



PROJECTO FAMÍLIA GLOBAL

ASSOCIAÇÃO PARA A INSERÇÃO SÓCIO-CULTURAL E PROFISSIONAL DA FAMÍLIA

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19



MARÇO 2020

INTRODUÇÃO

O presente Plano de Contingência é apresentado no contexto da possível epidemia causada pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2), cuja doença é designada por COVID-19, estando Portugal já com diversos casos de infeção por este vírus e consequentemente estando o Projecto Família Global – Associação para a Inserção Sócio-Cultural e Profissional da Família (PFG) sujeito ao aparecimento da mesma, é elaborado este plano de contingência para minimizar os impactos do risco de contágio. Consiste num conjunto de medidas e de ações que deverão ser aplicadas oportunamente, de modo articulado, em cada fase da evolução da epidemia da COVID-19, para permitir que o PFG se prepare para enfrentar, de modo adequado, para as possíveis consequências de uma epidemia, em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde, estruturas da comunidade educativa e o ISS, I.P.

As Associações e outros estabelecimentos equiparados têm um papel fundamental na prevenção de uma epidemia da COVID-19, adotando medidas que visam capacitar a população para a adoção de comportamentos preventivos adequados, capacitar os cidadãos para a sua proteção individual (literacia) e a prontidão dos serviços para uma resposta mais adequada ao risco, em estreita colaboração com o Ministério da Segurança Social (ISS I.P.), o Município (CMO), a Saúde Pública e o SNS24.

1. Enquadramento da questão

Na atual situação relacionada com a COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais. A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de

informações e orientações, das quais se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, que são atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação. Este documento que deve ter em conta cada estabelecimento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por Plano de Contingência do Projecto Família Global, deverá ter em consideração a estrutura proposta pela CNIS, que define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta de Instituição / Associação, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos utentes, colaboradores, familiares e visitantes, assegurando a continuidade da atividade. A aplicação das medidas agora previstas no plano de contingência ou de outras que entretanto venham a ser definidas não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

1.1 Explicação do que é o Corona Vírus – COVID-19

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-CoV-2), 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. Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia. Apesar de se tratar de um novo vírus e ainda não existir um total conhecimento sobre este, sabe-se que é diferente dos outros, apesar de ter alguma semelhança (geneticamente) ao SARS-CoV. É necessário mais tempo de investigação para se conseguir apurar todas as suas características e qual o tratamento mais adequado.

A Organização Mundial da Saúde decidiu atribuir um nome que fosse fácil de transmitir e que não indicasse nenhuma localização geográfica, um animal ou grupo de pessoas. O nome, COVID-19, resulta das palavras “corona”, “vírus” e “doença” com indicação do ano em que surgiu (2019). SARS-CoV-2 é o nome do novo coronavírus que foi detetado na China, no final de 2019, e que significa “síndrome respiratória aguda grave – coronavírus 2”. A COVID-19 é a doença que é provocada pela infeção do coronavírus SARS-CoV-2. A COVID-19 foi detetado no final de dezembro de 2019 na cidade chinesa de Wuhan. A origem (fonte da infeção) da COVID-19 é desconhecida e ainda pode estar ativa, segundo as informações publicadas pelas autoridades internacionais.

1.2 Principais sintomas e transmissão da infeção

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

Em casos mais graves pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.

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

- gotículas respiratórias
- contacto direto com secreções infetadas
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo as nebulizações)

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a uma pessoa com a COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando a pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de

peçoas que estão próximas e ainda através do 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).

1.3 Tempo de incubação e formas de manifestação

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a um caso confirmado. As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

2. Plano de contingência

O PFG tem um Plano de Contingência específico para responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus.

A elaboração deste Plano envolve os Serviços de toda a Comunidade envolvente.

O Plano de Contingência responde a três questões basilares:

- Como prevenir a infeção da COVID-19?
- Quais os efeitos que a epidemia por COVID-19 pode causar no PFG?
- O que fazer numa situação em que existe um membro da comunidade suspeito de infeção por COVID-19?

2.1 Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar no serviço

O PFG deve estar preparado para a possibilidade de alguns dos seus funcionários não irem trabalhar, devido a doença, suspensão de transportes públicos, do encerramento de escolas, quarentena, entre outras situações possíveis.

Neste contexto é importante avaliar que atividades desenvolvidas pelo PFG são imprescindíveis de dar continuidade. Os recursos essenciais, que são necessários para manter as valências em funcionamento, deverão estar reunidos para garantir as boas condições de segurança, de higiene e limpeza para o bem-estar de todos os utentes.

