

No seguimento das recomendações da **Direção-Geral de Saúde**, e considerando a necessidade de proteger toda a comunidade (Utentes, Formadores, Formandos e Técnicos), a Direção da **Seiva – Associação ao Serviço da Vida** aprovou o presente Plano de Contingência (Versão 1, de 11/03/2020), no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-22, agente causal da COVID-19.

Este plano contém cinco componentes:

- 1 - Coordenação do plano e das ações;
- 2 - Prevenção da infeção;
- 3 - Reação em caso de suspeita de infeção e isolamento;
- 4 - Ação em caso de isolamento preventivo de algum membro da comunidade educativa;
- 5 - Ação em caso de ausência de um número significativo de colaboradores docentes e/ou não docentes.
- 6 – Medidas preventivas específicas

O plano será revisto e atualizado sempre que se verificar necessidade, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes.

## **1 – COORDENAÇÃO DO PLANO E DAS AÇÕES**

1. A coordenação do plano de contingência é responsabilidade de MARIA FERNANDA MANSO E CARLA RODRIGUES que poderão ser contactadas em qualquer momento para:

Maria Fernanda Manso – [contacto@seiva.co.pt](mailto:contacto@seiva.co.pt) e 961269447

Carla Rodrigues – [gip@seiva.co.pt](mailto:gip@seiva.co.pt) e 911009699

2. Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser prontamente comunicada às coordenadoras que são quem fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde, Direção-Geral da Saúde, UDIPSS – União Distrital das Instituições de Solidariedade Social) e com utentes, formadores, formandos e técnicos.
3. Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte de qualquer utente, formador, formando e técnicos deverá ser esclarecida junto das coordenadoras.

## **2 – PREVENÇÃO DA INFEÇÃO**

Para melhor compreender as medidas deste plano, reproduzimos a informação da DGS sobre a transmissão deste vírus (orientação 003/2020 de 10/03/2020):

Considera-se que a 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. O 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), pode conduzir à transmissão da infeção.

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).

Consequentemente, é **obrigatório** para todos os membros da Seiva-Associação ao Serviço da Vida:

1. Quando espirrar ou tossir, tapar a boca e o nariz com o braço/cotovelo;
2. Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções Respiratórias;
3. Lavar as mãos muito bem (20 segundos) e frequentemente, com água e sabão, particularmente antes e após as refeições, depois de utilização de instalações sanitárias ou quando estão muito sujas;
4. Usar lenços de papel, sempre, e de utilização única; lavar as mãos de seguida;
5. Não partilhar objetos nem comida;
6. **Não entrar nas instalações da Seiva se tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória;**
7. Contactar as coordenadoras imediatamente (por telefone) se tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória estando nas instalações da Seiva ou a participar em atividade da instituição no exterior.
8. Contactar as coordenadoras imediatamente (por e-mail) se tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória estando fora das instalações da Seiva.

Finalmente, todos devem ter especial cuidado com os agasalhos para o frio, de modo a prevenir situações que possam comprometer a saúde.

**Não será autorizado a entrada na Seiva-Associação ao Serviço da Vida de qualquer utente, formador, formando e técnicos (ou outro) que manifeste sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória.**

**Não será autorizada a entrada e/ou permanência de qualquer pessoa proveniente de uma comunidade (nacional ou estrangeira) em que o vírus esteja ativo.**

### **3 – REAÇÃO EM CASO DE SUSPEITA DE INFEÇÃO E ISOLAMENTO**

Os principais sintomas do COVID-19 são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

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

1. Em caso de suspeita de infeção (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), do próprio ou de terceiro, todos os utentes, formadores, formandos e técnicos (ou outros) têm o dever de contactar imediatamente as coordenadoras do Plano através dos telefones indicados, se estiverem no espaço da Seiva; através de e-mail, se estiverem fora das instalações da Seiva.

2. Verificando as coordenadoras do Plano a relevância da suspeita, a pessoa será dirigida para a sala de isolamento que é a sala de reuniões, sita no Rés-do-chão.

3. Ao dirigir-se para a sala de isolamento, a pessoa não pode tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros.

4. Durante a permanência na sala de isolamento, é vedado o acesso à mesma a todas as outras pessoas.

5. A coordenadora Carla Rodrigues comunica imediatamente o caso às autoridades de saúde sendo a partir daí seguidas as instruções que forem dadas por estas:

- O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente 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:

- **Caso Suspeito Não Validado:** fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do utente, formador, formando e técnicos (ou outros).

## PLANO DE CONTINGÊNCIA - COVID-19

Versão 1 – 11/03/2020

São também aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;

- **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.

6 - **Se o caso for confirmado:** a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

7 - Para garantir a serenidade da comunidade da Seiva, caso o mecanismo de suspeita seja ativado, as coordenadoras do Plano deverão informar se o caso foi confirmado ou infirmado após receber essa informação das autoridades de saúde.

### Procedimento perante um caso suspeito validado

8 - 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 maior 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 (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.
- Vigiar os 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:

#### - “Alto risco de exposição”:

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros por mais de 15 minutos) do caso; quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo; quem partilhou com o caso confirmado material, toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.
- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;

## PLANO DE CONTINGÊNCIA - COVID-19

Versão 1 – 11/03/2020

- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo: Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI); Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
  - numa aeronave:
    - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
    - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
  - num navio:
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Partilha da mesma cabine com o doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

- **“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.
- Contato frente a frente a uma distância até 2 metros **E** durante menos de 15 minutos;
- Contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros **OU** durante menos de 15 minutos.

#### **4 – AÇÃO EM CASO DE ISOLAMENTO PREVENTIVO DE ALGUM MEMBRO DA COMUNIDADE SEIVA**

1. Em caso de isolamento preventivo de um formador, o modo de acompanhamento dos seus formandos será determinado pela Direção da Seiva;
2. Em caso de isolamento preventivo de um colaborador, a reorganização do seu serviço, quando não puder ser realizado à distância por meios eletrónicos será determinado pela Direção;

#### **5 – AÇÃO EM CASO DE AUSÊNCIA DE COLABORADORES**

1. Em caso de ausência de um ou mais colaboradores a Seiva será encerrada.
2. Nesta eventualidade, a direção enviará a todos a Comunidade da Seiva informação regular sobre o período de encerramento e as medidas de vigilância a adotar. Esta comunicação será efetuada por via eletrónica (email).

#### **6 – MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS**

- 1 – Distribuição de gel desinfetante em locais estratégicos da Instituição (entrada, gabinete de atendimento e salas de formação)
- 3 – Suspensão de eventos, com envolvimento de grupos de pessoas de proveniência não controlada (com efeitos a partir de 11/03/2020).
- 4 – Suspensão das reuniões de trabalho (com efeitos a partir de 11/03/2020).
- 5 – Suspensão das Sessões Coletivas de Informação e Formação (com efeitos a partir de 11/03/2020).
- 6 – Suspensão das Ações de Formação a decorrer (com efeitos a partir de 11/03/2020).
- 7 – Condicionamento de entrada, circulação ou permanência de elementos estranhos ou não indispensáveis ao funcionamento da Seiva.

**Número do SNS 24: 808 24 24 24**