

# Plano de Contingência COVID-19



Centro Social e Paroquial de Sanfins  
de Ferreira

## Plano de Contingência Interno - CSPSF

O Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira elaborou um plano de contingência que permite confrontar de forma distinta as consequências relacionadas com o COVID-19, em articulação com os colaboradores, utentes e respetivas famílias.

Atendendo ao fato de os nossos utentes séniores estarem no topo do índice dos grupos de risco, este plano de contingência tem por objetivo maior, permitir que a instituição mantenha o seu funcionamento habitual em função do bem-estar de todos os utentes e colaboradores.

Desta forma, este plano de contingência consiste na elaboração de um conjunto de estratégias de prevenção e medidas de acção de forma articulado, em cada fase de possível pandemia.

As medidas necessárias e a responsabilidade de cada indivíduo deve ser ajustada em função das diferentes circunstâncias da epidemia, a fim de assegurar que todos saibam actuar perante as situações de crise.

## **O que é o Corona Vírus - COVID-19**

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-COV-2), que pode causar injeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan. Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infecções nas pessoas e normalmente estas infecções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

### **Principais sintomas**

Na maioria dos casos a sintomatologia principal é a semelhança com uma gripe sazonal, como tosse, febre e dificuldade respiratória. Em casos mais graves, pode suceder-se uma pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e em casos extremos a morte.

Assim sendo, esta infecção pode causar sintomas mais graves nas pessoas com um sistema imunitário mais fragilizado, como as pessoas idosos ou com algum tipo de doença crónica.

### **Formas de contágio**

As principais formas de contágio podem ser dividida em dois grupo, directas e indirectas.

De forma direta o contágio pode ser pelo ar, nas gotículas expelidas quando se espirra, como a tosse.

De forma indirecta, a transmissão é feita através de objectos contaminados por pessoas infectadas, como por exemplo maçanetas das portas, o telemóvel ou o comando da televisão.

## **Tempo de incubação e formas de manifestação**

O período de incubação, entre a exposição e o aparecimento de sintomas, esta previsto que seja entre 2 a 14 dias.

## **Medidas de prevenção e controlo**

Actualmente ainda não existe uma vacina contra o SARS-CoV-2, assim, o tratamento é dirigido aos sintomas e sinais apresentados pelo doente.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, as medidas de prevenção passam por evitar o contato próximo com doentes com infecções respiratórias, lavar de forma frequente as mãos com água e sabão, especialmente após o contato directo com pessoas doentes, adoptar medidas de etiqueta respiratória como tapar sempre o nariz e boca quando tossir com um lenço de papel ou com o braço e deitar o lenço de papel no lixo.

O vírus é transmitido de pessoa para pessoa, através de gotículas que podem ser inaladas e depositarem-se em superfícies ou objetos que tocamos.

Assim, ainda como medidas de prevenção temos o distanciamento entre indivíduos, higienização ambiental e automonitorização de sintomas.

## **Procedimentos num Caso Suspeito**

Qualquer colaborador ou utente com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que suspeite de alguma situação dentro do Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira, deve informar a chefia direta e dirigir-se para o local de "isolamento" definido neste plano de contingência.

Já na área de isolamento, deve ser contactado o Serviço Nacional de Saúde (808 24 24 24) e seguir as orientações dos profissionais de saúde.

## **Procedimentos num Caso Suspeito Validado**

O colaborador ou utente deve permanecer na área estipulada para "Isolamento" até à chegada do INEM, que é activada pela DGS, de forma a assegurar o transporte para o hospital de referência.

O acesso à área de "isolamento" fica interdito.

Se o caso suspeito validado for confirmado, a área de isolamento, bem como toda a instituição, deve ser limpa e desinfetada pela autoridade de saúde local, sendo esta ativada com autorização da mesma.

## **Procedimentos de Vigilância de contatos próximos**

É considerado um caso próximo, um colaborador ou utente que não apresente sintomas no momento, mas que teve contato com um caso positivo de COVID-19.

