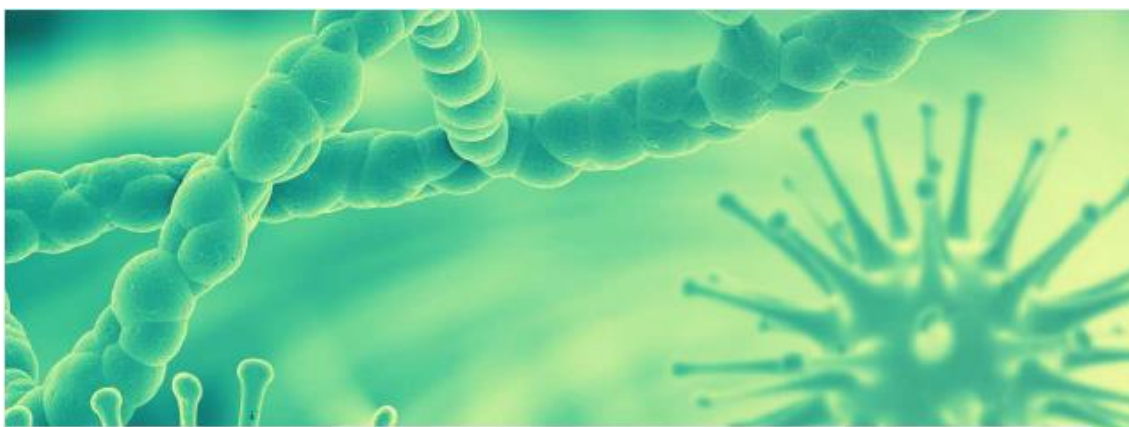



PLANO DE CONTINGÊNCIA



CORONAVÍRUS **COVID-19**



1. OBJETIVO.....	3
2. ÂMBITO	3
3. ENQUADRAMENTO	3
4. DEFINIÇÃO DE CORONAVÍRUS SARS-COV-2, AGENTE CAUSAL DA COVID-19	4
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/trabalhadores	6
8.2.1. Área de isolamento	6
8.2.2. Procedimentos específicos	7
8.2.2.1. Procedimento de vigilância de contactos próximos	7
8.2.2.2. Outros procedimentos.....	8
8.2.2.2.1. Atendimento e (Re)Admissão de Novos Utentes/Clientes	8
8.2.2.2.1.1. Medidas Gerais.....	9
9. PLANO DE OPERACIONALIZAÇÃO DA REABERTURA DOS CENTROS DE CONVÍVIO	12
9.1. Preparação para a reabertura	12
9.2. Condições do transporte diário de e para o centro de convívio	14
9.3. Acesso às instalações do centro de convívio	15
9.4. Funcionamento do refeitório	16
9.5. Utilização dos wc/casas de banho	16
9.6. Condições para a realização de atividades socioculturais	16
9.7. Condições de higienização e desinfecção	17
9.7.1. Definição de responsabilidades.....	19
9.7.2. Profissionais de saúde e seus contactos	19
9.7.3. Informar e formar os trabalhadores.....	20
9.8. Diligências a efetuar na presença de utente/trabalhador(es) suspeito de infeção por SARS-CoV-2 na empresa.....	20

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

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 sénior do Centro Social e Paroquial de Campos.

2. ÂMBITO

O presente documento é aplicável a todos os utentes, familiares, trabalhadores 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 trabalhadores 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 trabalhadores 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 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.

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 Convívio 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 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 trabalhadores suspeitos de infeção na Instituição?

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

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.


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

8.2.1. Área de isolamento

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

A área de “isolamento” – Escritório - apresenta ventilação natural, e possuir revestimentos lisos e laváveis. Esta área está equipada com: telefone; cadeira (para descanso e conforto do utente/trabalhador, 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; fraldas e toalhetes. Nesta área, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do utente/trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.

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

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

8.2.2. *Procedimentos específicos*

8.2.2.1. *Procedimento de vigilância de contactos próximos*

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador 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:

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

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

- Trabalhador 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:


- Trabalhador 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).

- Trabalhador(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).

