



PLANO DE CONTINGÊNCIA

DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

06/03/2020

União das Freguesias de Almodôvar e Graça dos Padrões



Índice

PLANO DE CONTIGÊNCIA.....	2
A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19).....	2
A TRANSMISSÃO DE COVID-19	3
PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19	3
MEDIDAS A ADOTAR.....	4
O QUE É UM CASO SUSPEITO	5
ESTABELECECER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO	5
DESIGNAÇÃO DO RESPONSÁVEL	6
PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO	6
PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO	8
PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO	8
PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS.....	9



PLANO DE CONTIGÊNCIA

O presente documento foi elaborado segundo a Orientação nº. 6/2020, de 26.02.2020, da Direção Geral de Saúde, que descreve as principais etapas que as organizações devem considerar para estabelecer um Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, assim como os procedimentos a adotar perante um Trabalhador com sintomas desta infeção.

Os colaboradores da Freguesia de Almodôvar e Graça dos Padrões serão informados sobre a doença por coronavírus (COVID19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados. De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no presente documento serão divulgados a todos os colaboradores.

A Freguesia de Almodôvar e Graça dos Padrões, está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus colaboradores, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade, divulgando informação sobre a doença por coronavírus (COVID19) e como evitar a transmissão, através de: cartazes, flyers, internet, etc.

A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção origina sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2), agente causador da doença por coronavírus (COVID-19), foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na Cidade de Wuhan (China).

Embora o epicentro da epidemia tenha ocorrido em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção não se limita a Wuhan, mas a qualquer região com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

À data da elaboração deste documento tinham sido detetados 6 casos em Portugal.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de doença por coronavírus (COVID-19), é pouco provável que tenha sido contagiada.

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:



- Dificuldade respiratória
- Tosse
- Febre.

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas, e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias.

A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contacto com uma pessoa infetada. As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (perímetro até 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.

PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico, que contenha pelo menos 60% de álcool, se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.



- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.
- As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou estabelecimentos de saúde.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24. Não se deslocar diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt

O uso de máscaras de proteção na população em geral ou colaboradores não está recomendado, uma vez que não há qualquer evidência de benefício do seu uso fora de estabelecimentos de saúde.

Porém, pelo risco mais elevado de contacto com pessoas doentes, é fortemente recomendado aos colaboradores que se desloquem a estabelecimentos de saúde no âmbito do transporte de doentes não urgentes que tenham atenção redobrada seguindo os princípios atrás descritos.

MEDIDAS A ADOTAR

A Freguesia de Almodôvar e Graça dos Padrões implementará de imediato as seguintes medidas:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica no edifício sede de freguesia e em todos os veículos utilizados pelos serviços, condicionada à sua existência no mercado.
- Divulgação do presente documento aos colaboradores, bem como outra informação sobre o COVID-19, nomeadamente a existente no site www.dgs.pt.



O QUE É UM CASO SUSPEITO

A definição seguidamente apresentada é baseada na Orientação nº. 6/2020, de 26.02.2020, da Direção Geral de Saúde, que tem como fonte a informação disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas organizações.

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

ESTABELECEER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO

É estabelecida a sala de reuniões da sede da Junta de Freguesia como sala de isolamento com vista à colocação de um colaborador suspeito de infeção por COVID-19, visando impedir que outros colaboradores possam ser expostos e infetados.

Tendo em conta que o trajeto para os sanitários é pelo corredor aberto para o espaço de atendimento ao público, caso a área de isolamento seja ocupada os serviços administrativos e de atendimento da Junta de freguesia devem ser suspensos até ao fim do isolamento e à posterior desinfeção do espaço.



DESIGNAÇÃO DO RESPONSÁVEL

O responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19 será o Presidente da Junta de Freguesia, sendo substituído pelo Secretário ou pela Tesoureira nos seus impedimentos.

Ao responsável deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de um colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de ou colaborador com sintomas, o responsável deve por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos neste Plano de Contingência.

O responsável, ou um colaborador designado por este, será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos no Plano de Contingência, nomeadamente com os serviços de saúde.

PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Qualquer colaborador com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique um colaborador nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o Presidente da Junta ou o seu substituto e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito. Deverá ser prestada ao colaborador doente toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção.

O Presidente da Junta ou o seu substituto deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma.

Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

O percurso para a sala de isolamento:

- Caso o colaborador seja dos serviços administrativos ou esteja no interior do edifício da Junta de Freguesia, será feito pelo interior do edifício da junta de freguesia pelo único acesso existente;
- Caso o colaborador seja dos serviços do exterior e não se encontre no interior do edifício da Junta de Freguesia, será dado acesso ao colaborador pela porta da sala de isolamento que dá acesso ao exterior.



O acompanhante do colaborador com sintomas, deve colocar, antes de se iniciar a assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito.

No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19 deve contactar a **Linha SNS 24 (808 24 24 24)**.

O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.

Após avaliação, a Linha SNS 24 informa o caso suspeito ou o responsável:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do colaborador;
- Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: a Linha SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde (DGS), para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
 - **Caso Suspeito Não Validado:** fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do colaborador. O estudante ou colaborador informa o ponto focal da não validação, e este último deverá informar a direção da unidade orgânica.
 - **Caso Suspeito Validado,** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O Presidente da Junta é informado da existência de um caso suspeito validado, informando o restante executivo.



PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

Na situação de caso suspeito validado:

- O colaborador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência;
- O acesso dos outros colaboradores à área de isolamento fica interdito;
- O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste caso com outro(s) colaboradores. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da Junta de Freguesia.

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 O Presidente da Junta de Freguesia dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19.
- 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 Local.

PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO

Na situação de caso confirmado, o Presidente da Junta ou o seu substituto deve:

- Garantir que a área de isolamento fica interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde Local.
- 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 e dos materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;



- 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.

PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

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

O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

Alto risco de exposição, definido como:

- Colaborador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Colaborador que esteve face-a-face com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Colaborador que partilhou com o caso confirmado louça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias).;
- Indivíduos que viajaram dentro na mesma viatura utilizada pelo com o caso confirmado;

Baixo risco de exposição (casual), definido como:

- Colaborador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Colaborador(es) que prestou(aram) assistência ao caso confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Junta de Freguesia, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);



- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. 15

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguinte:

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.

É importante sublinhar que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio colaborador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o colaborador estiver ao serviço da Junta de Freguesia, devem-se iniciar os PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.