## **Sala de Isolamento**

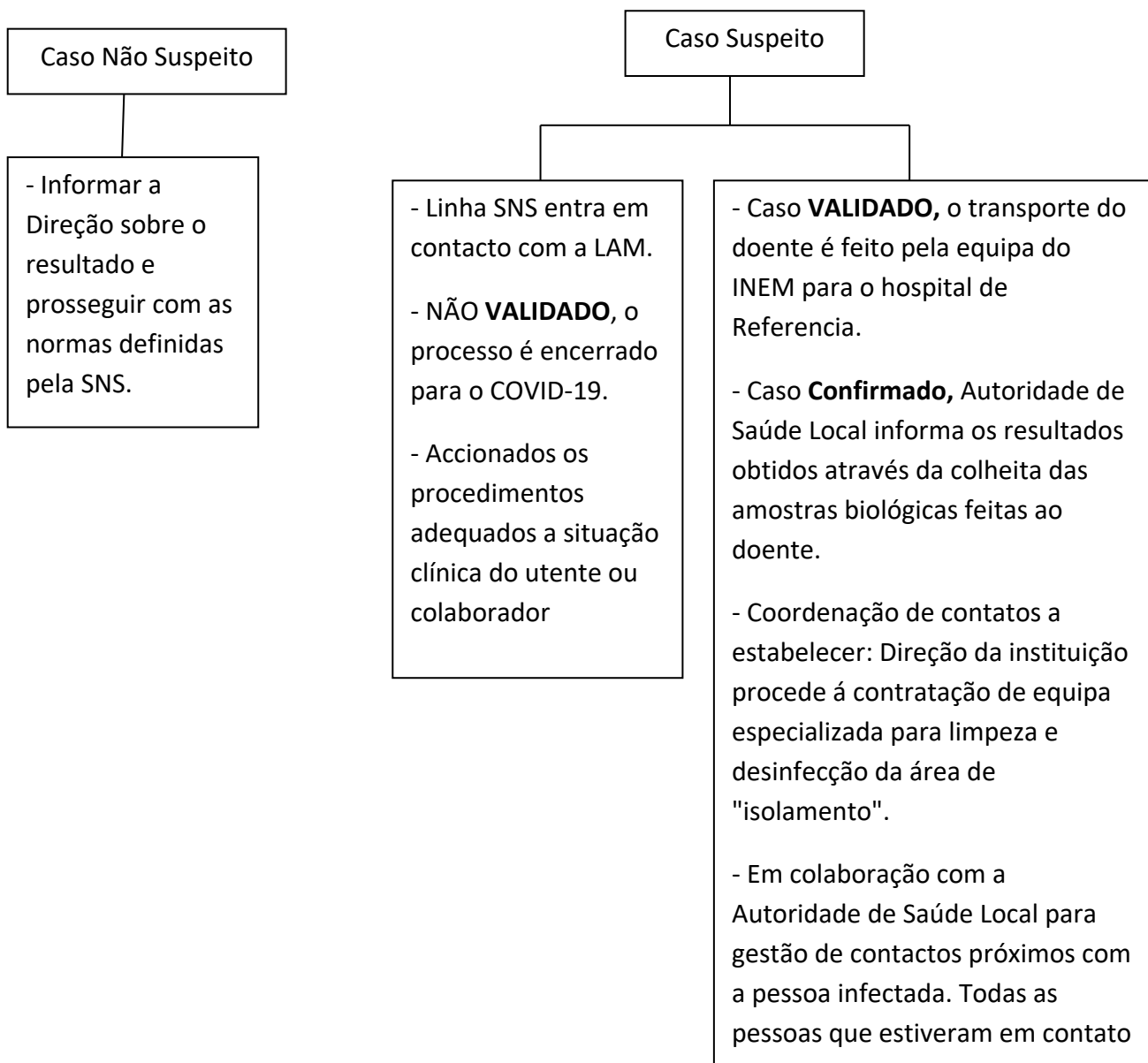
O Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira, no que diz respeito à valência de Centro de Dia e Centro de Convívio, dispõe de duas salas de isolamento, uma para cada valência em diferentes pisos do edifício.

Ambas as salas de isolamento estão devidamente identificadas e equipadas segundo as normas da DGS. Contém um telefone, cadeira/sofá, alimentos não perecíveis e contentor de resíduos. Tem também solução anticéptica de base alcoólica, toalhetes de papel, luvas descartáveis, termómetro e máscaras com acesso a instalações sanitárias.

