



Fundação
Nossa Srª da Conceição
Freguesia de Valongo do Vouga

Handwritten signatures and initials in blue ink, including the name "Z. Ant." and the year "18".

PLANO DE CONTINGÊNCIA

CORONAVIRUS – COVID-19

Março 2020

ÍNDICE

Conteúdos

Enquadramento	1
Âmbito	2
Definição do Plano de Contingência	4
Procedimentos num caso suspeito	8
Avaliação	9

22.04
4
10
[Signature]
[Signature]

ENQUADRAMENTO

Enquadramento

De acordo com a Orientação 006/2020 datado de 26 de Fevereiro de 2020 da Direção Geral de Saúde e considerando o atual estado de evolução do quadro epidemiológico da COVID-19, a Instituição Fundação Nossa Senhora da Conceição da Freguesia de Valongo do Vouga definiu e aprovou o seu Plano de Contingência Interno, que pretende definir os procedimentos a adotar perante os trabalhadores/ clientes e utente com sintomas desta infeção.

R. S. T.
[Handwritten signature]

Âmbito

O presente Plano descreve as principais etapas que a Instituição deve considerar no plano de contingência relativo à infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2² agente causal da COVID-19, assim como os procedimentos a adotar perante um Trabalhador/ Cliente/ Utente com sintomas desta infeção.

Este Plano de Contingência pretende preparar a instituição gerindo o impacto e as consequências da eventual situação de doença nos colaboradores e clientes/ utentes da instituição – uma das consequências da pandemia, caso esta venha a ocorrer, será o elevado nível de ausências ao trabalho, que condicionará o bom funcionamento das respostas sociais/ atividades, podendo mesmo, levar a um caso extremo de paralisação do exercício da atividade no âmbito das respostas sociais, nomeadamente centro de dia e serviço de apoio domiciliário.

Pretendemos assim definir e avaliar os possíveis efeitos (mais graves) que a infeção pode causar no funcionamento da Fundação, nomeadamente:

- As atividades desenvolvidas pela instituição com **caracter imprescindível** são: a prestação de cuidados na resposta social de ERPI, serviços de lavandaria e serviços de cozinha.
- As atividades desenvolvidas pela instituição que **podemos reduzir/ e encerrar** são: a prestação de serviços no âmbito da resposta de centro de dia e SAD e serviços de secretaria.
- Os recursos essenciais que são necessários ao bom funcionamento da resposta social de ERPI (mantendo o acesso ao Piso 0 e -1 condicionado e de uso exclusivo ao pessoal trabalhador), satisfazendo as necessidades básicas dos utentes/ clientes são:
 - 3 Colaboradoras no turno das 08h-16h no lar
 - 2 Colaboradoras no turno das 16h-00h no lar
 - 2 Colaboradoras no turno das 00h-08h no lar
 - 1 Colaboradora de Serviços Gerais das 07 – 15h
 - 1 Colaboradora de Serviços Gerais das 14h-22h
 - 2 Colaboradoras na Cozinha período da manhã
 - 2 Colaboradoras na cozinha período da tarde
- Necessidade de restrição de entrada a visitas, facilitando o contacto via internet e telefonicamente;
- Preparar e informar colaboradoras/ utentes/ clientes para este possível cenário.

ÂMBITO

- Disponibilizar toda a informação necessária para que sejam salvaguardados os interesses dos utentes e colaboradores, limitando o risco de contaminação e a propagação no interior das instalações da Fundação,
- Definir as medidas preventivas a instituir tem em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as por via indireta (superfícies/ objetos contaminados)

R. Z. T.
BB
J
A
C

DEFINIÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

R. Costa
LFB
JP
[Signature]
[Signature]

Definição do Plano de Contingência

ESTABELECIMENTO DE ÁREA DE 'ISOLAMENTO' E CIRCUITO ATÉ À MESMA

A colocação de um trabalhador/ utente/ cliente numa área de 'isolamento' visa impedir que as restantes pessoas possam ser expostas e infetadas, evitando assim a propagação da doença transmissível na instituição e comunidade.