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	---	--

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos 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:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, 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 trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar 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 implementa-se medidas gerais, que serão transversais ao funcionamento da instituição, medidas específicas para o acolhimento/transporte dos utentes, medidas específicas para a higienização dos espaços comuns, e medidas direcionadas para a rotina do dia. Assim sendo seguem-se as medidas a serem implementadas e cumpridas quer pelos utentes, familiares e funcionários.

8.2.2.2.1. Atendimento e (Re)Admissão de Novos Utes/Clientes

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

O atendimento deve ser realizado mediante agendamento prévio. Devem ser implementadas medidas de atendimento individual, com reserva de espaço de espera que cumpra o distanciamento físico de cerca de 2 metros;

No atendimento ao público, deverá ser instalado divisórias em vidro ou acrílico nos espaços de atendimento ao público com disponibilização de solução alcoólica acessível ao público nos espaços de atendimento.

No atendimento deverá ser utilizado máscara pelo profissional e pelo cidadão.

No Convívio da admissão na instituição não deve ser permitida a entrada da família nem da equipa que acompanha o utente. A reunião habitual de acolhimento será feita via telefone ou e-mail.

A admissão de novos utentes/clientes na instituição implica:

- Entrega do Relatório do Médico Assistente - relatório de avaliação se o utente tem as condições mínimas necessárias para frequentar o Centro de Convívio (ex. uso de máscara permanente, avaliação dos riscos de saúde, etc);
- Entrega à família/responsável/utente de um documento com as condições de funcionamento do Centro de Convívio, verificando que todos entenderam as regras e se comprometem à sua operacionalização.


8.2.2.2.1.1. Medidas Gerais

Ações de Informação e Sensibilização – Por email, colocado no placard folhetos com informações sobre medidas de proteção individual, bem como alguns cartazes informativos afixados nos vários estabelecimentos e serviços em locais visíveis.

Ações de Educação para a Saúde – De preferência com uma equipa de enfermagem (interna ou do Centro de Saúde/parcerias, deverão realizar pequenas sessões de informação e formação, junto dos colaboradores e utentes/clientes, sobre os comportamentos a adotar, consoante a evolução da situação e as orientações da Direção Geral da Saúde.

A Instituição e os restantes Colaboradores, devem cumprir rigorosamente:

1. Procedimentos básicos para higienização das mãos: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, cumprindo o procedimento previsto na

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--


[Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019 de 16/10/2019;](#) As mãos devem ser lavadas frequentemente com água e sabão, em especial nas seguintes circunstâncias:

- Antes de entrar e antes de sair da Instituição;
- Antes e depois de contactar com os utentes/clientes;
- Depois de espirrar, tossir ou assoar-se;
- Depois de utilizar as instalações sanitárias;
- Depois de contactar com urina, fezes, sangue, vômito ou com objetos potencialmente contaminados;
- Antes e após consumir refeições;
- Antes e após preparar, manipular ou servir alimentos e alimentar os utentes;
- Depois de fazer o tratamento de roupa;
- Depois de retirar as luvas;
- Sempre que as mãos parecerem sujas ou contaminadas.

As instruções para a higiene das mãos devem estar afixadas e acessíveis aos profissionais e utentes. Deve ser evitado tocar com as mãos na cara (olhos, nariz ou boca) especialmente se estas estiverem sujas ou possivelmente contaminadas. As mãos devem ser lavadas antes de tocar nestas áreas.

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, interruptores). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante – é fundamental a sensibilização e a formação das pessoas envolvidas nas tarefas de limpeza e higienização. A semelhança das instalações e equipamentos, o interior dos veículos, caso os mesmos venham a ser utilizados por indivíduos com suspeita de contaminação com o COVID-19, devem ser escrupulosamente limpos com recurso a um detergente comum (partindo da frente para o banco de trás) e arejados antes da sua próxima utilização. As superfícies de