## Plano de caso suspeito com sintomas (Colaboradores/utentes)

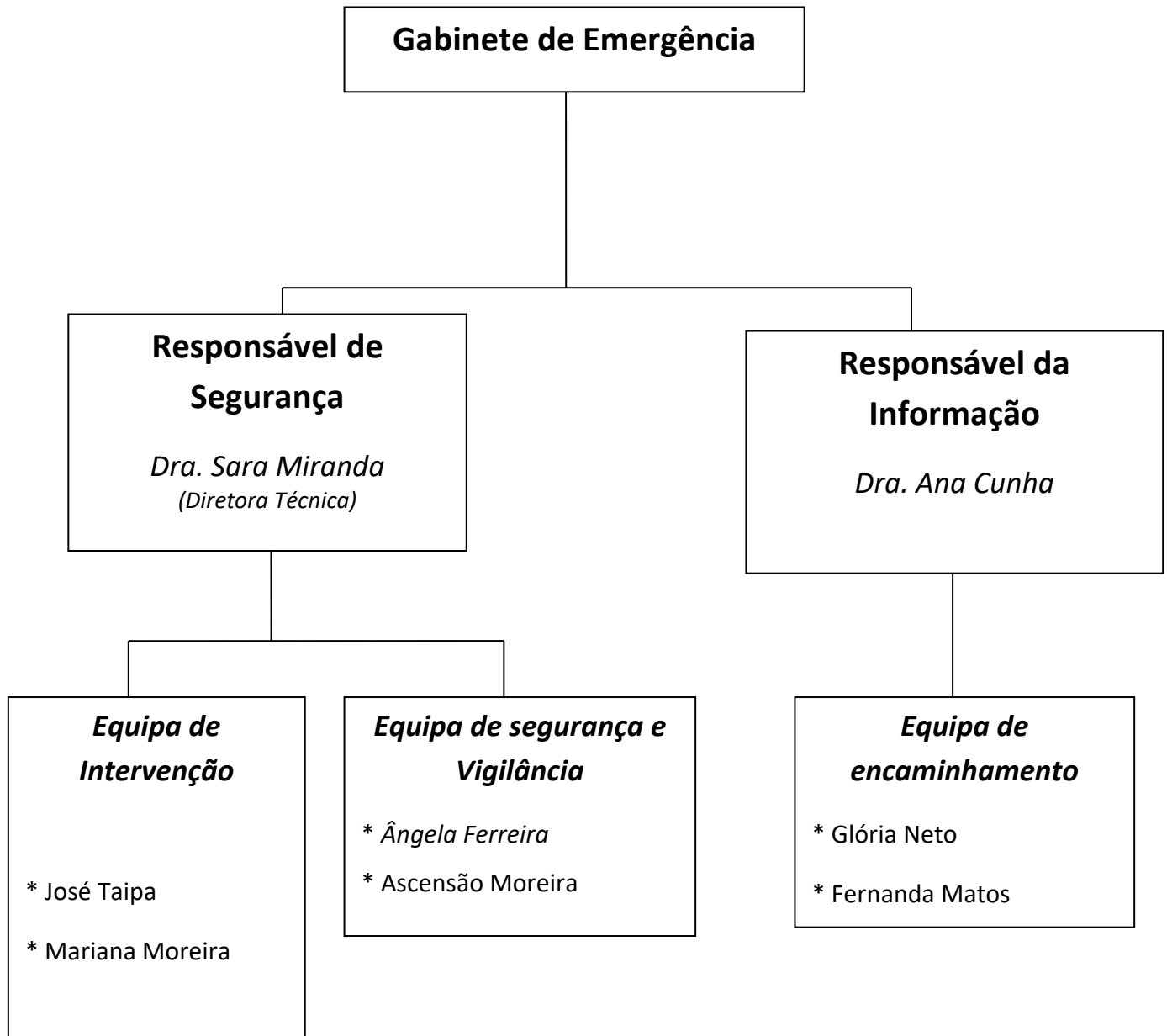
### *Utente/ colaborador com sintomas*

1. Informar a chefia Direta da situação e encaminhar o indivíduo para a área de isolamento. É também contactada a Direção da instituição a fim de assegurar o tratamento médico para o utente ou colaborado em questão.
2. Entrar em contato com a SNS (800 24 24 24).



