



Plano de Contingência do

Centro Cultural e Social de Santo António dos

Cavaleiros

COVID-19

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a todas as IPSS's a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

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.

TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

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).

PERIODO DE INCUBAÇÃO

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre dois 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).



PRINCIPAIS SINTOMAS

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

- Febre
- Tosse
- Falta de ar (dificuldade respiratória)
- Cansaço

PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

Regresso de deslocações ao estrangeiro

Os colaboradores, utentes e familiares 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 do COVID-19 identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal 2 vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias.

Devem ainda evitar cumprimentos sociais ou 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.

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 de 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;
- Lavar frequentemente, com solução antisséptica, as maçanetas das portas interiores e exteriores, mesas de trabalho e de refeições.



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.

AREA DE ISOLAMENTO

No CECSSAC, a área de isolamento é o gabinete médico (sendo o acesso a este espaço feito pelo exterior).

Estas salas cumprem as recomendações das autoridades competentes, próxima a uma casa de banho, arejada, sem tapetes e onde não há grande fluxo de utentes.

CASO SUSPEITO

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldades respiratórias), associados a critérios epidemiológicos.

PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sintomas de COVID-19, informa a coordenadora da resposta, que por sua vez, reporta à coordenadora geral (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na Instituição, dirige-se para a área de "isolamento".

O encarregado de educação/familiar é informado pelo coordenador da resposta.

Já na área de "isolamento", contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias, o responsável acompanha o utente até à área de "isolamento". Quem acompanhe o utente ou colaborador 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 resultado poderá ser:

1. Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do colaborador ou utente.



2. Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Medica (INEM), o Instituto Nacional de Saude Dr. Ricardo Jorge (INSA) e a Autoridade de Saude Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

Procedimentos perante um caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de saude regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa autoridade de saude local.

A Autoridade de Saude 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 Saude Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saude.

Na situação de caso confirmado:

A Instituição 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 mais 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 que, após ser fechado, deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

PROCEDIMENTO DE VIGILANCIA DE CONTACTOS PROXIMOS

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 ou 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 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 espirros);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada de meios de contenção 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.

A Direção do CECSSAC manterá informados todos os colaboradores e utentes, da evolução da situação via e-mail e através do site da Instituição (www.cecassac.pt)

Pedimos a todos serenidade, com a certeza de que tudo ficará bem.

A Direção



6 de março de 2020