



PLANO DE CONTINGÊNCIA- COVID-19

CERCIMOR

CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS

Montemor- o - Novo

Objetivo do Plano

O presente documento tem por objetivo definir diretrizes de atuação de forma a evitar / minimizar os efeitos de uma possível contaminação da população do Centro de Atividades Ocupacionais de Montemor–o- Novo, que se encontram maioritariamente nas suas Residências de família (28), na Residência da Cercimor (17) e na Residência da Associação 29 de Abril (5), acompanhados pelas suas famílias e/ou cuidadores, uma vez que as actividades de CAO foram suspensas de acordo com o Decreto-Lei 10-A/2020, de 13 de Março.

O presente plano de contingência aplica-se a trabalhadores, clientes de CAO e terceiros que se encontrem em contacto com eles. A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV2, assim como os procedimentos a adotar perante um caso com sintomas desta infeção, devem seguir a informação disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a Norma 006/2020 de 26/02/2020 e Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro.

Toda a informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

QUE É O CORONAVÍRUS?

O Coronavírus pertence a uma família de vírus que causam infeções respiratórias. Alguns coronavírus podem causar síndromes respiratórias mais complicadas, como a Síndrome Respiratória Aguda



Grave que ficou conhecida pela sigla SARS, da síndrome em inglês “SevereAcuteRespiratorySyndrome”. A nova estirpe de coronavírus, foi descoberta em 31/12/19 após casos registados na China, na cidade de Wuhan; até à data, nunca tinha sido identificado em Humanos. Inicialmente designada de 2019-nCov, foi posteriormente titulada pelo CoronaVirus Study Group, como SARS-CoV-2. Rapidamente demonstrou a sua capacidade de transmissão, sendo certa e inevitável a sua propagação global.

Definição de Caso Suspeito

De acordo com a Orientação n.º 006/2020 da DGS, considera-se caso suspeito, o seguinte:

Critérios Clínicos	Critérios Epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	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/COVID19, 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

Transmissão da Infeção

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).



O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgênero. 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 infectada 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 orais, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a implementar pela instituição têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

Medidas Gerais a Implementar

Na elaboração deste Plano de Contingência responde-se às 3 questões que a Norma 006/2020 define como basilares: 1. Quais os efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar na instituição? 2. O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2? 3. O que fazer numa situação em que existe um ou vários trabalhadores suspeitos de infeção. Numa situação de pandemia, grande parte da população deverá ficar isolada e muitos serviços estão a deixar de funcionar; assim, é importante considerar a possibilidade de serviços ou atividades essenciais ou mínimos. É importante determinar quais os serviços mínimos a manter em funcionamento, e as atividades que são dispensáveis e as que são imprescindíveis. Assim como também quais os recursos humanos destacados para esses serviços, assim como as equipas de substituição prontas para entrar ao serviço em caso de necessidade.



Serviços essenciais ou mínimos

São considerados serviços mínimos a alimentação/ medicação e segurança de clientes e terceiros que com eles contactem, através das formas mais seguras e adequadas. A orientação, aconselhamento e apoio psicológico através de teletrabalho (contactos telefónicos e redes sociais), são as metodologias prioritárias, prevendo-se ainda o apoio domiciliário quando estes meios se mostrem ineficazes ou insuficientes.

Aplicação do Plano

Cada um dos monitores tem à sua responsabilidade um grupo de 6 a 7 clientes / familiares com quem contacta telefonicamente, através do WhatsApp ou via skipe (quando possível), de forma regular, diariamente ou duas a três vezes por semana, conforme o perfil e as características do cliente e da respetiva família.

Estes contactos têm como objetivo:

- Sensibilizar para o cumprimento das regras de etiqueta respiratória, assim como das outras medidas de higienização e controlo ambiental;
- prestar apoio e orientações relativamente aos cuidados de higiene, nomeadamente da lavagem correta das mãos, proteção e desinfeção, pessoal e da habitação;
- reforçar o cumprimento do isolamento social que devem ter e manter;
- elucidar ou relembrar as medidas e regras a cumprir quando excecionalmente tenham de sair à rua;
- levantamento de necessidades que possam ter (alimentação, medicação, desinfetantes, materiais de limpeza, luvas descartáveis, entre outros...);

No que concerne às orientações relativas à higiene pessoal e habitacional, nomeadamente cuidados a ter com as roupas que tenham usado na rua e materiais, objectos que tragam para dentro de



casa, elucidar como deve proceder à sua lavagem e desinfeção, reforçar a necessidade de cuidados de higiene de todos os elementos do agregado familiar, cuidados de higiene e limpeza da própria habitação e ainda de todos os cuidados de higiene a ter em conta na preparação dos alimentos, de acordo com as orientações da DGS.