# Plano de Emergência

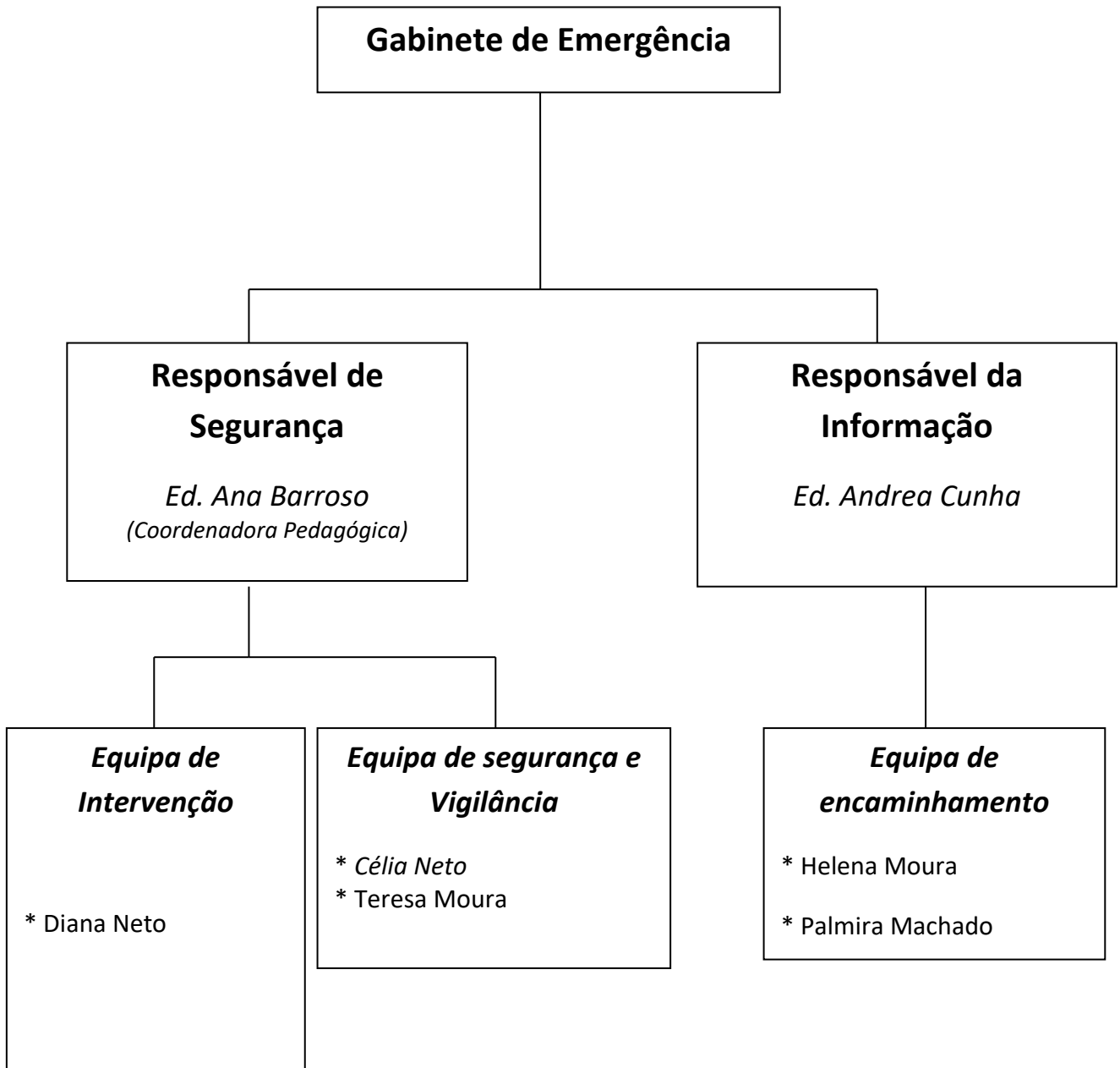
(Piso 1 e Piso 2)





# Plano de Emergência

(Piso 0 - Creche)



**Zona de Isolamento** - Para zona de isolamento, no primeiro piso do edifício, foi dignado o gabinete médico e, no segundo piso a sala de catequese número 3.

