

## **PLANO DE CONTINGÊNCIA – COVID-19**

**Versão 1.0 de 5 de março de 2020**

### **ENQUADRAMENTO**

Na atual situação relacionada com o 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. Este documento, designado por Plano de Contingência, adaptado à realidade do Centro Social Paroquial do Entroncamento, teve em consideração 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, emitidos pela Direção-Geral de Saúde (DGS) e que são atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

### **1. O QUE É O 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.

### **2. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO**

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).

### **3. PERÍODO DE INCUBAÇÃO**

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

### **4. PRINCIPAIS SINTOMAS**

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

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

## **PLANO DE CONTINGÊNCIA**

O funcionamento do Centro Social Paroquial do Entroncamento está condicionado pela concretização de um conjunto de atividades e serviços, bem como alguns fornecimentos de bens e serviços e ainda um mínimo de recursos humanos.

Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços, logística, etc.) necessários para manter em funcionamento o Centro Social Paroquial do Entroncamento e para satisfazer as necessidades básicas das crianças, docentes e pessoal não docente são: água, eletricidade, gás, comunicações e fornecimento de bens alimentares para o refeitório.

A estruturação do nível de resposta de ação é definida atendendo ao atual conhecimento da propagação da doença e desencadeia-se a três níveis, a saber:

- Divulgação massiva de informação;
- Procedimentos Preventivos (recomendações sobre cuidados de higiene e precauções de contágio);
- Monitorização de eventuais casos suspeitos.

## **5. PLANO DE COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÕES**

Com a entrada em vigor deste Plano de Contingência e ação, até que se justifique procedimentos diferentes, serão divulgados os comunicados, orientações e informações da Direção Geral de Saúde que estão também disponíveis no site <http://www.dgs.pt>. Sempre que se justificar serão emitidas explicações internas sobre dúvidas que surjam no âmbito daqueles comunicados, orientações e informações. Estão identificadas as áreas de isolamento, conforme definido nos termos do ponto 5.2.1 da Orientação nº 6/2020 emitida DGS, no dia 26/02/2020.

## **6. RESPONSÁVEIS E RESPONSABILIDADES**

A coordenação deste plano está atribuída à Encarregada Geral do Centro Social Paroquial do Entroncamento, Irmã Isabel Silva. Esta pode ser contactada através do telefone 249 715 031 ou do mail [geral@cspentroncamento.net](mailto:geral@cspentroncamento.net) . Na impossibilidade desta assumir a respetiva função, a sua substituição será feita pela Responsável da Qualidade, Ana Sofia Roque através do contacto 249 715 031 ou do mail [sofia.casaleiro@cspentroncamento.net](mailto:sofia.casaleiro@cspentroncamento.net) . Este plano deverá também ser aplicado em

coadjuvação com as chefias intermédias dos serviços, nomeadamente a Diretora Pedagógica de Creche e Pré-escolar, Rita Rosário e a Diretora Pedagógica do 1º ciclo (ERF), Carla Moreira.

## **7. CONTACTOS TELEFÓNICOS**

- SNS Saúde 24: 808 24 24 24 (número a ligar prioritariamente para os casos suspeitos)
- Centro Social Paroquial do Entroncamento: 249 715 031 / 912 560 756

## **8. PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS**

### 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 docentes, alunos 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. Recomenda-se nestes casos, o uso de máscara cirúrgica sempre que tenham necessidade de entrar nas instalações do Centro Social Paroquial do Entroncamento. 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.

### Medidas de prevenção diária:

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

- 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.

Nos Serviços Administrativos, sala de docentes, sala de pessoal não docente serão disponibilizados dispensadores de produto de higienização antisséptico para as mãos, para que as crianças, colaboradores e todas as demais pessoas que se deslocem às diferentes instalações possam desinfetar as mãos nos termos do recomendado pela Direção Geral de Saúde.

## **8.1 VISITANTES DO CSPE**

No que diz respeito aos visitantes do CSPE, estes devem, para além de respeitar as medidas preventivas previstas pela DGS, no seu dia-a-dia:

- Não entrar no espaço escolar se tiverem febre, tosse e/ou dificuldade respiratória;
- Ao espirrar ou tossir, tapar a boca e nariz com o braço;
- Lavar as mãos muito bem e frequentemente;
- Não partilhar objetos nem comida.

