

Plano de Contingência COVID-19 (Coronavírus)

ENQUADRAMENTO GERAL DO PLANO

ÂMBITO E OBJETIVOS

O “Plano de Contingência da Associação Gerações” pretende antecipar e gerir o impacto do atual surto de doença por Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, na Associação Gerações.

O objetivo principal do Plano de Contingência é preparar a Associação Gerações para gerir o risco de infeção e enfrentar eventuais casos de doença, minimizando a sua transmissão e o seu impacto.

O presente Plano foi preparado com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde e visa:

- Preparar a resposta para minimizar as condições de propagação do COVID-19.
- Definir a estrutura de coordenação da Associação Gerações.
- Preparar resposta às necessidades de comunicação para o interior e para o exterior da Associação Gerações.

O **Objetivo do Plano de Contingência** é manter a atividade letiva e social em funcionamento na Associação Gerações, em face dos possíveis efeitos de pandemia, nomeadamente o absentismo dos profissionais e dos utentes e respetivas repercussões nas atividades e no ambiente familiar e social de toda a comunidade. Consiste num conjunto de medidas e ações que deverão ser aplicadas oportunamente, de modo articulado, em cada fase da evolução da pandemia do vírus, para permitir que a Instituição se prepare para enfrentar, de modo adequado, as possíveis consequências de uma pandemia, em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas da comunidade.

O presente plano de contingência é aprovado pelo Presidente da Direção da Associação Gerações – Dr. Mário da Costa Martins.

1. 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.

2. 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.

3. TRANSMISSÃO, SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO COMO SE TRANSMITE?

A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados. A doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo. As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

Ou seja, 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. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. Embora o epicentro da epidemia seja em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção estende-se a qualquer área internacional com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

4. 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.

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

5. EXISTE UMA VACINA?

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

6. EXISTE TRATAMENTO?

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

7. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

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:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico 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.

- Nunca guardar lenços de papel nos bolsos.

- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.
- 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.
- As crianças, colaboradores e visitantes devem lavar as mãos ou utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 60% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Recomenda-se o distanciamento social (evitar o contacto físico com outras pessoas, nomeadamente abraços, beijos e cumprimentos físicos).
- 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 desloque diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt

8. NECESSITO DE USAR MÁSCARA FACIAL SE ESTIVER EM PÚBLICO?

De acordo com a situação atual em Portugal, não está indicado o uso de máscara para proteção individual, exceto nas seguintes situações:

- pessoas com sintomas de infeção respiratória (tosse ou espirro);
- suspeitos de infeção por SARS-CoV-2;
- pessoas que prestem cuidados a casos suspeitos de COVID-19.

9. COMO SABE SE ESTÁ INFETADO? O QUE É UM CASO SUSPEITO?

Se tem febre ou tosse ou dificuldade respiratória e se regressou recentemente de uma área afetada 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.

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 anteriores ao início de sintomas

		<p>Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas</p>
		<p>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19</p>

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.

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. 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.

10. COMO ATUAR PERANTE UM CASO SUSPEITO NA ASSOCIAÇÃO GERAÇÕES

No caso de suspeita de infeção por COVID-19 de utentes, colaboradores ou visitantes

- Encaminhamento imediato para a sala de isolamento;
- Comunicação imediata à Direção Técnica da instituição;
- Comunicação para a linha saúde 24;
- A Direção informa de imediato o Delegado de Saúde Pública da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado e procede ao seguinte:
 - Alerta imediato ao Delegado Regional de Educação e ao Centro Distrital da Segurança Social de Braga;

- 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;
- Encerramento para higienização e desinfeção completa do edifício;
- Aguardar pelas indicações das entidades responsáveis e competentes.

11. 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;
- 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), 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.

12. MEDIDAS A ADOTAR PELA ASSOCIAÇÃO GERAÇÕES

- Informação e sensibilização a todos os colaboradores sobre todas as medidas preventivas aconselhadas pela DGS.
- Ações de esclarecimento com os utentes sobre todas as medidas preventivas aconselhadas pela DGS.