**Gabinete de Emergência** -Definir estratégia organizacionais de atuação e definir Medidas Internas em articulação com os serviços de Saúde Pública, com a Direção da Instituição e equipas de Intervenção, Segurança e Vigilância e Encaminhamento.

**Responsável de Segurança** -Identificação de possíveis casos e comunicação com a Equipa de Intervenção e Equipa de Segurança e Vigilância. Coordenação das medidas de prevenção na instituição.

**Responsável de Informação** - Informação do Histórico Clínico do colaborador ou utente em permanente articulação com as famílias e com o responsável do gabinete de emergência, e com a equipa de encaminhamento.

**Equipa de Intervenção** -Coordenação das medidas de carácter operacional relativas ao processo da triagem e acompanhamento interno da situação envolvente. Apoio na Sala de Isolamento e articulação com a equipa de Segurança e Vigilância.

**Equipa de Segurança e Vigilância** - Coordenação de medidas de segurança, Limpeza e desinfeção da área de isolamento e dos restantes espaços e equipamentos, sujeitos a avaliação pela Autoridade de Saúde Local.

**Equipa de Encaminhamento** - Articulação com o responsável de Informação, comunicação com responsáveis pelos utentes ou colaboradores em casos suspeitos.

### **Estratégias de Comunicação**

Para assegurar a comunicação entre colaboradores da instituição, utentes, famílias e entidades responsáveis, foram criadas estratégias de comunicação para o caso de existir algum caso suspeito.

Foram atualizados todos os contatos de familiares e responsáveis de utentes e colaboradores afetos á instituição.

Primeiramente, a instituição estabelece contato com o Serviço Nacional de Saúde (SNS – 808 24 24 24) e posteriormente com a Linha de Apoio Médico.

De seguida são contactados, as pessoas responsáveis pelos utentes e as famílias dos colaboradores através do contato telefónico.

São ainda contadas as autoridades locais e o delegado de saúde local, a Dra. Nazaré Neves (255 872 901).

## **Plano de Atuação**

Caso se verifique a existência de um caso confirmado de COVID-19 na Instituição, todas as atividades desenvolvidas pela mesma serão interrompidas.

Em caso de infecção é accionado o plano de substituições em vigor (Plano de Férias) ou a instituição recorrerá á bolsa de recrutamento ou aos serviços de IEFP, para substituição de colaboradores.

Para segurança e Saúde de todos os envolventes com a Instituição, esta poderá ser encerrada temporariamente, em caso de recomendação da autoridade de saúde pública, da existência de um caso confirmado de COVID-19 na Instituição ou outro motivo de força maior.

# Valência Creche

(Piso 0)

A creche do Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira reorganizou todo o seu espaço, funcionamento e a preparou os seus profissionais, de modo a respeitar as diretrizes da Direção Geral da Saúde (DGS), no sentido de acautelar a segurança e proteção de todos os seus utentes e familiares, bem como de todos os seus profissionais.

Devido às características destas respostas sociais e à maior dificuldade em aderir a medidas preventivas por parte das crianças desta faixa etária, pelo que devem ser devidamente implementadas medidas de prevenção e controlo de infeção, e o respeito por todas as medidas e regras de funcionamento a comunidade escolar na tentativa de diminuir a transmissão de SARS-CoV-2.

## Medidas Gerais de Prevenção de COVID-19

1. O acesso ao espaço da creche está limitado aos utentes e profissionais. Os pais e encarregados de educação deverão esperar no exterior da creche pela receção e entrega da criança.
2. A criança não deve permanecer na creche por um período superior ao estritamente necessário. Cada família deve ajustar o período de permanência de cada criança, de maneira a reduzir ao máximo o tempo de permanência na creche.