- maior contacto (ex. volante, tablier, manete de mudanças e puxadores) deverão ser ainda posteriormente higienizadas com um produto adequado à base de álcool.
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 (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os Colaboradores e entre estes e os utentes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados);
 8. É evitada a concentração de utentes em espaços não arejados, sempre que possível. O ar das salas deve ser renovado frequentemente, assegurando pelo menos 6 renovações de ar por hora;
 9. Roupa utilizada pelos utentes/clientes e colaboradores: O programa de lavagem da roupa deve integrar: pré-lavagem, lavagem a quente (roupa termorresistente) a temperatura de 70 a 90°C. As roupas termosensíveis devem ser lavadas com água morna, a uma temperatura a 40°C, seguido de um ciclo de desinfeção química também em máquina;
 10. Garantir que os cadeirões, cadeiras ou locais onde os utentes/clientes se encontram estão a uma distância de, pelo menos, 2 metros;
 11. Reduzir a utilização de espaços comuns ou utilizá-los por turnos, por forma a permitir manter a distância de, pelo menos, 2 metros entre os utentes;
 12. Desencontrar os horários das refeições (exemplo: turnos o lanche);
 13. Medir a temperatura e vigiar tosse e falta de ar antes do início de cada jornada de trabalho;
 14. Procedimentos de prevenção e controlo da infeção:
 - a. Os locais e objetos com os quais os utentes/clientes com COVID -19 contactaram devem ser higienizados e desinfetados com produto adequado e várias vezes ao dia (exemplo: casa de banho, refeitório, mesas, corrimãos, interruptores, maçanetas das portas);
 - b. O equipamento de proteção individual (EPI) a utilizar por cada colaborador e utentes será o definido pela autoridade de saúde de acordo com as Orientações e Normas da Direção-Geral da Saúde, em função de cada caso.

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--


15. Após a saída da sala de isolamento, todos os objetos ou materiais descartáveis deverão ser encarados como resíduos hospitalares, e colocados em dois sacos do lixo fechados. Posteriormente é que devem ser removidos os EPI. Deve ser sempre realizada a lavagem/ desinfecção das mãos. Os equipamentos a utilizar no utente devem ser exclusivos para esse utente, se o uso de equipamento comum for inevitável este deverá ser adequadamente limpo e desinfetado antes de ser utilizado noutra utente.
16. Para o manuseio da roupa e da louça devem ser seguidas as precauções padrão, incluindo a separação e individualização da roupa do utente que configurem casos suspeitos, separação da roupa com matéria orgânica em saco próprio e evitando o contacto direto da pele e das roupas do profissional com materiais contaminados, sendo considerada de risco biológico elevado.
17. Os resíduos produzidos durante a prestação de cuidados ao caso suspeito ou confirmado de infeção por Coronavírus são considerados resíduos grupo III e descartados de acordo com os procedimentos de rotina internos.
18. 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 I). 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.

9. PLANO DE OPERACIONALIZAÇÃO DA REABERTURA DOS CENTROS DE CONVÍVIO

9.1. Preparação para a reabertura

1. A instituição disponibiliza, nos pontos de entrada da instituição, materiais informativos sobre a correta utilização das máscaras, higienização das mãos e conduta adequada durante a frequência no Centro de Convívio (material disponível em: <https://covid19.minsaude.pt/materiais-de-divulgacao/>) assim como pontos de higienização das mãos para serem utilizados antes e depois do horário de funcionamento (solução antisséptica de base alcoólica (SABA));
2. A instituição atualizou os contactos da Autoridade de Saúde territorialmente competente e do diretor técnico da instituição;

3. A instituição atualizou os contactos de emergência dos utentes e definiu do fluxo de informação com os familiares/cuidadores;
4. A instituição analisou as suas instalações e para garantir o distanciamento físico de cerca de 2 metros entre os utentes/clientes teve de adaptar os espaços comuns (ex. sala de convívio e refeitório);
5. Para garantir as atividades socioculturais e o distanciamento social, sempre que possível, serão promovidas atividades no espaço exterior privativo da Instituição;
6. A instituição, sempre que possível, evitará interação entre os utentes e equipas de profissionais afetos a cada uma dessas respostas sociais para além do Centro de Convívio;
7. A instituição procedeu à limpeza geral das instalações bem como a desinfeção dos equipamentos e mobiliário em conformidade com a Orientação 014/2020, de 21/03/2020, da DGS;
8. A instituição procedeu à sinalização visível dos espaços, criando espaços “sujos” (junto à entrada, onde se devem deixar os objetos que vêm do exterior) e espaços “limpos” e estabeleceu diferentes circuitos de entrada e de saída evitando o cruzamento, quando possível;
9. Foi dada formação e treino aos profissionais relativamente ao plano de contingência, implementação de medidas de automonitorização de sinais e sintomas aos utentes;
10. Foram pré-definidos circuitos desde a entrada até aos espaços/ salas, sempre que possível, com marcação visível e diferenciada de outras respostas sociais quando estas se desenvolvem nas mesmas instalações.
11. Foram afixados em todas as instalações as regras básicas de desinfeção de mãos, etiqueta respiratória e distanciamento físico (ver Anexos)
12. Foi disponibilizado sabonete líquido, toalhetes de papel de uso único nas casas de banho e caixote do lixo;
13. Foi solicitado aos utentes/clientes um recipiente/garrafa de água individual, devidamente identificado assim como informados que a roupa suja irá para casa em saco plástico, devidamente fechado;
14. O equipamento de proteção individual e os resíduos produzidos pelo caso suspeito serão acondicionados em duplo saco de plástico e resistente, com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilha e devem ser colocados em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção;

