



Plano de Contingência para o COVID 2019

Cerciespinho

2020

Índice

1. Definição de caso suspeito
2. Transmissão da infeção
3. Plano de Contingência
 - 3.1. Prevenção
 - 3.2. Preparação
 - 3.3. Controlo - Procedimentos em caso suspeito
 - 3.4. Contingência - Procedimentos em caso de disseminação alargada

Aprovado pela Diretora Geral em 05/03/2020; Revisto e aprovado em 9/3/2020

1. Definição de Caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas empresas.

Critérios clínicos		Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de 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

2. 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 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 empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias¹⁹. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

3. Plano de Contingência

Os principais objetivos do presente Plano de Contingência são:

- Minimizar o impacto da infeção nos clientes e funcionários da Cerciespinho e reduzir os riscos para os clientes mais idosos ou com doenças crónicas e debilitantes;
- Orientar a implementação das medidas de prevenção, preparação e controlo de infeção e de saúde tendo em conta as necessidades;
- Estimar as necessidades ao nível dos recursos humanos, materiais e financeiros, no caso de uma eclosão do vírus e de encerramento de parte dos serviços;
- Promover, se possível, a continuidade dos serviços prestados aos clientes da instituição;
- Assegurar, atempadamente, a recolha e divulgação de comunicação de informação fidedigna;
- Promover a formação e treino de todos os clientes e funcionários da Cerciespinho.

Âmbito de Aplicação

O Plano de Contingência da Cerciespinho estabelece os procedimentos de decisão e coordenação das ações a nível da infeção pelo COVID 19, bem como o processo de comunicação interna e externa, nomeadamente com as entidades nacionais de saúde.

Este Plano permanece em vigor enquanto se mantiver o atual nível de alerta e será revisto e atualizado tendo em conta as orientações formuladas pelas entidades nacionais de saúde e as condições ou situações decorrentes da evolução da pandemia da gripe.

Política e Princípios

1. O Plano de Contingência da Cerciespinho, tem subjacentes os seguintes princípios enumerados por ordem decrescente de valor percebido:

a) Salvar a vida das pessoas, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho (por via do contacto com colegas ou por contacto com terceiros, nomeadamente o público) e limitar a propagação no interior dos 3 Polos e nas diversas respostas sociais da Cerciespinho;

- b) Assegurar a continuidade das atividades, assegurando a manutenção dos serviços essenciais, nomeadamente o Lar a Residência Autónoma e alguns clientes do SAD, CAVI e Centro Comunitário;
- c) Envolver as entidades oficiais que possam garantir o apoio na resolução da situação de crise;
- d) Envolver as entidades que se encontram na cadeia de valor dos serviços prestados pela Instituição;
- e) Gerir a informação, interna e externa, de modo a surgir na opinião pública como transparente, concisa, clara e verosímil.

Os momentos para a implementação das medidas preconizadas no Plano de Contingência, são determinados pela Diretora geral, tomando como referência as indicações que vierem do Serviço Nacional de Saúde.

Para cada fase serão definidas diretivas para a execução do Plano e a sua avaliação.

Todos os Planos específicos serão alvo de permanente revisão e atualização, de acordo com as fases evolutivas da atividade gripal.

3.1. Prevenção

Principais ações de prevenção:

- Contenção nos hábitos de saudação (beijos, abraços e aperto de mão) entre colaboradores, clientes, familiares e visitantes;
- Lavar as mãos com frequência e criar rotinas com os clientes de lavagem de mãos e de proteção (tosse e assoar);
- Interrupção por um período de um mês de atividades com clientes em atividades desportivas, culturais, religiosas e lúdicas que impliquem aglomerados de pessoas significativos;
- Evitar a deslocação às urgências e sempre que possível utilizar o SNS 24 - 800 24 24 24 ou o contato telefónico com médicos e serviços de saúde;
- Evitar ou adiar viagens pessoais (clientes e colaboradores) não essenciais;
- Manter, sempre que possível, a distância de pelo menos 1 metro em relação aos outros, para evitar a propagação do vírus;
- Evitar multidões ou grandes aglomerados de pessoas, nomeadamente nos transportes, compras e outros contextos;