3. Todo o espaço deve ser higienizado de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS, incluindo brinquedos, puxadores, corrimãos, botões e acessórios em instalações sanitárias, teclados de computador, mesas, etc. A higienização deve ser especialmente rigorosa nas superfícies que estão à altura das crianças.
4. Os espaços definidos para os grupos devem ser usados de forma a evitar o contacto entre pessoas de grupos diferentes. Esta medida não se aplica às salas de refeições, no momento de acolhimento e prolongamento.
5. Dadas as características físicas das instalações, a circulação dos utentes nos corredores é feita com a supervisão do adulto para garantir que os grupos não se cruzam.
6. Será maximizado o distanciamento físico entre as crianças quando estão em mesas, berços e/ou espreguiçadeiras. Os catres e berços mantêm a posição de cabeça e pés alternados.
7. A sala de dormitório é ventilada e arejada todos os dias depois da sua utilização até ao dia seguinte, através da abertura das portas.
8. Assegurar, sempre que possível, que cada criança tem material individual necessário para cada atividade;
9. Os brinquedos devem ser lavados regularmente, privilegiando aqueles que são mais facilmente higienizados.
10. Os brinquedos que não puderem ser lavados, devem ser removidos da sala, assim como todos os acessórios não essenciais para as atividades lúdico-pedagógicas;
11. Sempre que possível, as atividades propostas deverão ser individuais e/ou em pequeno grupo.

- 12.As crianças deverão higienizar as mãos de forma regular, principalmente, antes e depois das refeições e da higiene pessoal.
- 13.Sempre que possível, manter as janelas e/ou portas das salas abertas, de modo a permitir uma melhor ventilação dos espaços, não comprometendo a segurança das crianças e o seu bem-estar.
14. Durante o período de refeições, as crianças terão os lugares marcados, estando afastadas o máximo de distância possível. Os grupos 1 e 2 entram e saem do refeitório de forma desfasada. O berçário realiza todas as refeições em sala, realizando-se a desinfecção das cadeiras de refeição antes e após de cada utilização.
- 15.No momento da muda da fralda, o cuidador terá que higienizar as suas mãos e da criança, antes e depois de cada troca, bem como a higienização do fraldário antes e depois da cada utilização.
- 16.Todos os funcionários devem usar máscara cirúrgica de forma adequada, bem como uso de farda completa e calçado exclusivo.
- 17.Em caso de ausência de algum funcionário será ativado o plano de substituição de férias.
- 18.Os funcionários deverão entrar pela porta da creche, com a máscara de proteção devidamente colocada, desinfetar o calçado e higienizar as mãos. A saída da creche é feita pelo portão para evitar o cruzamento com os utentes e familiares.

## Normas para os utentes e familiares

- Crianças que apresentem febre (temp. superior a 38º) e/ou outros sintomas associados ao COVID-19 não serão admitidas na creche. Sendo necessário para o seu regresso, um atestado médico a garantir que pode permanecer na creche e não tem doenças infecto-contagiosas.
- É dever do encarregado de educação assegurar estar contactável no período em que a criança permanece na creche, e no caso de ser contactado, deve deslocar-se de imediato para ir buscar a criança, ou autorizar alguém para esse efeito.
- Entrega e receção de cada criança à porta da creche é feita 1 de cada vez, os restantes devem aguardar a distância de 2 metros.
- É obrigatório o uso máscara pelos adultos, no momento de entrega e receção da criança.
- Na chegada à creche, devem ser retirados os sapatos da criança e guardados no móvel para o efeito. O encarregado de educação deve levar todos os pertences da criança não necessários para a creche como brinquedos, chupetas, mochilas, etc.
- Cada criança deve ter um par de sapatos para uso exclusivo na creche, devidamente identificados e higienizados.
- **A criança deve trazer num saco plástico 3 mudas de roupa completas para ficar na escola, devidamente identificados.**
- As crianças não podem usar em algum momento máscaras de proteção
- **Não será permitida a frequência de crianças depois das 18:30h**, para uma desinfeção adequada de todos os espaços da creche.
- **Não são permitidos trazer brinquedos, mochilas, chupetas ou outros objetos pessoais de casa para a creche;**



- Não são permitidas a entrada de cadeiras-auto ou de transporte de bebé;
- Devem informar a creche sempre que a criança ou alguém com quem a mesma tenha estado em contacto recente apresente sintomas sugestivos de COVID-19;
- **Será medido a temperatura da criança na entrada da creche.**
- **Não serão administrados medicações na creche**, com exceção para paracetamol (Ben-u-ron) em SOS e medicações com prescrição/relatório médico e cópia da receita médica onde deve constar toda a informação de administração. Sempre que as medicações sejam de toma superior a 12 horas as mesmas devem ser administradas em casa.
- Estão cancelados todos os espetáculos, as festas as reuniões de pais presenciais, passeios e idas à praia, bem como as formações parentais ou atividade extracurricular.
- Para a celebração dos aniversários das crianças, não é permitido a entrada de bolos externos à creche, lembranças e outros elementos comemorativos. Os encarregados podem solicitar o serviço do bolo de aniversário confeccionado na instituição (serviço pago e sob encomenda prévia na secretaria).
- Todos os encarregados de educação serão informados em caso de existência de um caso COVID-19 confirmado na instituição.
- Os registos de entrada e saída da criança serão feitos pelos colaboradores, a transmissão de informação será feita oralmente ou por meios eletrónicos,
- As cadernetas não serão utilizadas no período de pandemia COVID-19.