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

15. Em complemento à formação e treino, os profissionais e voluntários foram informados, através deste manual, de como devem proceder em caso de identificação de um caso suspeito na instituição;

16. Foi disponibilizada ao familiar ou pessoa de referência informação escrita sobre:

- O início das atividades e as alterações à organização e funcionamento do Centro de Convívio, face ao contexto da COVID-19;
- Instruções para informar a instituição sempre que o utente, ou alguém com quem o mesmo tenha estado em contacto recente (nos últimos 14 dias), apresente sintomas sugestivos de COVID-19 ou tenha tido um resultado positivo para COVID-19;
- Os circuitos de comunicação com familiar ou pessoa de referência, assegurando que a passagem da informação relativa ao utente é devidamente efetuada (privilegiar, sempre que possível, canais digitais);
- O pagamento de inscrições e participações familiares deve ser feito, sempre que possível, por transferência bancária.

9.2. Condições do transporte diário de e para o centro de convívio

1) Sempre que possível deve ser privilegiado o transporte individual dos utentes/clientes para o Centro de Convívio (pelos familiares ou pessoa de referência);


2) No caso de manifesta impossibilidade de assegurar o transporte individual dos utentes/clientes, este deverá ser realizado pela instituição, ou utilização pelos utentes de transporte público, de acordo com a Orientação nº 027/2020 de 20/05/20200 da DGS, garantindo as seguintes condições:

2.1 Cumprimento do intervalo e da distância de segurança entre passageiros;

2.2 Redução da lotação máxima de acordo com a legislação vigente e em consonância com as recomendações da DGS;

2.3 Obrigatoriedade do uso de máscaras durante o transporte, sem prejuízo da necessária avaliação casuística, em função das patologias e características de cada utente em concreto, que torne essa utilização impraticável.

2.4 Disponibilização de solução à base de álcool, à entrada e saída da viatura;

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--


2.5 Descontaminação da viatura após cada viagem, segundo as orientações da DGS (Orientação 014/2020, de 21/03/2020);

2.6 Sinalizar os lugares onde os utentes/clientes se devem sentar, quando o meio de transporte o permita, por forma a garantir o distanciamento recomendado entre passageiros;

2.7 Minimizar os cruzamentos entre utentes/clientes, nomeadamente em entradas e saídas do veículo, deixando passar primeiro quem está a sair;

9.3. Acesso às instalações do centro de convívio

1. Os utentes/clientes serão recebidos apenas à porta da instituição pelos profissionais destacados para o efeito, devidamente equipados com máscara (e, quando necessário, luvas ou outro equipamento), de acordo com orientações da DGS, num local dotado de desinfetante à base de álcool para mãos;
2. O acompanhante do utente nas deslocações à instituição deve obrigatoriamente usar máscara bem como o próprio utente/cliente, consoante avaliação clínica;
3. O número de pessoas que acompanha o utente nas deslocações à instituição deve ser limitado ao estritamente necessário; à entrada devem ser sempre desinfetadas as jantes e/ou o joystick das cadeiras de rodas, das ortóteses e próteses e dos meios de locomoção, como bengalas, muletas ou andarilhos;
4. Os profissionais e os voluntários terão vestuário para uso exclusivo no interior do estabelecimento, permanecendo a roupa e calçado que vêm do exterior na “zona suja”, estando nesta zona criadas condições para a troca de vestuário;
5. As roupas serão lavadas de acordo com a Orientação nº 009/2020 na sua versão atualizada;
6. Os profissionais, voluntários e os utentes/clientes devem ter calçado confortável para uso exclusivo no interior do estabelecimento. O calçado usado no exterior permanecerá na “zona suja”;
7. As pessoas externas (ex. fornecedores) só podem entrar no estabelecimento excecionalmente e de forma segura. Devem entrar pelas portas de serviço, devidamente higienizados, com proteção do calçado e máscara (não se podendo cruzar com os utentes).