- Se tossir ou espirrar, proteger a boca e o nariz com um lenço de papel de utilização única ou use o antebraço e não as mãos;
- Para se assoar, usar lenços de papel de utilização única e colocá-los, de imediato, no lixo;
- Enviar estas recomendações para as famílias dos clientes e solicitar a sua cooperação - sempre que um cliente apresente sintomas de febre, tosse e dificuldade respiratória deve ficar em casa e a família deve contactar o SNS 800 24 24 24, só vindo para os serviços em função da decisão da saúde 24;
- Os profissionais terão de cumprir, escrupulosamente, as medidas de controlo de infeção para prevenir a transmissão aos clientes e entre estes. Isto implica todos os cuidados de contato e lavagem das mãos bem como caso identifiquem sinais contactar o SNS 800 24 24 24 e atuar em função da informação deste serviço - isolamento ou regresso ao trabalho.
- Limitar o acesso de pessoas não essenciais ao serviço, nomeadamente trabalho comunitário, estagiários, principalmente no Lar;
- Restringir visitas de familiares ao Lar (orientações do Ministério da Saúde);
- Suspende a participação de clientes do Lar nas atividades do CAO e reforçar o plano de atividades a realizar no Lar durante o período de isolamento previsto de 1 mês;
 - Implementar medidas de contenção no Lar, nomeadamente com clientes que trabalham, estudam ou estão em estágio, separando-os dos restantes nos períodos das refeições e nas salas de atividades, através da utilização do espaço da Residência Autónoma;

3.2. Preparação

Impacto e ações de preparação

A. Serviços, atividades e recursos essenciais

- Lar, Residência e alguns clientes do SAD, CAVI e CC (nestes devem ser identificados os clientes que teremos que manter o serviço ou algum nível de apoio ou referência)
- Alimentação, compras, transportes - assegurar que a empresa UNISELF mantém a confeção das refeições; substituir as colaboradoras da empresa por colaboradoras da organização; assegurar a compra de medicação; Reforçar o armazenamento para um mês e bens de higiene pessoal, limpeza, desinfeção, alimentos, etc
- Recursos humanos
 - Diretora geral/substituto

- Lar/RA - 1 coordenador/a; 1 técnico; 20 AAD;
- SAD - 1 Coordenadora; 4 a 6 AAD;
- Serviços DAF - 1, 2 técnicos

B. Definição de áreas de isolamento

A área de "isolamento" deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do 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; máscara (s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.

- Polo Idanha -CFP - Balneário
Lar/CAO - Sala Fisioterapia
- Polo Anta - AVD
- Polo Bairro da Ponte de Anta - sala psicologia

C. Contatos em caso de suspeita

Informar a DG e /ou coordenador;

Contatar o SNS 800242424;

Informar a responsável dos RH para comunicar a situação à Medicina de trabalho;

USF de Anta - 22 733 40 60

D. Equipamentos e produtos

As máscaras, luvas e o desinfetante será disponibilizado ao trabalhador suspeito, nos locais de isolamento

Quando os colaboradores acompanham clientes a serviços de saúde devem levar máscara e luvas e

devem lavar com frequência as mãos e adotar as recomendações identificadas no item -prevenção;

E. Informação às partes interessadas

Realização de reuniões em cada serviço pela DG para disseminar a informação do plano de contingência;

Envio de recomendações e informação às famílias dos vários serviços;

Comunicação à SNS da evolução da situação nos serviços, se surgirem dúvidas ou pessoas com sintomas;

Comunicação à SS/IEFP/POISE, caso seja recomendável ou necessário o encerramentos de serviços;

Articulação com rede social de Espinho para definir e implementar sistema de apoio a pessoas sem retaguarda e vulneráveis;

3.3. Controlo

A. Procedimentos caso suspeito - colaborador com sintomas e ligação epidemiológica

- Comunicação aos coordenadores/DG
- Apoio com proteção
- Colocação em isolamento
- Contato SNS - colaborador
- Se suspeito o SNS contacta a Linha de apoio ao médico para validação
- Se validado
 - O colaborador permanece na área de isolamento até à chegada do INEM
 - Interdição de acesso à área de isolamento;
 - DG identifica contactos próximos;
 - RH informa o médico de trabalho
 - DG informa os restantes colaboradores

B. Procedimentos caso validado

- 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 posto de trabalho do 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 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.
 - A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contatos próximos do doente.
- C. Procedimentos de vigilância de contatos próximos

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.

3.4. Contingência

A. Encerramento total ou parcial de serviços

Total - IP, CRI, CFP, CR, OP, CC, CLDS, BAR, SCPA, CAO

- No caso de disseminação alargada e de focos de infeção em Espinho ou nos serviços da organização e após a determinação dos serviços de saúde, encerram os serviços identificados e os colaboradores disponíveis apoiam os serviços em funcionamento ou o DAF;
- Necessidade de identificar clientes/ famílias muito frágeis e possíveis integrações noutra serviço ou em atividade a organizar num dos polos, que possa garantir a continuidade de algum apoio a estes casos, existindo colaboradores não afetados pela infeção;

