



PLANO DE CONTINGÊNCIA- COVID-19

CERCIMOR

UNIDADE: CENTRO DE RECURSOS LOCAL (CRL)

O presente documento tem por objetivo definir diretrizes de atuação de forma a mitigar os efeitos de uma possível contaminação da população do CENTRO DE RECURSOS LOCAL.

O presente plano de contingência aplica-se a toda a população da Unidade e terceiros que se encontrem afetos á Unidade. 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 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 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).

PERÍODO DE INCUBAÇÃO

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).

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 colaboradores suspeitos de infeção na Unidade?

Numa eventual situação de pandemia, grande parte da população deverá ficar isolada na residência comunicada ao CRL (Registo do Cliente) e muitos serviços poderão deixar de funcionar; assim, é importante considerar a possibilidade de serviços ou atividades essenciais ou mínimos como o acompanhamento telefónico (ou outro alternativo não presencial, redes sociais. Email,..).

A Equipa Técnica irá estabelecer contacto com os diferentes (listagem apresentada no quadro 1 - **contactos de destinatários** – anexo a este documento) clientes 3 vezes por semana de forma a perceber se:

- existe alguma suspeita de contágio,
- se está garantido a alimentação e medicação do cliente,
- se a rede de apoio do cliente se mantém (segundo a informação registada no quadro - **Levantamento de situação do Cliente face ao risco de contágio COVI** – anexo a este documento), sendo um elemento da equipa responsável por um grupo de Clientes (listagem apresentada no quadro 1 - **contactos de destinatários** – anexo a este documento)
- Informar sobre possíveis entidades de apoio disponíveis à comunidade

Existem ainda 3 elementos da Equipa que tem a função de realizar:

- acompanhamento psicológico aos clientes sinalizados pelos colegas da Equipa (Psicólogo);
- acompanhamento social encaminhando para as Redes de Apoio disponíveis na comunidade ao nível da prestação de cuidados médicos (exceto suspeitas de COVID-19), reforço de alimentação e de medicação (Técnica de Serviço Social)
- acompanhamento à Equipa Técnica nos seus procedimentos, informar a Equipa Técnica e Directora Geral da Cercimor de ocorrências apresentadas ou diretrizes



das Entidades financeiras, comunicar aos elementos da Equipa Técnica e à Diretora Geral suspeitas ou confirmações de contágio e acionar o plano de substituição (Diretora Técnica).

Nota importante: O psicólogo deve ser um recurso primordial no apoio a situações identificadas pelo gestor de caso, nomeadamente de stress emocional, desajuste comportamental, e outras suspeitas de instabilidade psicológica.

Todos os contactos realizados entre a Equipa Técnica e os Clientes/ rede de Apoio ao cliente será registado em documento próprio da Unidade (quadro 2 - **Registo de Contactos telefónicos**)

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 o normal funcionamento desses serviços, as equipas de substituição prontas para entrar ao serviço em caso de necessidade.

Afetação de Colaboradores e Previsão de Equipas de Substituição

Serviços/Atividades	Colaboradores em serviço	Colaboradores a garantir a substituição
Diretora Técnica	Joana Bizarro Teletrabalho	Raquel Machado Teletrabalho
Psicólogo	Paulo Soares Teletrabalho	Serviço não realizado Teletrabalho
TSSS/ Gestora IAOQE	Raquel Machado Teletrabalho	Manuela Freixo Teletrabalho



Socióloga/ Gestora AC	Helena Marafonas Teletrabalho	Joana Bizarro Teletrabalho
TAFE/ Gestoras APC	Lourdes Forca Teletrabalho	Paula Oliveira Teletrabalho
	Paula Oliveira Teletrabalho	Lourdes Forca Teletrabalho

Contatos dos Colaboradores e substituição ao Abrigo do Decreto lei 10/A-2020



NOME	FUNÇÃO	CONTACTOS
Joana Santana Curado Nunes Bizarro	Diretora Técnica	964187214 / 266744813 (pessoal) 969783923(trabalho) joanabizarro.cercimor@gmail.com
Paulo Ricardo Costa Miranda Soares	Psicólogo	966844815 paulosoares.cercimor@gmail.com
Maria Manuela Vidigal Freixo	Técnica Serviço Social	966906018 manuelafreixo.cercimor@gmail.com
Raquel Severino Machado	Técnica Serviço Social	266089040/969009395 raquelmachado.cercimor@gmail.com
Helena Cristina De Matos Marafonas	Socióloga	934041332 helenamatos.cercimor@gmail.com
Lourdes Conceição Forca Lopes	TAFE Formadora	928 027 594 Lourdeslopes.cercimor@gmail.com
Maria Paula Leocádio de Oliveira Nunes	TAFE/ Formadora	266 896 410 / 964074358 paulaoliveira.cercimor@gmail.com
Cátia Isabel Clemente Martins	Técnica e Psicomotricidade	969432909 catiamartins.cercimor@gmail.com
Nuno Miguel Freixa	Formador	965584976 nunofreixa.cercimor@gmail.com
Lídia De Jesus Craveiro	Formadora	966860680 lidiacraveiro.cercimor@gmail.com
Tiago José Joaquineto Gurlixa	Formador Tecnológico	968490558 tiagoquerlixa.cercimor@gmail.com
Nina Ivanovna Pirata	Formadora	965131349 ninapirata.cercimor@gmail.com
Isabel Fortunata salsinha Laranjeira Pedras Alvas	Formadora	916670324 isabelalvas.cercimor@gmail.com
Madalena Maria da Silva Safaneta Sousa	Formadora	933745057 madalenasousa.cercimor@gmail.com