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

9.4. Funcionamento do refeitório


1. Antes e depois das refeições, os profissionais, voluntários e os utentes/clientes devem realizar a lavagem correta das mãos;
2. As refeições devem ser servidas no refeitório, com grupos fixos (utentes/clientes, profissionais e voluntários), se necessário em horários alternados, de forma a reduzir a concentração de pessoas no mesmo espaço e assegurando de distanciamento físico de cerca de 2 metros entre utentes/profissionais/voluntários, sempre que possível;
3. No final da refeição de cada grupo, as mesas e cadeiras serão desinfetadas;
4. Não serão partilhados quaisquer equipamentos (ex.: talheres, tabuleiros, ...) ou alimentos;
5. A louça utilizada será lavada na máquina de lavar com um detergente doméstico e a temperatura elevada (80-90°C);

9.5. Utilização dos wc/casas de banho

1. A limpeza e desinfecção das sanitas, interruptores e torneiras serão feitas após cada utilização;
2. Sempre que possível, os utentes e os colaboradores devem utilizar instalações sanitárias distintas.

9.6. Condições para a realização de atividades socioculturais

- a) Serão divulgadas e ensinadas aos utentes/clientes as novas práticas de saúde e segurança e treinadas as medidas de higiene das mãos, e etiqueta respiratória, uso e manuseamento de máscara, regras de distanciamento físico e autocuidado instituídas no âmbito da COVID-19;
- b) As atividades devem privilegiar tarefas individuais ou desenvolvidas em pequenos grupos e apoiadas pelos colaboradores, cumprindo as recomendações gerais da DGS, nomeadamente:
 - a. Distanciamento físico: é importante que a organização das atividades preconize a garantia do distanciamento de cerca de 2 metros entre pessoas (sempre que possível), em todos os momentos (antes, durante e após a atividade, em lugares sentados, em pé, e pessoas em circulação), para o cálculo da lotação máxima do espaço.

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	---	--

- b. Uso obrigatório de máscara (no caso do utente, se a sua condição clínica o permitir): recomenda-se o uso correto e permanente de máscara por todas as pessoas em ambiente interior e exterior.
- c. Circulação de pessoas: recomenda-se que sejam cumpridos circuitos de sentido único, sempre que possível, por forma a evitar o cruzamento entre pessoas.

Higienização de superfícies: O SARS-CoV-2 pode sobreviver nas superfícies e objetos durante tempos variáveis, que vão de horas a dias.

- d. É essencial serem garantidas medidas de higiene das superfícies de uso comum e toque frequente, de forma a diminuir a transmissão do vírus.
- e. Desinfecção e lavagem das mãos: garantir a possibilidade de lavagem frequente das mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA).

9.7. Condições de higienização e desinfecção

A higienização e desinfecção das instalações reveste-se de grande importância, como medida preventiva, poderá haver a necessidade de ser revisto os planos de higienização.

Nesse sentido, devem as instituições:


CRIAR 2 EQUIPAS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO:

1. EQUIPA DOS ESPAÇOS EXTERIORES
2. EQUIPA DO INTERIOR DA INSTITUIÇÃO

1. A Equipa de Limpeza/Desinfecção dos Espaços Exteriores deve (diariamente):

Pulverizar com uma mistura de Lixívia e Água, na seguinte proporção (1litro Lixívia comercial (hipoclorito a 5%) + 9 litros água)

- Parques Estacionamento e pneus das viaturas;
- Escadas, corredores e outros acessos pedonais ao edifício;
- Bancos e áreas ajardinadas;
- Restantes partes exteriores ao edifício
- Etc...