2.2 Procedimentos preventivos

2.2.1 Regresso de deslocações ao estrangeiro

Não tendo sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a deslocações ao estrangeiro, recomenda-se a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde. Os funcionários, utentes e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pela COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contacto físico. Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

2.2.2 Medidas de prevenção diária

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos um minuto; caso não seja possível, usar solução à base de álcool, cobrindo toda a superfície das mãos, esfregando-as até ficarem secas;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;

- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida ou usar solução à base de álcool;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, ou usar lenço de papel de uso único;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

2.3 Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19 de membros da Associação

A colocação de um membro do PFG (colaborador / utente) na sala de isolamento visa impedir que outros membros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na associação e na comunidade. A sala de isolamento tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos membros da associação com o doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes.

2.3.1 Estabelecer uma área de “isolamento” e o circuito até à mesma

A Direcção Técnica/Educadora de Infância/Auxiliares de Acção Educativa aos pais/encarregados de educação e familiares regras claras de não admissão na escola de alunos que manifestem febre ou outros sintomas tais como tosse, falta de ar e cansaço, a fim de evitar o contágio de outras pessoas. A sala de isolamento será:

- **SALA DE ISOLAMENTO (sala de reuniões)**

A sala de isolamento deve ter ventilação natural, deve ser utilizada apenas para este fim, deve ser arejada frequentemente, a porta deve permanecer fechada sempre que estiver a ser utilizada, deve dispor de um dispositivo dispensador de solução antisséptica de base alcoólica para desinfeção das mãos. Deve ser limpa e arejada

após a sua utilização por eventuais colaboradores ou utentes doentes. A sala será utilizada para o isolamento de funcionários e utentes que evidenciem sinais de COVID-19, durante a permanência nas valências. Os membros serão encaminhados o mais diretamente possível e com o menor contacto com outras pessoas desde o espaço em que se encontrem até à sala de isolamento. O PFG contactará a Linha Saúde 24 e seguirá as suas instruções. Simultaneamente serão contactados os pais/encarregados de educação/ familiares.

2.3.2 Estabelecer procedimentos específicos

- ✓ Dispositivos para fornecimento de toalhetes de papel em todas as casas de banho;
- ✓ Dispositivos com soluções de limpeza das mãos à base de álcool:
 - Sala de isolamento
 - Em todas as salas de valências (Bérçário/Creche, CATL, SAD)
 - Secretaria
 - Cozinha/Refeitório
 - Loja Solidária
 - Lavandaria / armazém bens não alimentares
 - Moinho / armazém bens alimentares
 - Clínica Social
- ✓ Caixotes do lixo nos WC;
- ✓ Sacos herméticos para forrar caixotes do lixo, em todos os espaços interiores;
- ✓ Máscaras protetoras;
- ✓ Lenços de papel;
- ✓ Produtos de desinfecção para limpeza de superfícies;
- ✓ Rolo de papel;
- ✓ Resguardo plastificado;

✓ Termómetros.

Cada uma das crianças, nossas utentes deverá ser portador de um maço de lenços de papel, uma garrafa de água e um frasco de álcool gel. Não deverão ser utilizados os copos comuns do refeitório durante o período em que vigorar o atual plano de contingência. As crianças deverão sentar-se nas salas de acordo com a planta de sala de aula definida, para minimizar o contágio entre pares. Nas salas as janelas devem permanecer abertas, durante todo o período de utilização. Serão colocados cartazes, de fácil compreensão a toda a comunidade, ilustrativos de uma boa higienização das mãos em todos os locais onde esta possa ser feita (WC, refeitório e junto aos dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica).

Os Auxiliares de Serviços Gerais afectos às impezas assegurarão: A limpeza/higienização regular, diária e intensa com detergente apropriado, assim como solução antisséptica de base alcoólica de:

- Maçanetas e puxadores de portas;
- Portas de WC;
- Armários;
- Torneiras;
- Telefones;
- Teclados, monitores e ratos de computador;
- Interruptores;
- Torneiras e autoclismos;
- Mesas de trabalho dos alunos no final de cada período de trabalho;
- Mesas de trabalho dos alunos aquando cada mudança de cada turno de alunos;
- Outros acessórios/materiais de uso partilhado regularmente manipuláveis.