Foi definido como área de isolamento o compartimento do corredor e os balneários do piso -1, por ser um local isolado e equipado com revestimentos laváveis, de fácil comunicação, acesso a instalação sanitária equipada, ponto de água e que tem fácil acesso ao exterior.

Esta área foi preparada para o efeito e está equipada com:

- Cadeirão
- Mesa de apoio
- Telemóvel
- Caixa com alimentos não perecíveis: água, pacote bolacha maria, pacote de bolacha água e sal, pacotes de açúcar)
- Contentor de resíduos e saco de plástico
- KIT com solução antisséptica de base alcoólica, toalhete de papel, máscara cirúrgica, luvas descartáveis e termómetro.

O circuito a privilegiar quando existe um suspeito será:

- **Via interior:** descida pelas escadas internas até ao local sinalizado e aguardar instruções.
- **Via exterior:** descida pela rampa, entrada pela porta exterior e de acesso ao local sinalizado.

DEFINIÇÃO DE RESPONSABILIDADES E RESPONSÁVEIS

Empregador	Sr. Carlos Alberto	Presidente	Responsável pela Comunicação externa
Chefia Direta	Carla Silva	Diretora Técnica	Responsável pela definição de estratégias e definição de medidas internas Contacto preferencial para identificação de caso suspeito dos colaboradores Articulação com Familiares

DEFINIÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

Equipa Intermédia	Carla Silva Alexandra Alves Arlete Santos Andreia Rodrigues	Técnicas	Contacto preferencial para identificação de caso suspeito dos utentes/ clientes Encaminhamento e Acompanhamento dos casos suspeitos até à zona de isolamento
Equipa de Acompanhamento		Equipa de enfermagem Equipa de Técnicos Ajudantes de Ação Direta	Articulação com saúde 24 Informação de histórico clínico Apoio na Sala de isolamento
Equipa de Limpeza e Desinfeção		Trabalhadoras de Serviços Gerais	Limpeza e desinfeção da área de isolamento, espaços e equipamentos

R. Ant.
G.B.
J.F.
C. Ant.

Ressalvar:

- Todos os colaboradores (trabalhadores) devem reportar à sua chefia direta, uma situação de doença enquadrada como trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Todos os Utes/ Clientes devem reportar à Equipa Intermédia, uma situação de doença enquadrada com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Sempre que for reportada uma situação de Trabalhador/ Cliente/ Utes com sintomas, a Equipa intermédia informa a chefia direta e esta é responsável pela informação imediata ao empregador.
- Nas situações em que o Trabalhador/ Cliente/ Utes com sintomas necessita de acompanhamento, a equipa intermédia acompanha e presta assistência ao mesmo.

PROFISSIONAIS DE SAÚDE E CONTACTOS

CONTACTOS

DESCRIÇÃO	CONTACTO
Linha de Saúde 24	808 24 24 24

DEFINIÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

INEM	112	
FNSCFVV	234648767/ 938810920	Ext. 200
Chefia Direta	938810918	Ext 201
Equipa Intermédia	938810909	Ext. 202 (Alexandra Alves) Ext. 210 (Arlete Santos) Ext. 205 (Andreia Rodrigues)
Equipa de Acompanhamento	938810908	Ext. 204 (enfermaria) Ext. 300 (lar)
Medicina do Trabalho Empresa Acção Continua	234288718	
Dr. Antonio Bastos	917420217	

R. Bastos
EB
JP
Arlete Santos
Andreia Rodrigues

EQUIPAMENTOS E PRODUTOS

- Alimentação: Em caso de pandemia ou incapacidade de funcionamento da cozinha e refeitório, a alimentação será assegurada por estrutura externa, nomeadamente a cantina da Junta de Freguesia de Valongo do Vouga
- Consumíveis de higiene e limpeza: criação de stock (toalhetes, solução antisséptica- de base alcoólica, máscaras cirúrgicas para utilização nos casos suspeitos, luvas descartáveis, e outros produtos)