Nota: Por decisão/ deliberação não é possível nesta altura os colaboradores beneficiarem de férias

No caso de necessidade de distribuição de alimentos ou medicamentos a Clientes

Caso seja identificada a necessidade de entrega de alimentos ou medicamentos a clientes identificados como não infetados a Equipa será chamada por ordem alfabética, de acordo com o número necessário para garantir o número mínimo de 2 pessoas por turno. Sendo que a cada 15 dias, passará aos elementos seguintes:

NOME	CONTACTOS
Cátia Isabel Clemente Martins	969432909
Helena Cristina Matos Marafonas	934041332
Isabel Fortunata salsinha L. Pedras Alvas	916670324
Lídia De Jesus Craveiro	966860680
Lourdes Conceição Forca Lopes	928 027 594
Madalena Maria da Silva Safaneta Sousa	933745057
Maria Manuela Vidigal Freixo	966906018
Maria Paula Leocádio de Oliveira Nunes	266 896 410 / 964074358
Nina Ivanovna Pirata	965131349
Nuno Miguel Freixa	965584976
Paulo Ricardo Costa Miranda Soares	966844815
Raquel Severino Machado	266089040/969009395
Tiago José Joaquineto Guerlixa	968490558



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 luvas, máscara e desinfetante, transporta-se de forma isolada numa viatura, limpar: volante, puxadores e todo o equipamento da viatura onde manteve o contacto direto e voltar a limpar com vaporizador de álcool, quando abandonar a viatura.

Preparação para fazer face a um possível Caso de Infeção

A colocação de um colaborador/cliente numa área de isolamento visa impedir que outros colaboradores/clientes possam estar expostos e ser infetados, tendo como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na Instituição e na comunidade.

Tendo em conta que os colaboradores estão na residência em teletrabalho e os clientes estão na sua residência, não existe um espaço físico de isolamento.

No caso de um colaborador detetar no seu contacto um possível Cliente infetado terá de o encaminhar para ligar a Linha 24 (808 24 24 24) se este tiver capacidade de realizar e, caso contrário, terá de contactar a pessoa identificada na sua REDE DE APOIO ou ainda ligar a Linha 24 (808 24 24 24) informando a situação e dando a morada que tem registada no REGISTO de CLIENTE (segundo a informação registada no quadro - **Levantamento de situação do Cliente face ao risco de contágio COVI** – anexo a este documento)

Implementação de procedimentos internos específicos

Todos os colaboradores e restantes, devem cumprir rigorosamente:



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. Utilizar uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
3. 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.
4. 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);
5. Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
6. Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os colaboradores e entre estes e os clientes – isolamento social)

Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na Unidade

A comunicação deve ser rigorosa, rápida e segura. No caso de um colaborador detetar no seu contacto um possível Cliente infetado terá de o encaminhar para



ligar a Linha 24 (808 24 24 24) se este tiver capacidade de realizar e, caso contrário, terá de contactar a pessoa identificada na sua REDE DE APOIO ou ainda ligar a Linha 24 (808 24 24 24) informando a situação e dando a morada que tem registada no REGISTO de CLIENTE (listagem apresentada no quadro 1 - **contactos de destinatários** – anexo a este documento).

O colaborador em caso de suspeita de estar contagiado deve reportar à sua chefia direta, uma situação de suspeita enquadrada no seguinte princípio: Colaborador COM sintomas e COM ligação epidemiológica.

Nas situações dos clientes deve ser comunicado à sua chefia e este comunicará à restante Equipa técnica.

Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24

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

Nas três 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);

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

Caso se trate de um cliente, o acompanhamento telefónico deverá aumentar a periodicidade de forma a acompanhar o estado de saúde e até orientar os familiares no pedido de ajuda médica da Linha Saúde 24 (número telefónico 808



24 24 24) ou ajudar a identificar os contactos próximos e transmitir à Unidade de Saúde Pública.

Em caso de doença crónica em que o cliente tem medicação específica terá de informar, se for Colaborador a contactar o apoio médico.

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 Montemor-o-Novo **266898410**

Departamento de Psiquiatria de Évora **266740100**

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



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, 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, 16 Março de 2020

O Conselho de Administração da Cercimor