Diariamente é feito o respetivo registo / relatório dos contactos efetuados, o qual é enviado à Diretora Técnica. Esta informação permitirá uma análise diária das situações que poderão estar em risco e que possam necessitar de uma intervenção urgente e específica. No final da semana toda informação é compilada e registada num quadro resumo dos clientes, onde é feita a monitorização de todos os contactos, no qual constam todas as informações recolhidas durante a semana.

É disponibilizado a todas as famílias o número pessoal do telemóvel do monitor que faz o contacto, possibilitando assim que o cliente ou a família contacte a equipa sempre que seja necessário, minimizando a situação de isolamento em que se encontram, bem como a quebra das rotinas, que a muitos transtorna.

Tanto a Diretora Técnica, como as Psicólogas e a Técnica de Serviço Social reforçam também o contacto e apoio aos clientes e famílias semanalmente.

No caso de ser detetada uma situação urgente de risco, a qual careça de uma intervenção específica e urgente, a Diretora Técnica solicitará a intervenção da assistente social, das psicólogas, da terapeuta ocupacional ou da psicomotricista, de acordo com a necessidade em questão, de modo a que se proceda ao apoio/encaminhamentos necessários por forma a suprir ou minimizar as necessidades existentes no momento. Estes apoios serão prestados preferencialmente via telefone ou por vídeo chamada, diretamente com o cliente/família, articulação com entidades da comunidade para apoios específicos (centro de saúde, Santa Casa da Misericórdia - cantina social, junta de freguesia, entre outros...).



Organização e Regularidade dos apoios prestados

colaborador	Nº de Cliente em acompanhamento	Frequência de contactos mínima
Anabela Falcão	8	2 a 3 x semana
Carolina Marques	10	2 a 3 x semana
Carla Alexandra Romão	18	Diariamente
Carla Cristina Rocha	8	2 a 3 x semana
Francisca Catação	2	diariamente
Henrique Pires	6	2 a 3 x semana
José Manuel Brejo	7	2 a 3 x semana
Maria Amália Mira	7	2 a 3 x semana
Maria de Fátima Nunes	7	2 a 3 x semana
Maria de Lurdes Bombico	8	2 a 3 x semana
Paula Satiro	7	2 a 3 x semana
Rosa Maria Arcado	7	2 a 3 x semana

Nota: a regularidade dos apoios pode variar de acordo com a evolução da situação do cliente/ família.

Afetação de Colaboradores e Previsão de Equipas de Substituição

Serviços/Atividades	Colaboradores em serviço	Colaboradores a garantirem a substituição
Diretora Técnica	Anabela Falcão (teletrabalho)	Carolina Marques
Psicólogas	Carla Romão (teletrabalho)	Carla Rocha
	Carla Rocha (teletrabalho)	Carla Romão
Assistente Social	Carolina Marques	*
Psicomotricista	Cátia Martins	*
Monitores	Francisca Catação	*
	Henrique Pires	*
	José Manuel Brejo	*
	Maria Amália Mira	*
	Maria de Fátima Nunes	*
	Maria de Lurdes Bombico	*
	Paula Satiro	*
	Rosa Maria Arcado	*



*Na ausência de um ou mais monitores por motivos de doença ou por substituição dos auxiliares de ação direta do Lar “Construir Sorrisos” da Instituição, os clientes/ famílias que estão sob a sua responsabilidade e que permanecem em casa, deverão ser distribuídos pelos monitores em funções.

Contatos das equipas de substituição ao Abrigo do Decreto lei 10/A-2020

Nome	Telemóvel
Anabela Falcão	929 187 357
Carolina Marques	935 405 889
Carla Rocha	962 582 169
Carla Romão	963 707 332
Francisca Catatão	928 032 728
Henrique Azambujo Pires	964 323 226
José Manuel Brejo	917 051 128
Maria Amália Mira	919 565 637
Maria Fátima Nunes	968 070 371
Maria de Lurdes Bombico	968 457 066
Paula Satiro	916 910 126
Rosa Maria Arcado	966 595 814

Preparação para fazer face a um possível caso de Infeção

Informar que a colocação de um cliente /familiar numa área de isolamento visa impedir que terceiros possam estar expostos e ser infetados, tendo como principal objetivo evitar a propagação da doença.