Parcial - SAD, CAVI, CC

- O SAD e CAVI deverão identificar as situações dependentes do serviço, por forma a definir uma estratégia caso a infeção afete os colaboradores e seja necessário encerrar parcialmente os serviços;
- Poderá existir um reforço dos recursos humanos, decorrente do encerramento de outros serviços da organização, que poderão apoiar os que se mantêm em funcionamento (ex. colaboradores do CAO, CFP podem apoiar o Lar/SAD em horários diurnos e reservar os colaboradores do Lar para noturno e fim-de-semana,
- Identificar possíveis reforços em colaboradores recentemente reformados ou que estiveram em contratos de substituição e que possuem alguma experiência;

B. >Recursos e serviços a assegurar

- Identificação clara de quem possui chaves de acesso e assegurar KIT de substituição;
- Identificação dos procedimentos a acautelar em caso de encerramento (comunicações obrigatórias a clientes/ famílias e entidades oficiais, verificação de equipamentos a desligar, recolocação de produtos perecíveis, etc.);
- Listar RH disponíveis, formar alguns em tarefas transferíveis essenciais (pagamentos, processamento de salários e contabilização) e identificar tarefas e sistema de teletrabalho, nomeadamente no serviço DAF - RH, tesouraria e contabilidade;



- Assegurar processo de substituição de recursos indispensáveis - alimentação, no lar, abastecimento de viaturas, produtos de higiene e limpeza, etc

C. Informação


- Definir informação vital de cada serviço, pela DG e pelos coordenadores, e definir procedimento de transferência de informação para outros técnicos para substituição;
- Identificar sistema de comunicação e de reativação dos serviços (contatos serviços, colaboradores, clientes/famílias)
- Divulgação de informação no site e facebook

P' O Conselho de Administração

(Rosa Couto)

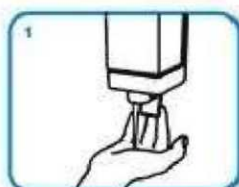
Anexos:

Lavagem das mãos

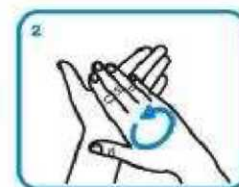
 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



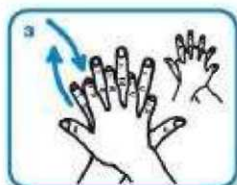
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



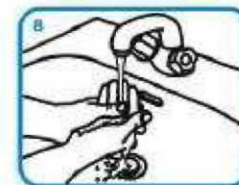
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



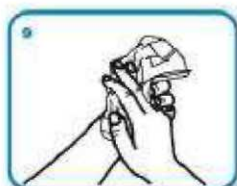
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



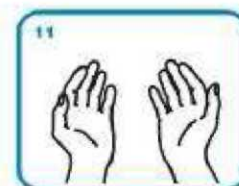
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual

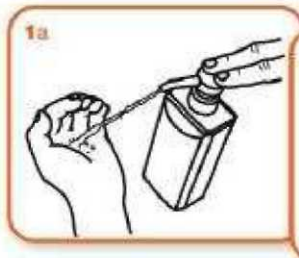


Agora as suas mãos estão seguras.

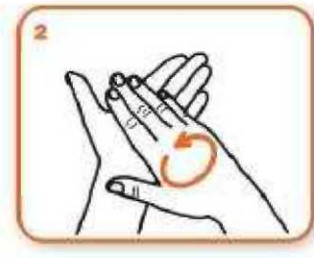
Fricção Anti-séptica das mãos



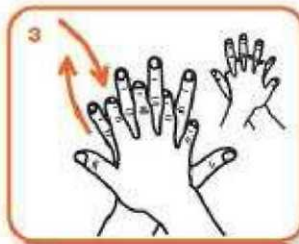
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



1a Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



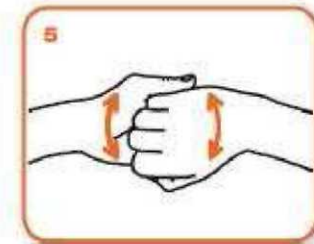
2 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



3 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



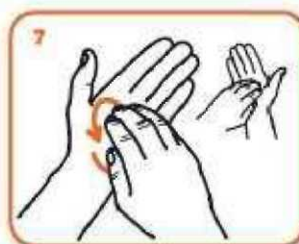
4 As palmas das mãos com dedos entrelaçados



5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



6 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



7 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



8 Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.



Controlo dos Sinais e Sintomas dos Doentes com COVID 19

Nome:

Data de início dos sintomas

Data /Manhã /Tarde	Sintomas (febre, outros)

NIPC: 500638870 | Capital Social: € 10.270,00 | Matrícula: 192/771017 | C.R.C. Espinho



Controlo dos Sinais e sintomas das pessoas que estiveram em contacto com os doentes

Nome:

Data:

Nome das pessoas que estiveram em contacto

Nome(s)	Sintomas

NIPC: 500638870 | Capital Social: € 10.270,00 | Matrícula: 192/771017 | C.R.C. Espinho