MEDIDAS DE INFORMAÇÃO/ FORMAÇÃO A TRABALHADORES/ CLIENTES/ UTENTES

- Reunião com trabalhadores para esclarecimento do Plano de contingência e sobre o COVID-19;
- Reunião com os clientes/ utentes sobre a tomada de precauções e esclarecimentos sobre o COVID-19 e implementação e articulação do Plano de Contingência;
- Envio de informação às famílias/ significativos sobre a tomada de precauções e esclarecimentos sobre o COVID-19 e implementação e articulação do Plano de Contingência;
- Informação na página da instituição da tomada de precauções e esclarecimentos sobre o COVID-19 e implementação e articulação do Plano de Contingência;

DEFINIÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

- Reunião com Equipas acerca dos procedimentos específicos a adotar em caso suspeito;
- Distribuição de desdobráveis alusivos às medidas de prevenção e proteção individual;
- Afixação de suportes visuais informativos.

TODOS OS TRABALHADORES/ CLIENTES/ UTENTES FICAM OBRIGADOS A COMUNICAR À CHEFIA DIRETA OU EQUIPA INTERMÉDIA (CLIENTES E UTENTES), CASO APRESENTEM OS SINTOMAS INDICADOS OU TENHAM CONHECIMENTO QUE ESTIVERAM EM CONTACTO COM PESSOAS COM COVID-19.

2.2.1-
L.P.
J.P.
J.P.
J.P.

PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Procedimentos num caso suspeito

FORA DO ESPAÇO INSTITUCIONAL

1. Em caso de suspeita, não se dirija à instituição
2. Ligue para a SNS 24, e siga as orientações.
3. Informe a Chefia Direta

DENTRO DO ESPAÇO INSTITUCIONAL

1. Informe a pessoa responsável- preferencialmente por via telefónica - (chefia direta em caso de colaborador), equipa intermédia (em caso de clientes/ utentes)
2. Dirija-se para a zona de isolamento e aguarde pela equipa intermédia e de acompanhamento – caso precise de ajuda para a deslocação, por favor informe – sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança – superior a 1 metro.
3. Na sala de isolamento, mantenha a porta fechada.
4. A chefia direta informa o empregador.
5. A equipa que acompanha o caso suspeito deve colocar, no momento anterior à assistência, uma máscara cirúrgica, luvas descartáveis e proceder às precauções básicas previstas.
6. O caso suspeito já na área de 'isolamento' contacta o SNS 24 (808 24 24 24), caso não consiga, a equipa de acompanhamento fará a articulação com o mesmo.
7. Deverá o caso suspeito colocar uma máscara disponível no KIT q se encontra na sala.
8. Deverá responder calmamente às questões colocadas pelos profissionais de saúde do SNS 24, e aguardar por instruções – será feita uma avaliação que lhe será informada.

R. Z. S. T.
[Handwritten signatures]

Avaliação

SE NÃO SE TRATAR DE CASO SUSPEITO

1. O SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica.

SE NÃO SE TRATAR DE CASO SUSPEITO

1. O SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM) para validação da suspeição. O resultado pode ser:
 - 1.1. **CASO SUSPEITO NÃO VALIDADO** – este fica encerrado para COVID-19. O trabalhador informa o empregador da não validação.
 - 1.2. **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. A chefia direta informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na instituição.

NA SITUAÇÃO DE CASO SUSPEITO VALIDADO

1. O trabalhador/ utente/ cliente deverá permanecer na área de 'isolamento' (com máscara cirúrgica colocada), até à chegada da equipa do INEM, que assegura o transporte para o Hospital de referência.
2. O acesso dos outros trabalhadores à área de 'isolamento' fica interdito (exceto aos que prestam assistência).
3. O empregador colabora na identificação dos contactos próximos do caso suspeito validado.
4. O empregador informa o médico da medicina de trabalho.
5. O empregador informa os restantes trabalhadores/ clientes e utentes da existência de caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO

1. Área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local.
2. O empregador deve providenciar a limpeza e desinfeção da área de isolamento.
3. O empregador deve reforçar a limpeza e desinfeção nas superfícies frequentemente utilizadas e manuseadas pelo doente confirmado.

