aos seus colaboradores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção (art. 15.º do RJPSST).

As prescrições mínimas de proteção da segurança e da saúde dos colaboradores contra os riscos da exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho estão estabelecidas no Decreto-Lei n.º 84/97, de 16 de abril.

À Autoridade de Saúde (DGS) compete intervir em situações de grave risco para a Saúde Pública, procedendo à vigilância da saúde dos cidadãos e do nível sanitário dos serviços e estabelecimentos e determinando, quando necessário, medidas corretivas, incluindo a interrupção ou suspensão de atividades ou serviços e o encerramento dos estabelecimentos (Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro).

4. Definição de coronavírus SARS-Cov-2, agente causal da COVID-19

Considera-se COVID-19 o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial de Saúde, para a doença provocada por um novo coronavírus, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países. Coronavírus diz respeito a um grupo de vírus que podem causar infeções, associadas a sintomatologia ao nível do sistema respiratório, sendo similar à gripe comum e podendo evoluir para pneumonia.

5. Definição de caso suspeito

As pessoas que desenvolvam os sintomas abaixo indicados são consideradas suspeitas de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19): (Orientação 4/2020 da DGS, de 23/03/2020 e atualizada a 14/10/2020)


- a. Quadro clínico sugestivo de infeção respiratória aguda com pelo menos um dos seguintes sintomas:
 - i. Tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual, ou associada a cefaleias ou mialgias, ou;
 - ii. Febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$) sem outra causa atribuível, ou;
 - iii. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.
- b. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

6. Transmissão de 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 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.

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

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

7. Sintomatologia

Segundo as últimas informações publicadas, o período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 14 dias, no entanto no dia de hoje, o período de incubação encontra-se sob investigação.

O tratamento para o COVID-19 é específico e dirigido em função dos sinais e sintomas que a pessoa apresenta.

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória.

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

8. Plano de Contingência


8.1. 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 colaboradores 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 colaboradores suspeitos de infeção na Instituição?

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.

	<p align="center">PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p align="center">ELABORADO EM 10/11/2020</p>
		<p align="center">VERSÃO 2/2020</p>

8.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de utentes/colaboradores

8.2.1. Área de isolamento

A colocação de um utente/colaborador numa área de “isolamento” visa impedir que outros utentes/colaboradores possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na instituição e na comunidade.

A área de “isolamento” – sala no 3º piso- apresenta ventilação natural, e possuir revestimentos lisos e laváveis. Esta área está equipada com: cadeira e marquesa (para descanso e conforto do utente/colaborador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscaras cirúrgicas; aventais descartáveis; luvas descartáveis; termómetro e toalhetes. Na divisão ao lado da sala de isolamento, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do utente/colaborador com Sintomas/Caso Suspeito.

A Instituição estabeleceu os circuitos a privilegiar quando um utente/colaborador com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do utente/colaborador com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/colaboradores nas instalações.

8.2.2. Procedimentos específicos

8.2.2.1. Procedimento de vigilância de contactos próximos


Considera-se “contacto próximo” um colaborador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

– “Alto risco de exposição”, é definido como:

– Colaborador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;

– Colaborador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

– Colaborador que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

– “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

– Colaborador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).

– Colaborador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

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. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, deve:


- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

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

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

Vigilância de contactos próximos	
“alto risco de exposição”	“baixo risco de exposição”
<ul style="list-style-type: none"> – Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição; – Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; – Restringir o contacto social ao indispensável; – Evitar viajar; – Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição. 	<ul style="list-style-type: none"> – Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; – Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.

De referir que:

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020


- A auto monitorização diária, feita pelo próprio colaborador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o colaborador estiver na empresa, devem iniciarem-se os “Procedimentos num Caso Suspeito”, estabelecidos no ponto 8.2.1;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

8.2.2.2. Outros procedimentos

No sentido de prevenir o possível contágio implementam-se medidas gerais, que serão transversais ao funcionamento da instituição, medidas específicas para o acolhimento/entrega da criança, medidas específicas para a higienização dos espaços escolares comuns, e medidas direcionadas para a rotina de sala. Assim sendo seguem-se as medidas a serem implementadas e cumpridas por pais/encarregados de educação, colaboradores e crianças.