- Notas informativas aos encarregados de educação sobre todas as medidas preventivas aconselhadas pela DGS.
- Cumprimento rigoroso de todos os procedimentos de limpeza e desinfeção de brinquedos e objetos com os quais as crianças têm contacto diário.
- Reforço da lavagem das mãos das crianças, dos colaboradores e visitantes.
- Ações de sensibilização com as crianças sobre o procedimento de lavagem das mãos.
- Isolamento imediato de crianças e colaboradores com sintomas de doença (febre alta, tosse ou dificuldade respiratória) na sala de isolamento existente para o efeito.
- Evitar ou restringir brinquedos e outros materiais trazidos de casa. Durante esta fase deve ser aconselhado a todas as famílias que as crianças tragam o menor número possível de objetos de casa. À chegada todos os pertences devem ser guardados dentro das mochilas.
- Em caso de necessidade poderá ser proibida a entrada de materiais vindos do exterior.
- Acesso restrito (apenas é autorizada a entrada de um adulto por criança, no momento de entrega e receção da criança). Em caso de necessidade será restringido o acesso às instalações e as crianças são entregues na receção.
- Evitar ou restringir as visitas de novos utentes e clientes. Todas as informações necessárias são prestadas via telefone ou email, sendo agendada a visita às instalações para data posterior.
- Desinfeção de puxadores, maçanetas, corrimão, sistema biométrico, cabides e outras superfícies nos momentos de maior afluência de entrada e saída de crianças e adultos.
- Desinfeção obrigatória das mãos antes de aceder ao interior das instalações (anterior ao sistema biométrico).
- Não é permitida a presença de qualquer pessoa nas instalações da Associação Gerações com sintomas febris. Os responsáveis parentais devem recolher as crianças que apresentem este quadro com a máxima brevidade, a fim de se evitarem contágios.
- Todos os utentes que sejam encaminhados para casa com sintomas de doença, apenas podem regressar à instituição com declaração médica que ateste a sua recuperação e não existência de risco de contágio.
- Em casos devidamente ponderados poderá ser reduzido o período de funcionamento da Associação Gerações ou até mesmo equacionado o seu encerramento.
- As crianças que frequentam o centro educativo efetuam a desinfeção das mãos antes da entrada nas viaturas da instituição e antes de acederem ao interior das instalações.

- As superfícies das viaturas da instituição e puxadores são desinfetados diariamente.
- As janelas das salas devem permanecer abertas (total ou parcialmente).
- Entre os circuitos de transportes, as janelas das viaturas devem permanecer abertas (total ou parcialmente).
- Caso seja necessário serão restritas as visitas de pessoas externas ao serviço, assim como de fornecedores.
- Todos os colaboradores da Associação Gerações que realizem viagens ou tenham contactos com pessoas portadoras de COVID-19 devem comunicar à Direção Técnica da instituição.
- Todos os utentes que realizem viagens ou tenham contactos com pessoas portadoras de COVID-19 devem comunicar à Direção Técnica da instituição.

13. Plano de comunicação

Divulgar o Plano de Contingência junto das colaboradoras da Associação Gerações, dos pais e encarregados de educação e da restante comunidade através de e-mail, na página Web <http://associacaogeracoes.com> e da afixação de informação em suporte escrito na entrada da instituição.

Como garantia do pleno funcionamento do sistema de comunicação deve ser mantida uma lista atualizada dos contactos dos encarregados de educação, dos utentes seniores e de todos os colaboradores (telefone, telemóvel e e-mail).

14. Avaliação

O presente plano de contingência será reavaliado de forma sistemática e alterado sempre que necessário, de acordo com as indicações das entidades competentes. Se necessário, terminada a fase pandémica proceder-se-á à elaboração de um breve relatório.

15. Contactos da Associação Gerações

Os contactos da Associação Gerações são: 252374480 | 932886644 | geral@associacaogeracoes.com

Vila Nova de Famalicão, 6 de Março de 2020

O Presidente da Direção
(Mário da Costa Martins)