R. Ant.
Y.
J.P.
A.
Dee

AVALIAÇÃO

4. Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico adequado para o efeito.

PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Perante um caso confirmado por COVID-19 deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos – pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com o doente.

O chamado contacto próximo pode ser de:

ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO
Trabalhador do mesmo posto de trabalho Que esteve face a face com o caso confirmado	Que teve contacto esporádico (momentâneo) Que prestou assistência ao caso confirmado desde que tenha usado as medida de prevenção
Que esteve num espaço fechado com o caso confirmado	
Que partilhou loiça ou outros objetos (toalhas)	

A vigilância ativa dos contactos próximos e a sua gestão deve ser feita em articulação do empregador com a Autoridade de Saúde Local e diz respeito a:

ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO
Monitorização ativa pela ASL – 14 dias	Auto monitorização dos sintomas
Auto monitorização dos sintomas	Acompanhamento da situação pelo médico
Restringir o contacto social ao indispensável Evitar viajar	
Estar contactável para monitorização ativa	

R. Pinto
G. J. P.
C. S.
C. S.

AVALIAÇÃO

O plano será avaliado e atualizado sempre que necessário.

Anexo: Fluxograma simples

Data: 04 de Março de 2020

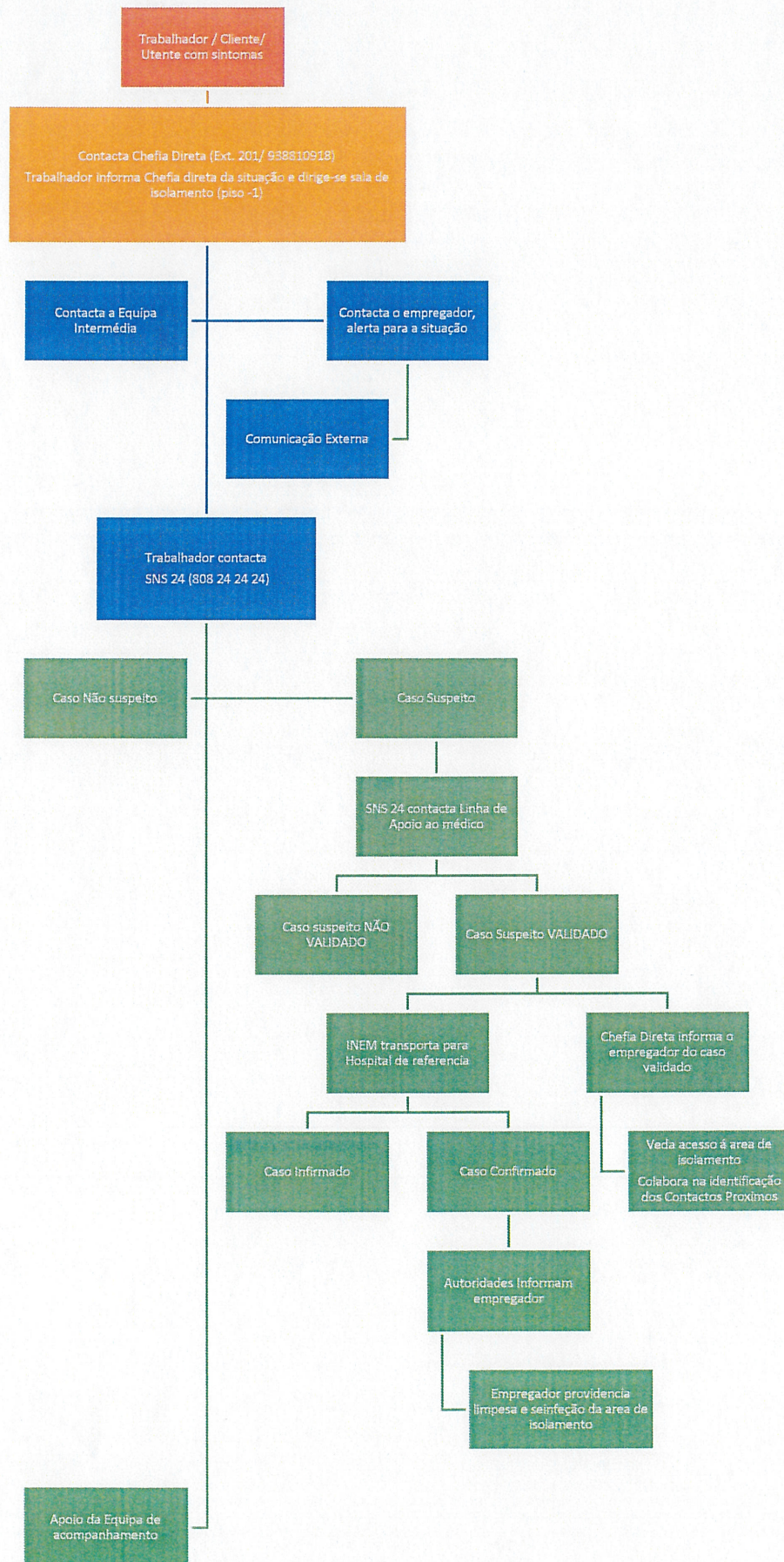
Aprovado em reunião

Carla Pereira
R. Pinto
Ana Filipa Louisa Falcão
[Signature]