- Os meios de comunicação entre educadora responsável e encarregado de educação deverão ser realizados por meios eletrónicos.
- **O incumprimento ou desrespeito das regras acima enunciadas pode impedir a entrada da criança na creche.**

### **Modo de Atuação Perante um Caso Suspeito**

1. Perante a identificação de um caso suspeito, este deve ser encaminhado para a área de isolamento, sala de gabinete técnico da creche. Proceder às ações descritas no Plano de Contingência.

2. Os encarregados de educação do caso suspeito devem ser de imediato contactados para levar a criança e aconselhados a contactar o SNS 24 (808 24 24 24), o que também poderá ser feito na própria creche.

4. A Autoridade de Saúde Local deve ser imediatamente informada do caso suspeito, bem como dos seus contactos, de forma a facilitar a aplicação de medidas de Saúde Pública aos contactos próximos. Para o efeito os estabelecimentos devem manter atualizados os contactos das Autoridades de Saúde territorialmente competentes.

5. Deve reforçar-se a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento, nos termos da Orientação 014/2020 da DGS.

# Normas de Funcionamento

## Centro de Dia e Centro de

### Convívio

Na impossibilidade de existir cruzamento entre utentes de valências distintas, foram criados espaços em separado para cada resposta social.

#### ***Centro de Dia***

A valência Centro de Dia será desenvolvida no primeiro piso do edifício.

À entrada do edifício, será delimitada a zona limpa e a zona suja. A quando da entrada dos utentes no edifício, será feita a troca de calçado proveniente do exterior (colocado na zona suja) e passam a utilizar um par de calçado de uso exclusivo para o interior do edifício (zona limpa).

Estes utentes passarão a entrar pela porta do lado direito, onde são desinfetadas, bengalas e cadeiras de rodas, andarilhos, muletas, etc.

No primeiro piso:

- Este piso será afeto unicamente aos utentes de Centro de Dia;
- Na sala, os cadeirões terão entre si o espaço de 1,5 m de forma a garantir o distanciamento estipulado pela DGS.

- O complemento da noite passará a ser acondicionado em material descartável devidamente identificado.
- Este piso possui casas de banho e refeitório de acesso exclusivo aos utentes da valência Centro de Dia.
- Os transportes serão efectuados em função de cada resposta social, utilizando sempre o mesmo veículo.
- A sala de isolamento encontra-se no gabinete médico, devidamente assinalada e equipada.

### ***Centro de Convívio***

A valência Centro de Convívio será desenvolvida no segundo piso do edifício, onde os utentes têm acesso ao piso através da plataforma elevatória.

À entrada do edifício, será delimitada a zona limpa e a zona suja. A quando da entrada dos utentes no edifício, será feita a troca de calçado proveniente do exterior (colocado na zona suja) e passam a utilizar um par de calçado de uso exclusivo para o interior do edifício (zona limpa).

Estes utentes passarão a entrar pela porta do lado esquerdo, onde serão desinfetadas, bengalas e cadeiras de rodas, andarilhos, muletas, etc.

Neste piso não será possível realizar os serviços de banho a utentes, uma vez que não dispomos de casa de banho com chuveiro que o torne possível.

No segundo piso:

- A sala de convívio será afeta a dois espaços, a sala de atividade e a sala posterior, onde serão também servidas as refeições.
- As casas de banho serão de uso exclusivo dos utentes de centro de convívio.
- A sala de isolamento será a sala de catequese número 3, devidamente assinalada e equipada.

Todos os utentes e colaboradores serão informados sobre os cuidados e condições para o funcionamento de cada resposta social.