Se no decorrer do dia, um utente manifestar sintomas da COVID-19, o responsável de sala chama o responsável pelo isolamento. O responsável pela sala de isolamento é:

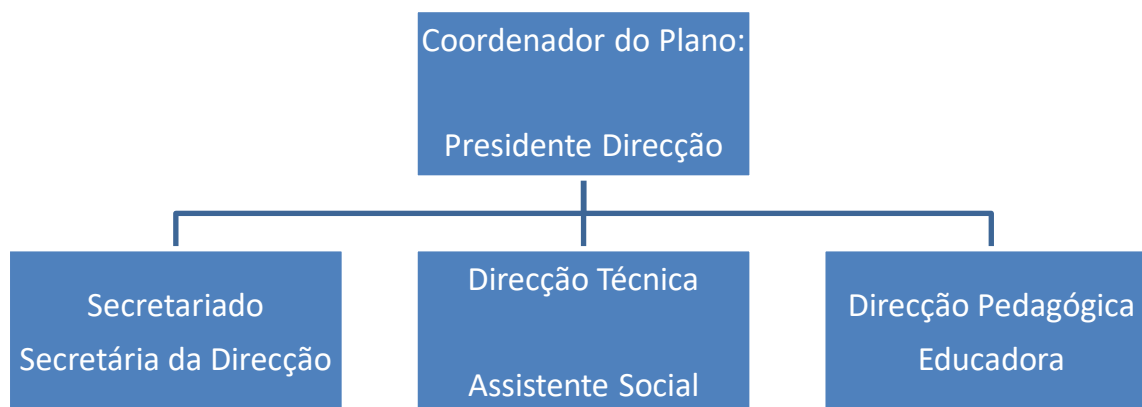
- Creche – Educadora de Infância
- CATL – Monitor CATL
- Funcionário – Direcção Técnica

O responsável acompanha o possível doente até à sala de isolamento, contacta os pais/encarregados de educação/família e simultaneamente a Linha Saúde 24 – 808 24 24 24. Os pais/encarregados de educação serão informados das indicações emanadas pelos serviços de saúde contactados e dos procedimentos a adotar. Na Secretaria, os funcionários procederão à limpeza das mãos recorrendo à solução específica sempre que se justifique (contacto com materiais oriundos do exterior).

À entrada do refeitório, as crianças procederão à limpeza das mãos recorrendo ao lavatório existente no WC, com a supervisão da Auxiliar de Acção Educativa destacada para o serviço.

No final do dia, deverá ser repostado o stock de máscaras, lenços de papel e da solução desinfetante nos dispositivos de parede, assim como dos consumíveis das casas de banho. Serão responsáveis por esta tarefa as auxiliares de serviços gerais destacadas para a limpeza de cada um destes espaços.

O responsável pelas compras deverá proceder semanalmente à avaliação dos stocks e proceder à sua reposição sempre que tal se justifique. Será responsável por esta tarefa, o Chefe de Secretaria.



2.3.4 Identificar os profissionais de saúde e seus contactos

Serviço Nacional de Saúde:

808 24 24 24

Dr.ª Augusta Fonseca

Delegada de Saúde

Gestora do Programa de Saúde Escolar

Tel: 214540814 | Fax: 214540827



Centros de Saúde da área de referência: Carnaxide e Linda-a-Velha

2.3.5 Adquirir e disponibilizar equipamentos e produtos

Assegurar a existência de uma reserva estratégica de bens ou produtos, cuja falta possa comprometer o exercício das atividades mínimas ou consideradas prioritárias:

Produtos de higienização;

Reforço do stock;

Máscaras protetoras;

Dispositivos de desinfeção das mãos com solução à base de álcool;

Lenços de papel;

Rolo de papel para cama da sala de isolamento;
Resguardo plastificado para a cama da sala de isolamento;
Sacos do lixo;
Luvas descartáveis;

Os serviços administrativos devem possuir um ficheiro atualizado com os contactos dos pais/encarregados de educação e familiares de todos os utentes que deverá estar disponível na sala de isolamento.

2.3.6. Informar e formar os trabalhadores

É fundamental garantir à comunidade a informação sobre as medidas de prevenção – higiene pessoal e do ambiente da Associação – que deverão ser adotadas. A informação e o envolvimento de todos deverá ser ativamente promovida. Neste sentido serão enviadas aos Encarregados de Educação todas as informações importantes que também serão afixadas.

3. Procedimentos num Caso suspeito

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória requerendo ou não hospitalização), associados a critérios epidemiológicos (História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início dos sintomas ou contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas ou profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19). Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência, colocando de imediato

uma máscara, para evitar a propagação do contágio e outros membros da comunidade. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias o responsável acompanha o membro da comunidade escolar até à área de “isolamento”. Quem acompanhe o membro da comunidade com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos. O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

4. Procedimentos perante um Caso suspeito validado

Desta validação o resultado poderá ser:

1. Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do membro da comunidade escolar.
2. Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
 - A Diretora informa de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- Se o caso for confirmado: a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de caso confirmado:

A escola deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com um caso confirmado de COVID-19.

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

1. “Alto risco de exposição”:

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;

- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

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

- Quem 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);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada de meios de contenção respiratória; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

Nota: É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

- Aprovado em reunião de Direcção no dia 9 de Março 2020.

Portela de Carnaxide, 10 de Março de 2020

O Presidente da Direcção



Carlos Manuel Ribeiro