[Signature]

Anexo I

Fluxograma Simples

R. Duarte
LP
JP
[Signature]



FOLHETOS INFORMATIVOS

CORONAVÍRUS (COVID-19)

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



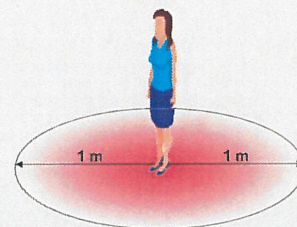
Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL

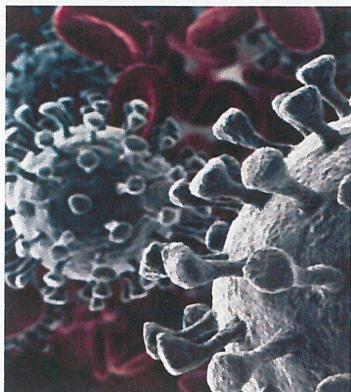
SNS 24 

808 24 24 24



COVID-19

PERGUNTAS FREQUENTES



O QUE É O CORONAVÍRUS? Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O QUE É ESTE NOVO CORONAVÍRUS? O novo coronavírus, intitulado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em janeiro de 2020 na China, na Cidade de *Wuhan*. Este novo agente nunca tinha sido identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de *Wuhan*, doença entretanto designada como COVID-19. A fonte da infeção é, ainda, desconhecida.

TRANSMISSÃO, SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO

COMO SE TRANSMITE? Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora ainda não se conheça mais pormenores.

QUAIS OS SINAIS E SINTOMAS? As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda, como febre, tosse e dificuldade respiratória. Em casos mais graves, pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte. O período de incubação da doença pode variar entre 2 a 14 dias.

EXISTE UMA VACINA? Não existe vacina. Sendo um novo vírus, estão em curso as investigações para o seu desenvolvimento.

EXISTE TRATAMENTO? O tratamento para a infeção por SARS-CoV-2 é dirigido aos sinais e sintomas apresentados.