I) Medidas Gerais

- a) Elaborar um plano de limpeza e desinfeção para todos os espaços e materiais de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS, que poderá ser consultado em anexo;
- b) Utilização de equipamento de proteção individual (máscaras, luvas, aventais, entre outros que se considere necessário) por todas as colaboradoras;
- c) Os funcionários serão sujeitos a monitorização da temperatura no início da jornada de trabalho;
- d) Os colaboradores terão que andar com o cabelo apanhado e sem adornos pessoais;
- e) Todas as zonas terão um dispensador com solução à base de álcool, assim como em locais estratégicos e de passagem;
- f) As portas deverão, na medida do possível, permanecer sempre abertas para evitar contato constante com as maçanetas;
- g) Colocar cartazes informativos pelas áreas comuns;
- h) Limitar o acesso ao interior da Instituição aos pais, fornecedores e qualquer pessoa externa ao funcionamento da Instituição;
- i) Organizar a lista de fornecedores de todos os produtos e géneros alimentícios de modo a que se um fornecedor falhar a entrega saber a qual recorrer;
- j) Deve garantir-se que as pessoas externas (ex: fornecedores) só entram no estabelecimento excecionalmente e de forma segura, sujeitos a monitorização da

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020


- temperatura. Devem entrar pelas portas de serviço, devidamente higienizados, com proteção do calçado e máscara (não se podem cruzar com as crianças);
- k) Cancelamento da festa de final de ano ou qualquer outro evento que implique aglomerado de várias pessoas;
 - l) O horário de funcionamento do CATL deve adequar-se às necessidades dos pais/encarregados de educação, não devendo a criança permanecer no estabelecimento por período superior ao estritamente necessário.

II) Medidas Específicas para o acolhimento/entrega das crianças

- a) Os encarregados de educação, ou quem venha trazer/recolher a criança terá que respeitar a distância de segurança e usar máscara;
- b) A criança deverá chegar ao CATL até as 09:30h, de modo a facilitar as atividades;
- c) Existirá um espaço destinado à receção/entrega das crianças devidamente sinalizado, deverão tocar à campainha e aguardar no exterior;
- d) Não existir circuitos destinados aos pais e às crianças;
- e) Na receção das crianças será monitorizada e registada a temperatura;
- f) A criança deverá ter um calçado apenas para uso exclusivo na Instituição, os mesmos devem ser fáceis de calçar e descalçar para facilitar o processo, estes sapatos ficarão em espaço destinado apenas para esse fim;
- g) As crianças serão entregues a uma funcionária que as levará para a sala onde haverá a troca dos sapatos, posteriormente a criança procederá a lavagem das mãos, o mesmo se verificará à saída;
- h) As folhas de registo diário serão preenchidas pela funcionária, tanto no acolhimento quanto na entrega;
- i) Está expressamente limitado o acesso ao interior a qualquer adulto ou criança que apresente um ou mais sintomas, referente a Covid 19;
- j) O contacto entre pais e responsáveis deve fazer-se preferencialmente por email/telefone, de modo a evitar os contatos dos colaboradores com o exterior.

III) Medidas específicas para espaços escolares


- a) Corredores: Devem ser usados de forma ordeira e responsável, respeitando os limites sociais, as regras de higiene e segurança;
- b) Sala do Pessoal: os sapatos devem ser retirados na sala para o efeito e guardados. Os sapatos devem ser de uso específico à prática profissional e os mesmos devem ser retirados sempre que vamos ao exterior da Instituição. Os objetos pessoais não devem ser partilhados e devem estar sempre guardados em local próprio;
- c) Casa de banho pessoal (casa de banho 2º piso): O utilizador deve manter o espaço limpo e higienizado, procedendo à desinfeção do tampo sanitário com a solução

	PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)	ELABORADO EM 10/11/2020
		VERSÃO 2/2020

- disponibilizada para o efeito. Deve também lavar as mãos abundantemente com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos. Utilizar os cotovelos para a abertura da torneira e porta;
- d) Casa de banho infantil: Devem higienizar todas as loiças sanitárias e lavatórios em cada utilização;
 - e) Refeitório: as mesas estarão dispostas na mesma direção, de forma a cumprir o máximo possível, o distanciamento social. Deverá ser higienizado a cada refeição. Existirão lugares marcados de forma a ser mais ordeira a acomodação das crianças. Desta forma também é mais fácil o controlo das distâncias sociais;
 - f) Copa: todas as regras para a manipulação dos alimentos e matéria-prima devem obedecer às regras e normas já implementadas pelo HACCP;
 - g) Sala de atividades: todas as mesas serão dispostas de forma a cumprir o máximo possível, o distanciamento social, o material será higienizado com a máxima regularidade possível; A sala deverá ser higienizada no final de cada atividade e no final do dia.
 - h) Sala das crianças: este local é apenas destinado á troca dos sapatos. Cada criança terá 2 espaços: um destinado aos sapatos que traz do exterior e outro para os sapatos utilizados no interior, assim como um gancho para o chapéu e/ou casaco. É obrigatório trazer chapéu, devidamente identificado.
 - i) Parque: O uso do parque será livre, contudo tendo em atenção as distâncias sociais.

