

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Casa do Povo Valongo do Vouga





Este plano visa responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus .

A Casa do Povo de Valongo do Vouga tem serviços e valências sociais.

A Creche abrange utentes do 4 meses aos 36 meses.

O QUE É O CORONAVÍRUS?



Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e **são bastante comuns em todo o mundo**. O COVID-19 é uma doença causada por uma nova estirpe de coronavírus identificada na cidade de Wuhan (China) em dezembro de 2019.

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

Após exposição a alguém infetado com COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

Tosse

Dificuldade respiratória

Febre

COMO SE TRANSMITE O COVID-19?



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



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 (área 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.

COMO SE PREVINE A TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO?



Atualmente não há vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infecção 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 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 uma máscara (uso obrigatório nas instalações por adultos). Por partes dos funcionários terá de ser a máscara cirúrgica.

Sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar - O lenço de papel deverá ser descartado num caixote do lixo e, em seguida deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de um lenço de papel descartável, poder-se-á tossir 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.

OS UTENTES, COLABORADORES E VISITANTES DEVEM LAVAR OU DESINFETAR AS MÃOS:



- ❖ Antes de sair de casa;
- ❖ Ao chegar à Creche;
- ❖ Após usar a casa de banho;
- ❖ Antes e depois de colocar a máscara;
- ❖ Antes das refeições, incluindo lanches;
- ❖ Antes de sair da Creche;
- ❖ Lavar as mãos com água e sabão se não for possível utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 60% de álcool;
- ❖ 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;
- ❖ Se tiver sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: **808 24 24 24**. Não deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde;
- ❖ Consultar regularmente informação em www.dgs.pt;
- ❖ **O uso de máscaras de proteção por adultos é obrigatória dentro das instalações.**

VOLTEI RECENTEMENTE DE UMA VIAGEM AO ESTRANGEIRO. O QUE DEVO FAZER?



A CPVV tem em conta as orientações da Direção-Geral da Saúde e da Organização Mundial da Saúde sobre o COVID-19.

De acordo com o Plano de Contingência **todos os utentes, clientes e colaboradores que regressem de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus**, incluindo:

Norte de Itália (regiões de Emilia-Romagna, Lombardia, Piemonte, Veneto)

China

Coreia do Sul

Irão

Japão

Singapura

Devem, por princípio de precaução de saúde pública, respeitar um período de isolamento profilático domiciliário de 14 dias de isolamento após o seu regresso, durante o qual deverão vigiar o eventual aparecimento de sintomas (tosse, febre ou dificuldade respiratória).

OS QUE SE ENCONTREM NESTAS CIRCUNSTÂNCIAS DEVERÃO, DURANTE ESSE PERÍODO:



Estar atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória, no próprio ou nas pessoas com quem convive de perto;

Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registrar os valores;

Lavar frequentemente as mãos, sobretudo antes das refeições e após uso da casa de banho;

Reduzir as atividades sociais não indispensáveis (ex. restaurantes, cinema) e evitar permanecer em locais muito frequentados e confinados;

Telefonar para a Linha SNS24 (808 24 24 24) caso surja algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), e seguir as orientações.

O QUE FAZER SE UM(A) UTENTE, CLIENTES OU COLABORADOR(A) TIVER SINTOMAS E TIVER ESTADO POTENCIALMENTE EXPOSTO AO COVID-19 (VIAGEM OU CONTACTO COM CASO CONFIRMADO)?



Todos os utentes, clientes e colaboradores devem ser instruídos para reportarem à Casa do Povo de Valongo do Vouga o seu estado de saúde se tiverem tosse, febre ou dificuldade respiratória.

Se for identificado um utente, cliente ou colaborado potencialmente suspeito de infeção por COVID-19, este **não se deve deslocar aos serviços de saúde**. Deverão ser seguidos os seguintes passos:

Permanecer na sala de isolamento de forma a manter-se afastado dos outros colegas e evitar o contágio.

Contactar a *Linha SNS24*: 808 24 24 24 e explicar pormenorizadamente os sintomas e o histórico. Devem ser seguidas todas as orientações dadas.



Evitar tocar em pessoas, superfícies e objetos;

Não são necessárias medidas de controlo para as pessoas que estiveram em contacto com o caso suspeito enquanto são aguardados os resultados laboratoriais para COVID-19;

Não é necessário evacuar ou encerrar o estabelecimento de ensino, na ausência de exames laboratoriais confirmatórios;

Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns;

Disponibilização do Plano de Contingência.



O QUE É UM CASO SUSPEITO:

A classificação de um caso como suspeito de doença por coronavírus (COVID-19) deve obedecer a critérios clínicos e epidemiológicos.

A definição seguinte é baseada na informação atualmente disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença (ECDC).

Critérios Clínicos	Critérios Epidemiológicos
<p data-bbox="349 282 471 325">Febre</p> <p data-bbox="378 408 442 451">OU</p> <p data-bbox="349 534 471 576">Tosse</p> <p data-bbox="378 659 442 702">OU</p> <p data-bbox="156 782 664 825">Dificuldade respiratória</p>	<p data-bbox="722 219 1818 391">História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa* nos 14 dias anteriores ao início de sintomas</p> <p data-bbox="1234 474 1298 516">OU</p> <p data-bbox="716 602 1823 773">Contacto com caso confirmado ou provável de infecção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas</p> <p data-bbox="1234 856 1298 899">OU</p> <p data-bbox="726 985 1812 1156">Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doente com COVID-19</p>

SALA ISOLAMENTO:

Colocação de utentes e/ou colaboradores suspeitos de infeção por COVID-19 na área de isolamento visa impedir que outras pessoas possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.