AVALIAÇÃO DE RISCO

O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) considera que existe, neste momento, uma probabilidade moderada de importação de casos nos países da União Europeia/Espaço Económico Europeu (UE/EEE). A probabilidade de transmissão secundária na UE/EEE é baixa, desde que sejam cumpridas as práticas adequadas de prevenção e controlo de infeção.

NOVO | NEW | 新型 冠状病毒
CORONAVÍRUS 2019 nCoV

TOSSIR
FEBRE
RESPIRADORIA (DIFICULDADE PARA RESPIRAR)

OU
OR
或

CONTACTOU COM UM DOENTE AFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PERSON?
您與患者最近有過接觸嗎?

LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SNS 24 ☎
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 SNS 120 DGS

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

COMO POSSO PROTEGER-ME? Não tendo sido reportados casos em Portugal, não estão indicadas medidas específicas de proteção. Nas áreas afetadas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão da doença:

- Evitar contacto próximo com doente/s com infeção respiratória;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente, após contato direto com pessoa/s doente/s;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel ao lixo);
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

Lavagem das mãos

Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas. Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

medidas simples salvar vidas

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.

somos

WORLD ALLIANCE FOR CLEANER HANDS

NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

SABES COMO TE PODES PROTEGER?

QUANDO ESPIRRARES OU TOSSIRES TAPA A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO

LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA
Antes das refeições, quando chegas à escola e a casa

NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS E COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 SNS 120 DGS

COMO SEI SE ESTOU INFETADO? Se tem febre, tosse e dificuldade respiratória e se regressou recentemente da China ou contactou com caso provável ou confirmado de COVID-19, ligue para o SNS 24 (808 24 24 24) e siga as orientações dos profissionais de saúde.

LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SNS 24 ☎
808 24 24 24

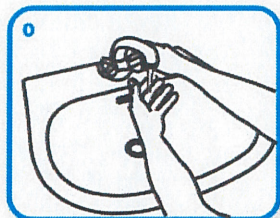
E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 SNS 120 DGS

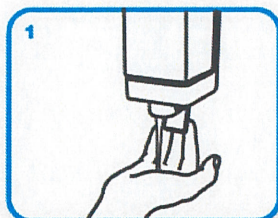
Lavagem das mãos



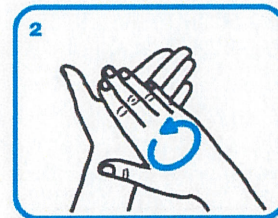
Duração total do procedimento: 40-60 seg.



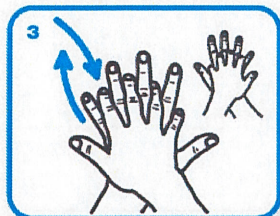
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



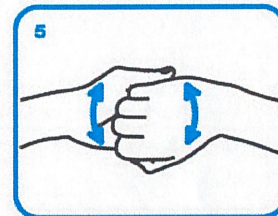
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



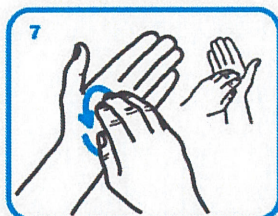
Palma com palma com os dedos entrelaçados



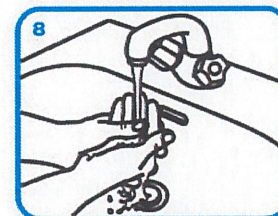
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



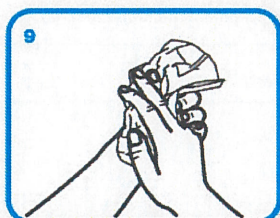
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



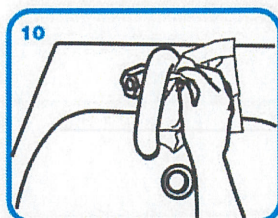
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



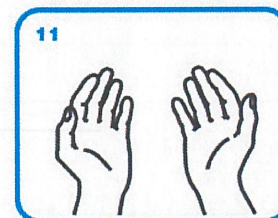
Enxague as mãos com água



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.