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

2. A Equipa de Limpeza/Desinfecção dos Espaços Interiores deve (2 vezes por dia):

Verificar a disponibilidade do Gel desinfetante, Sabão e Álcool em vários locais.

Desinfetar TODOS os locais possíveis de serem tocados:

- Puxadores Portas
- Botões e painéis elevadores
- Campainhas; Interruptores
- Corrimão escadas
- Cadeiras rodas e muletas
- Comandos das Televisões
- Mesas/ Cadeiras / Esquinas das paredes
- Teclados PC's; Ratos; Secretárias
- Etc...

3. A utilização dos equipamentos/materiais é individual, devendo ser garantida a desinfecção dos mesmos entre utilizações;
4. Devem ser disponibilizados lenços de papel descartáveis e um caixote do lixo nas salas; - Devem manter-se as janelas e portas abertas, de modo a permitir uma melhor circulação do ar dentro do espaço, mantendo os locais ventilados, acautelando as devidas condições de segurança;
5. As loiças e talheres do utente devem ser lavados preferencialmente na máquina com ciclo de temperatura elevada (80-90°C). Se não houver máquina, de luvas calçadas, lavar a louça com água bem quente e detergente, enxaguar em água corrente bem quente e colocar a desinfetar numa bacia, com água fria e solução desinfetante (de acordo com as instruções do fabricante), enxaguar novamente com água quente e colocar a secar ao ar.
6. A desinfecção de superfícies deve ser realizada após a limpeza, com um desinfetante com ação virucida, que esteja notificado como produto biocida na Direção-Geral da Saúde;
7. Antes de adquirir produtos desinfetantes, deve solicitar aos fornecedores, uma cópia integral do processo de notificação de produto biocida submetido, onde encontra as Fichas de Dados de Segurança do mesmo.
8. Para as superfícies duras e outras que suportem a ação desinfetante do hipoclorito de sódio, deve usar-se a solução de hipoclorito de sódio a 0,05% v/v, pronta a usar (preferencialmente). Esta solução, tem a vantagem de não necessitar de diluição no

local de aplicação, o que evita possíveis erros humanos ao diluir e eventuais problemas de saúde para os profissionais que os preparam e aplicam.

9. Para as superfícies que não suportam a solução de hipoclorito de sódio (ex: componentes metálicos), poderá ser usado o álcool a 70% v/v ou outro desinfetante apropriado e compatível com essas superfícies.
10. Para a desinfecção rápida de superfícies onde todos tocam frequentemente (ex: maçanetas de portas, mobiliário e equipamentos, telefones, componentes dos computadores comuns, torneiras de lavatórios, entre outros), dada a importância de as desinfetar com frequência, poderão ser usados toalhetes desinfetantes descartáveis (também eles produtos biocidas desinfetantes).
11. Não misturar hipoclorito de sódio com outras substâncias, sobretudo amoníaco, álcool entre outros, devido à libertação de gases tóxicos.
12. Durante a desinfecção do local, abrir as janelas antes de iniciar as limpezas e só encerrar as mesmas após as superfícies estarem limpas e secas e ter sido realizada uma adequada renovação do ar. Os utentes devem ser protegidos dos químicos pelo que esta desinfecção deverá ser feita sem a presença dos utentes, ou caso não seja possível, deve manter utentes noutra divisão.

9.7.1. Definição de responsabilidades

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

9.7.2. 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

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--


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

9.7.3. Informar e formar os trabalhadores

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os trabalhadores e encarregados de educação.
- Esclarecer os trabalhadores, 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 trabalhadores quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa (descritos no ponto 8.2.2.).

9.8. Diligências a efetuar na presença de utente/trabalhador(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 familiares e/ou a pessoa responsável do caso suspeito devem ser de imediato contactados para levar a utente e aconselhados a contactar o SNS 24 (808 24 24 24), o que também poderá ser feito na própria instituição.
3. Os familiares e/ou a pessoa responsável pelo utente devem ser informados em caso de existência de um caso suspeito na instituição.
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, a instituição deve 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.

 <p>centro social e paroquial de CAMPOS</p>	<p>PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA INFEÇÃO POR SARS-COV-2 (COVID-19)</p>	<p>ELABORADO EM 24/08/2020</p>
---	--	--

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).