A área de isolamento está situada no edifício da creche da CPVV e dispõem:

- ❖ Ventilação natural e sistema de ventilação mecânica;
- ❖ Revestimentos lisos.

Esta área está equipada com:

- Telefone (utilização de telefone portátil);
- Wc devidamente equipado com doseador de sabão e toalhetes de papel;
- Cadeira, marquesa e berço (para descanso e conforto do utente ou colaborador suspeito de infeção por COVID-19, enquanto aguarda a avaliação de caso);
- *Kit com água e alimentos não perecíveis;*
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro;
- Fatos descartáveis;
- Viseira.

PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO:



Qualquer utente ou colaborador com critérios compatíveis com a definição de caso **suspeito de doença por COVID-19**, ou alguém que identifique um utente ou colaborador nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente a Direção da CPVV e encaminhar esse pessoa para a **área de isolamento**.

Deverá ser prestada ao utente, cliente ou colaborador doente toda a assistência. A Direção da CPVV deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou que um colaborador o acompanha até à mesma (no caso de ser uma criança terá de se manter acompanhada por um adulto).

Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar o uso de ascensores, de forma a evitar contaminação de superfícies.

É obrigatório o uso da 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 Saúde 24 (808 24 24 24)* ou a **pessoa que o acompanha**.



O caso suspeito deve usar uma **máscara cirúrgica**, se a sua condição clínica e idade o permita. 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.

Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra. Após avaliação, a *Linha SNS 24 informa o caso suspeito à Direção da CPVV.*

Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do utente ou 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 utente ou colaborador.

Os utentes ou colaborador informam a Direção da CPVV da não validação;

❖ **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.



NA SITUAÇÃO DE CASO SUSPEITO VALIDADO:

❖ O utente ou colaborador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica e idade o permita) e seguir todas as indicações do **SNS 24**. No caso de ser um utente da creche mantém-se acompanhado por um adulto de referência.

- **Se o caso for infirmado**, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.

- **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.

PROCEDIMENTO NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMO:



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:

- Utentes ou colaboradores de uma mesma sala, grupo de trabalho ou que tenha estado no mesmo espaço físico;
- Colaborador do mesmo posto de trabalho do caso;
- Utentes, clientes ou colaboradores que estiveram cara-a-cara com o caso confirmado ou que estiveram com este em espaço fechado;
- Utente, cliente ou colaborador que partilhou com o caso confirmado objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

Baixo risco de exposição (casual), definido como:

❖ Utente ou 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);



❖ Utente ou colaborador que prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha 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 o a unidade orgânica, 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 contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

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;❖ 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 utente ou 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 utente ou colaborador estiver na Instituição, devem-se iniciar os **PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO**;
- ❖ Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada

IMPLEMENTAÇÃO DAS NOVAS MEDIDAS PARA A REABERTURA DA CRECHE (em 18 de maio de 2020):



- O horário de funcionamento da creche foi reduzido para menos uma hora;
- A entrada dos utentes é apenas permitida no horário das 7h30m às 9h30m;
- Durante o horário de funcionamento cada criança terá contacto apenas com o seu grupo de crianças e os respetivos adultos;
- A entrega de crianças será realizada pelo exterior, a entrada no edifício só é permitida para situações de amamentação;
- Utilização de máscara será obrigatória para todos os adultos;
- Desinfeção das mãos obrigatória por todos os que entram no recinto da creche;
- As crianças usam calçado interno limpo;
- Pertences pessoais ficam no armário à entrada das salas;
- Cada grupo tem o seu espaço destinado à refeição, com o espaçamento possível e lugar identificado;
- Parque será dividido em dois para promover a sua exploração por dois grupos em simultâneo;
- Aumento da frequência de limpeza dos brinquedos e a sua manipulação por curtos espaços de tempo;
- Desinfeção do muda fraldas e sanitas após cada utilização;



- Aumento da frequência de desinfecção de superfícies, puxadores, interruptores e todos os espaço de acesso comum;
- As batas passarão a ser lavas na creche;
- Todo o contacto com as técnicas deve ser feito preferencialmente por telefone ou email;
- Os dossiers de entradas e saídas serão apenas preenchidos pelos nossos colaboradores;
- Colocação de marcas de distanciamento para a entrega e receção das crianças;
- As atividades extra estão canceladas até indicação contraria de DGS;
- Todos os funcionários usarão equipamentos de proteção recomendados (farda, calçado e mascara cirúrgica);
- Em caso de febre a criança será isolada com um adulto de referência até a chegada do Encarregado de Educação, a sua ingressão na creche só será permitida com a ausência do sintoma por 24horas;
- Internamente foram criados circuitos verdes (limpos) e vermelhos (sujos);
- Medição da febre nas crianças e funcionários;
- Expensão dos vestiários para não existirem aglomerados, passando assim a ser três espaços distintos.



**TENTAREMOS FAZER O MELHOR
PELO MELHOR**

**CASA DO POVO DE VALONGO DO VOUGA
18 DE MAIO DE 2020**