IV) Medidas aplicadas nas salas e nas rotinas diárias

- a) Devem permanecer neste espaço somente aqueles que são estritamente necessários ao seu funcionamento;
- b) As crianças com idade superior a 10 anos/frequentem o 2º ciclo devem usar máscara dentro do estabelecimento;
- c) Ensinar ou relembrar o grupo de crianças regras de boas práticas;
- d) Promover, várias vezes ao dia, a ida à casa de banho para lavar as mãos;
- e) Não serão permitidos brinquedos/tablets e telemóveis de casa;
- f) Os lenços usados devem ser colocados imediatamente no lixo;
- g) Higienizar o espaço várias vezes ao dia;
- h) As mesas de refeição serão intransmissíveis sendo identificadas com o nome de cada criança e desinfetadas a cada utilização;
- i) Retirar tapetes, almofadas e tudo aquilo que não seja de fácil higienização;
- j) Os brinquedos devem ser selecionados para serem usados em dias alternados e higienizados de acordo com o ponto 4.3 da norma 14/2020 da DGS;

	<p align="center">PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p align="center">ELABORADO EM 10/11/2020</p>
		<p align="center">VERSÃO 2/2020</p>

- k) O plano de atividades deve ir de encontro à situação atual, apostar em atividades em que a partilha de objetos e materiais seja menor;
- l) Deve evitar-se a concentração de crianças em espaços não arejados;
- m) O recreio irá ser utilizado com maior frequência e sempre que possível;
- n) Arejamento dos espaços com abertura de portas e janelas sempre que possível;
- o) Devem os educadores ter uma vigilância ativa, no sentido de rastrear precocemente qualquer foco de infeção.

8.2.3. Definição de responsabilidades

- Todos os colaboradores devem reportar à Coordenadora, uma situação de doença enquadrada como colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Sempre que for reportada uma situação de colaborador com sintomas, a chefia direta do colaborador informa, de imediato, a Diretora Técnica;

8.2.4. Profissionais de saúde e seus contactos

Serviço de Saúde do Trabalho: Metsep – Segurança, Higiene e Saúde do Trabalho, Lda

Contacto: 258 811 952

Médico responsável: Dra. Maria José Vazquez

Unidade Local de Saúde do Alto Minho (ULSAM)


Morada: Rua José Espregueira 96, 4900-459 Viana do Castelo

Contacto / Fax: 258 809 480 / 258 801 481

e-mail: delegado.saude.ulsam@ulsam.min-saude.pt

8.2.5. Informar e formar os colaboradores

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os colaboradores e encarregados de educação.
- Esclarecer os colaboradores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.
- In(formar) os colaboradores quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa (descritos no ponto 8.2.2.).

	<p align="center">PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p align="center">ELABORADO EM 10/11/2020</p>
		<p align="center">VERSÃO 2/2020</p>

8.3. Diligências a efetuar na presença de utente/colaborador(es) suspeito de infecção por SARS-CoV-2 na empresa

1. Perante a identificação de um caso suspeito, este deve ser encaminhado para a área de isolamento, pelos circuitos definidos no Plano de Contingência.

2. Os encarregados de educação do caso suspeito devem ser de imediato contactados para levar a criança e aconselhados a contactar o SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito. Este contacto, mediante autorização dos encarregados de educação, também poderá ser feito no CATL, devendo de seguida proceder de acordo com as indicações fornecidas.

3. Todos os encarregados de educação devem ser informados em caso de existência de um caso suspeito no estabelecimento.

4. A Autoridade de Saúde Local deve ser imediatamente informada do caso suspeito, bem como dos seus contactos, de forma a facilitar a aplicação de medidas de Saúde Pública aos contactos próximos. Para o efeito os estabelecimentos devem manter atualizados os contactos das Autoridades de Saúde territorialmente competentes.

5. Deve reforçar-se a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento, nos termos da Orientação 014/2020 da DGS.

6. Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em duplo saco de plástico e resistentes, fechados com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilho e devem ser colocados em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos).