



PLANO DE CONTINGÊNCIA E AÇÃO PARA A PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO HUMANA PELO CORONAVÍRUS (COVID_19)

1. ENQUADRAMENTO

Atendendo ao atual estado de emergência de saúde pública, declarado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), e de acordo com as mais recentes informações sobre a propagação da infeção causada pelo agente coronavírus (COVID_19), o Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de São Tiago de Camarate (CSPNAP) definiu e aprovou as seguintes linhas gerais do seu Plano de Contingência Interno para o COVID_19.

Este documento foi elaborado a partir das diretivas do Direção Geral da Saúde (DGS) e do Serviço Nacional de Saúde (SNS), e define o nível de resposta e ação do CSPNAP com vista a minimizar os riscos de transmissão da doença.

1.1. EXPLICITAÇÃO DO CORONA VÍRUS – COVID 19

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

1.2. PRINCIPAIS SINTOMAS

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

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

1.3. PERÍODO DE INCUBAÇÃO E TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

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 caso confirmado. As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta



Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de S. Tiago de Camarate

as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

Considera-se que o 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).

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 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).

2. PLANO DE COTINGÊNCIA

2.1. IDENTIFICAÇÃO DOS EFEITOS QUE A INFEÇÃO DO(S) COLABORADOR(ES) PODE CAUSAR NOS EQUIPAMENTOS

PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

Os colaboradores, crianças 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 pelo 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 **SNS 24 (808 24 24 24)** que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

A Direção do CSPNAP está preparada para a possível taxa de absentismo que poderá advir da situação que se está a viver. Os serviços serão mantidos enquanto houver condições para tal. Caso a Direção considere que não existem as condições mínimas para o normal funcionamento da Instituição, a mesma será encerrada provisoriamente.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO DIÁRIA

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, cobrindo todas as superfícies das mãos;



Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de S. Tiago de Camarate

- 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;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

MEDIDAS DE ISOLAMENTO

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.

Cada equipamento definiu uma área ou sala de “isolamento” (gabinete ou sala), devidamente identificada e comunicada a toda a comunidade escolar e tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com quem apresente os sintomas acima descritos. Cada sala de “isolamento” estará equipada com: termómetro, solução álcool gel, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, garrafas de água e sacos do lixo.

- Sede: Gabinete ao lado da direção técnica;
- Centro Comunitário das Loureiras: Sala de arrumos ao lado da WC dos adultos;
- Centro Comunitário do Bairro de Sto. António I: Gabinete dos funcionários;
- Centro Comunitário do Bairro de Sto. António II: Gabinete de programação

3. PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO

3.1 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), associados a critérios epidemiológicos.



Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de S. Tiago de Camarate

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-CoV2/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 técnica do CSPNAP (Filipa Sampaio Mineiro) através dos seguintes números de telefone: 219476893/936179931. Caso se encontre no infantário, dirige-se para a área de “isolamento” definida.

Nas situações necessárias o responsável acompanha a criança até à área de “isolamento” colocando-lhe a máscara, se for colaborador deve colocar máscara por si próprio.

Quem acompanhe a criança ou colaborador com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, colocando máscara cirúrgica, luvas descartáveis e higienizando as mãos.

Já na área de “isolamento” contacta a linha **SNS 24 (808 24 24 24)**. 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

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 aluno, docente ou trabalhador não docente.



Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de S. Tiago de Camarate

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 técnica informará de imediato a Direção da existência de um caso suspeito validado no equipamento em questão.

4. PROCEDIMENTOS PERANTE UM 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 interdita 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 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.

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;



Centro Social e Paroquial Nuno Álvares Pereira de S. Tiago de Camarate

- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, 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 vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

A Diretora Técnica

Filipa Sampaio Mineiro
CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
NUNO ALVARES PEREIRA DE
SÃO TIAGO DE CAMARATE
NIPC: 502 346 841
Rua Guilherme Gomes Fernandes, 7-7B
2886-116 CAMARATE
(Filipa Sampaio Mineiro)
Telef. 219 476 889 Fax. 219 489 733