Ambos os pisos possuem circuitos de circulação, demarcados com sinalética de forma a um maior entendimento por parte de todos.

Todas as divisões correspondentes á utilização do edifício, possuem um plano de higienização criteriosa, seguindo as orientações da DGS.

As atividades relacionadas com a animação serão desenvolvidas, preferencialmente, em grupos pequenos ou de forma individual. Na utilização do material, será dada preferência ao material de fácil higienização.

## **Transporte de Utentes**

Em função das normas estabelecidas pela DGS, só podem ser transportados 4 pessoas, fora o condutor, em simultâneo nas carrinhas da instituição.

Assim, sempre que possível, será privilegiado o transporte individual do utente. Caso não se verifique esta possibilidade, este será afetado pela

instituição de acordo com as orientações estabelecidas pela entidade competente.

De forma a não existir um cruzamento entre os dois grupos de utentes, os transportes iram ser feitos em função de cada grupo. Em vista disso, uma carrinha faz o transporte do Centro de Dia e outra carrinha o transporte do Centro de Convívio e assim será no transporte da manhã e no transporte do final do dia, sendo que a carrinha utilizada por cada grupo será sempre a mesma. Após o transporte de que cada grupo, será higienizado o veículo em questão.

Será obrigatório o uso de máscara durante o transporte, salvo exceções, e será medida a temperatura de cada utentes á entrada da viatura.

Consequência desta medidas, o transporte do final do dia terá de ser iniciado mais cedo que o horário habitual (17h).

## **Refeições**

As refeições de Centro de Dia serão servidas no refeitório da instituição, sendo mantido o distanciamento de 1,5m entre os utentes. Não haverá a partilha de nenhum tipo de material ou alimentos durante as refeições.

As refeições do Centro de Convívio serão realizadas no segundo piso da instituição, sendo criadas todas as condições necessárias para o efeito.

## **Colaboradores da Instituição - Partilha de espaços**

Todos os colaboradores serão informados, por escrito, de todas as normas e estratégias de prevenção de combate á pandemia COVID-19.

Será distribuído por todos os colaboradores equipamento individual de proteção. Os colaboradores fardam e desfardam dentro da instituição, sendo que o tratamento das respetivas fardas será efetuado na lavandaria da instituição, segundo as normas estabelecidas pela DGS.

O número de colaboradores afetos a Centro de dia, Centro de Convívio e Serviço de Apoio Domiciliário é oito no total. Para todos estes colaboradores, a nossa instituição dispõem de um vestiário, de duas casas de banho e de um refeitório, comuns a todos os colaboradores destas valências.

Atendendo á estrutura do edifício que acolhe o Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira, não existe diferente distribuição de instalações sanitárias, vestiários e refeitório para colaboradores. Por este motivo, não é possível garantir, de forma íntegra e concreta as medidas exigidas para a reabertura, sem cruzamento e partilha entre colaboradores de diferentes respostas sociais.

### **Serviço de Lavandaria**

O Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira dispõe de serviço de lavandaria, situado no piso 0 do edifício, para utentes de Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia. Nesta lavandaria é também feito o tratamento de roupas inerentes ao funcionamento da valência Creche.

## Plano de higienização

De acordo com as normas da DGS, foram criados planos de limpeza e higienização para casa espaço do Centro Social e Paroquial de Sanfins de Ferreira.

Foram ainda tomadas as seguintes medidas:

- Colocação de dispositivos de parede com desinfetantes em cada entrada, refeitório, sala de Centro de Dia e Sala de Centro de Convívio.
- Colocação de solução alcoólica em cada gabinete, nas salas de isolamento e na cozinha.
- Colocação de sabonete líquido e toalhetes absorventes em todas as casas de banho.
- Limpeza constante de mesas, maçanetas, corrimões e viaturas.
- Sempre que possível, as portas e janelas deverão ser mantidas abertas de forma arejar os espaços e a evitar o contato com os puxadores.
- Todos os produtos e utensílios usados pelos utentes serão de uso exclusivo dos mesmos.
- Deverá existir uma garrafa de água, devidamente identificada para cada utente.
- Os fornecedores afetos á instituição passam a fazer as cargas e descargas dos materiais na zona do cais. Sendo que esta será a zona de acesso dos mesmos.



Sanfins de Ferreira, 15 de Setembro de 2020

---