## **9. MONITORIZAÇÃO DE EVENTUAIS CASOS SUSPEITOS**

### Medidas de isolamento

A colocação numa área de isolamento visa impedir que outros membros da comunidade educativa possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade. As salas de isolamento estão devidamente identificadas, tendo como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com quem se apresente com os sintomas acima descritos. As áreas de isolamento

são as seguintes: sala de reuniões das educadoras, sala anexa ao edifício 1 da Escola Rumo ao Futuro e sala CAA (Centro de Apoio à Aprendizagem).

## 10. DEFINIÇÃO DE 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), associados a critérios epidemiológicos.

Critérios Clínicos		Critérios Epidemiológicos
<p>Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização</p>	E	<p>História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas</p> <p style="text-align: center;">OU</p> <p>Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por Covid-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas</p> <p style="text-align: center;">OU</p> <p>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com Covid-19</p>

## 11. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da instituição (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na instituição, dirige-se para a área de isolamento, definida no Plano de Contingência. Nas situações necessárias (por exemplo crianças

pouco autónomas), o colaborador que deteta a situação acompanha a criança até à área de isolamento. Quem acompanha e presta assistência à criança deve colocar, antes de iniciar a assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis (disponíveis nas malas de primeiros socorros), para cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção. O caso suspeito também deve usar máscara cirúrgica, se a sua condição o permitir, devendo ficar ajustada ao rosto. 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 aos sinais, 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:
  - Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da criança, docente ou trabalhador não docente.
  - 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.

#### 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 instituição deve:

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

## **12. 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, 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):

- 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.

### **13. PROCEDIMENTOS DE ISOLAMENTO PREVENTIVO**

A Direção do CSPE reserva-se ao direito de, mesmo não cumprindo os critérios de caso suspeito, indicar o isolamento de todos as crianças ou colaboradores que apresentem febre ( $\geq 37$  graus), acompanhada, ou não, de tosse, com ou sem, dificuldade respiratória, numa perspetiva preventiva, até que abandonem as instalações.

#### **13. 1 ISOLAMENTO PREVENTIVO DE CRIANÇAS**

- A criança será encaminhada para uma das salas de isolamento da instituição. Ao dirigir-se para a sala de isolamento, a criança não pode tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros.
- É imediatamente avisado o encarregado de educação.
- Enquanto em uso, é vedado o acesso à sala de isolamento a todas as outras pessoas exceto se a criança em isolamento, caso em que estará acompanhado por um adulto especialmente protegido.
- O encarregado de educação deverá contactar a Saúde 24 e informar-nos da evolução da situação.
- Para garantir a serenidade da comunidade educativa, caso o mecanismo de suspeita seja ativado, o coordenador do plano informará se o caso foi confirmado ou infirmado após receber essa informação das autoridades de saúde.
- Caso seja confirmado, o CSPE desenvolverá as medidas de higienização e desinfeção definidas pelas autoridades de saúde e procurará definir quais os circuitos e interações da criança infetada enquanto esteve nas instalações do CSPE e iniciará um período de vigilância ativa dos contactos próximos.

### **13. 2 ISOLAMENTO PREVENTIVO DE ALGUM MEMBRO DA COMUNIDADE EDUCATIVA**

- Em caso de isolamento preventivo de um docente, o modo de acompanhamento dos seus alunos será determinado pela direção pedagógica.
- Em caso de isolamento preventivo de um colaborador não docente, a reorganização do seu serviço, quando não puder ser realizado a distância por meios eletrónicos será determinado pelo seu superior hierárquico.

### **14. ENCERRAMENTO DA INSTITUIÇÃO**

O encerramento, ou não, do Centro Social Paroquial do Entroncamento é da competência do Presidente da Direção, mediante articulação com Autoridade de Saúde ou outras das entidades competentes ou quando não estejam asseguradas as condições mínimas para garantir a prestação de serviços mínimos/básicos à comunidade educativa, nos termos anteriormente apresentados.

### **15. AVALIAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA**

O Plano de Contingência será reavaliado e atualizado sempre que necessário, em articulação com as entidades competentes, e de acordo com novas orientações emanadas pela DGS.

A comunicação dessas alterações será feita através do site do CSPE, redes sociais e de suporte escrito que será afixado e/ou enviado.

### **16. CASOS OMISSOS E OUTRAS SITUAÇÕES**

Todos os casos omissos e situações não previstas neste documento serão analisadas, caso a caso, e decididas pelo CSPE e, se necessário, com outras autoridades competentes.

## **17. RECOMENDAÇÃO FINAL**

Recomenda-se a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consulta regular da página da DGS (<https://www.dgs.pt/>) que vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

P'la Direção do CSPE

Ir. Isabel Silva