No caso de necessidade de quarentena ou isolamento de cliente e sendo necessário contenção para proteção do próprio e dos outros elementos da família, será necessário contactar com a Equipa de Psiquiatria do HSE-266899410/266740100, sempre que possível em articulação com o médico de família.

As situações que careçam de intervenção presencial urgente, nomeadamente acompanhamentos e visitas domiciliárias, deverá ser solicitada avaliação de risco às competentes autoridades locais de saúde, conforme as orientações do CDSS.



Neste caso, o colaborador deverá fazer-se acompanhar de todas as medidas de proteção, deslocar-se de forma isolada e limpar todos os pontos com os quais teve contacto, utilizando desinfetante.

Todos os colaboradores, devem cumprir rigorosamente e aconselhar clientes e famílias:

1. Procedimentos básicos para higienização das mãos: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, afixando por exemplo as imagens da Norma da DGS de Higienização das mãos nº007/2019 de 16/10/2019;

2) Secar muito bem as mãos

3) Evitar o contacto das mãos, como olhos, nariz e boca.

4)O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. Mesas, sofás, maçanetas de portas). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

5)Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);

6)Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);

Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na Unidade

A comunicação deve ser rigorosa, rápida e segura.

Caso o suspeito seja um colaborador, este deverá reportar à sua chefia direta, uma situação de suspeita enquadrada no seguinte princípio: Colaborador COM sintomas e COM ligação epidemiológica.

Caso o suspeito seja um cliente deve ser o monitor responsável pelo acompanhamento ao cliente a aconselhar os procedimentos de isolamento, mantendo-se a efetuar uma monitorização diária através de contacto telefónico, facilitando toda a informação e colaborando no encaminhamento para o SNS24 ou Centro de Saúde.



Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24

- **Caso não suspeito; ou,**
- **Caso suspeito, mas não validado;**

Nas duas situações, o colaborador/cliente deverá ser tratado de forma adequada, do ponto de vista clínico, seguindo eventualmente as orientações da Linha Saúde 24 (número telefónico 808 24 24 24) e dos serviços de saúde locais (centro de saúde).

Caso o indivíduo seja um colaborador, deve ser posteriormente, reencaminhado o processo para a Medicina do Trabalho (INTERPREV-967145590), para dar seguimento.

Caso suspeito validado:

1) O colaborador/cliente é informado que deve permanecer em isolamento aguardando orientações do serviço local de saúde (centro de saúde);

Procedimentos Específicos

Procedimento relativo a consultas médicas não urgentes: Evitar sempre que possível o envio de clientes a consultas de especialidade em Centros de Saúde ou Hospitais, quando as mesmas não se afigurem urgentes ou essenciais para a prestação de cuidados ao cliente.

Contatos Úteis

Linha 24 808 24 24 24

Unidade Familiar Alcaides 266898906

Unidade Familiar Foral 266898900

Bombeiros 266899180

GNR 266898050

Farmácia St^a Casa Misericórdia M-o-N 266898410



Departamento de Psiquiatria de Évora 266740100

Autoridade de Saúde Évora (Delegada de Saúde da Região do Alentejo - Filomena Araújo) 266758770

União de Juntas de Freguesia Vila, Bispo e Silveiras, em Montemor - o – Novo 266 070 750

Serviço Municipal de Proteção Civil - 266898100

Conclusão

A informação disponibilizada deverá estar sujeita a atualização constante via site da DGS ou outras formas de comunicação oficiais. Será necessária a estreita articulação entre os serviços clínicos e de segurança da instituição e entidades locais de Saúde, ACEs e Saúde Pública. A divulgação de informação rigorosa e precisa, a vigilância de perto, por parte de cada família/cuidador/colaborador dos casos suspeitos e a correta identificação dos casos de infeção real, permitirão, por certo, o controlo desta nova ameaça. A implementação deste plano visa acautelar e minimizar o impacto da epidemiologia na situação clínica dos clientes e equipa.

Montemor -o-Novo, 26 Março de 2020

A Diretora Técnica

Anabela Falcão