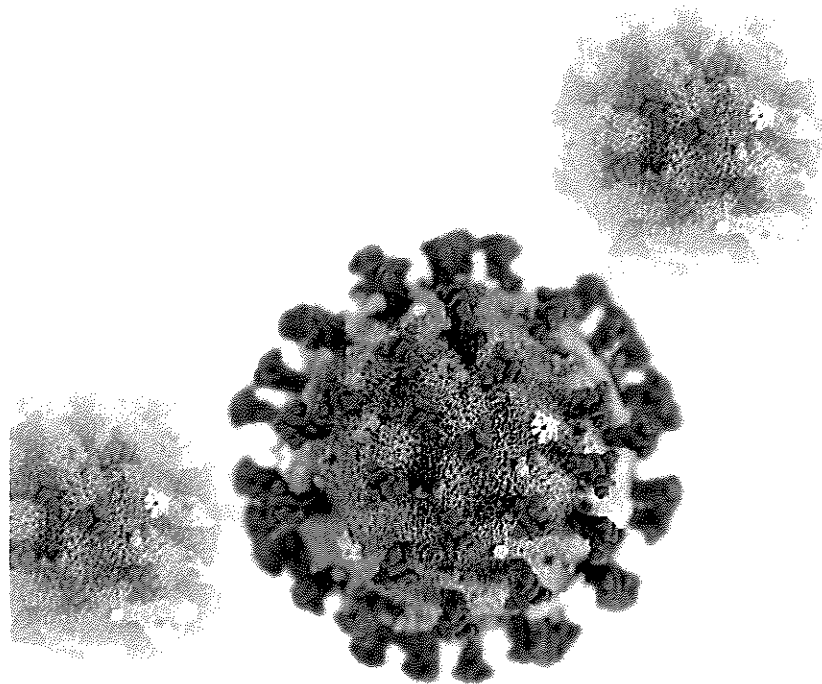




PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID 19 (CORONAVIRUS)

LAR RESIDENCIAL

(Vivendas e Apartamentos)

Data de Elaboração: 28/03/2020

Data de Revisão: 10/03/2021

Edição: 3

**Associação Para a Educação
de Crianças Inadaptadas**

Rua António Augusto Cabral, n.º13

2560-307 Torres Vedras

Telefone: 261 335 700





CONTACTOS

Núcleo Operacional de Contingência

Margarida Leitão	☎ 912 966 994
Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Florêncio da Conceição	☎ 965 235 651
Susana Calhela	☎ 919 883 357
Miguel Ângelo Vital	☎ 967 176 742

Entidades Nacionais Saúde e Autoridades

Saúde 24	☎ 808 24 24 24
Centro de Saúde	☎ 261 336 350
Hospital Torres Vedras	☎ 261 319 300
Proteção Civil	☎ 261 320 752
Bombeiros Voluntários	☎ 261 322 122



ÍNDICE

ÍNDICE	3
1. INTRODUÇÃO	6
2. OBJETIVO	6
3. ÂMBITO	6
4. ENQUADRAMENTO DO CORONAVÍRUS - SARS-CoV-2 [COVID-19]	7
4.1. Origem	7
4.2. Características	7
4.3. Transmissão	8
5. Critérios de identificação do caso	8
5.1. Caso suspeito	8
5.2. Caso provável	9
5.3. Caso confirmado	9
6. FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO	9
7. PLANO DE CONTINGÊNCIA	10
7.1. Operacionalização	10
7.2. Coordenação Operacionalização	10
7.2.1. Competências da Coordenação	11
7.2.2. Competências do Diretor Técnico	11
7.2.3. Competências do Responsável Comunicação	12
7.3. Identificação de Atividades Prioritárias	13
8. MEDIDAS DE HIGIENE, AMBIENTE E CUIDADOS AO UTENTE	14
8.1. Instalações e equipamentos	14
8.2. Colaboradores	15
8.3. Cuidados ao Utente	16
9. GESTÃO RECURSOS HUMANOS	17
10. QUARTO DE ISOLAMENTO E DISTANCIAMENTO SOCIAL	18
11. PROCEDIMENTOS OPERACIONAIS DE UTENTES/RH EM SITUAÇÃO COVID-19	19
11.1. Utentes do Lar que Regressem da Família	19
11.2. Utentes do Lar que Regressem de Internamento hospitalar	20
11.3. Procedimentos a adotar nas situações de utentes m quarentena	20
11.4. Emergência: Caso suspeito	21
11.5. Realização de teste laboratorial para SARS Cov-2 na Instituição	22
11.6. Procedimentos perante um CASO CONFIRMADO na Instituição	22
11.7. Utente infetado com COVID19	22
11.8. Admissão de novos utentes	23
11.9. Óbito na Instituição	24
12. DIAGNÓSTICO E ORIENTAÇÃO (CONTACTOS)	24

9

13. IDENTIFICAÇÃO DE MEDIDAS DE MANUTENÇÃO EM SITUAÇÃO DE CRISE	25
14. REAVALIAÇÃO DO PLANO	26
15. AVALIAÇÃO PÓS-PANDEMIA	26
CONCLUSÃO.....	26
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	28
GLOSSÁRIO	29



Siglas

AEO – Área de Educação e Ocupação

CAO – Centro Atividades Ocupacionais

CMTV – Câmara Municipal de Torres Vedras

DGS – Direção Geral de Saúde

DT – Diretor Técnico

EPI – Equipamento de Proteção Individual

ISS – Instituto da Segurança Social

OMS – Organização Mundial de Saúde

RH – Recursos Humanos

1. Introdução

Considerando o reconhecimento por parte da Organização Mundial de Saúde (OMS) e da Direção Geral de Saúde (DGS) dos riscos existentes com a transmissão do denominado COVID-19, deu origem à estruturação de um Plano de Contingência Nacional destinado a prevenir, conter e controlar os efeitos associados a esta doença.

Assim, no âmbito deste plano foi recomendada, por parte da DGS, informações e orientações técnicas que possibilitem o planeamento e implementação de um conjunto de procedimentos destinados a proteger a saúde da população e no caso particular da APECI, os utentes, colaboradores e suas famílias.

Neste sentido, no seguimento das orientações da DGS, considera-se de extrema importância desenvolver um Plano de Contingência para responder a um possível cenário de contágio pelo Coronavírus SARS-CoV-2 [COVID-19], no Lar Residencial, procedendo à avaliação do impacto deste cenário no mesmo e da necessidade de prevenção e controlo da infeção, criando os procedimentos adequados de acordo com as normas da OMS e DGS.

2. Objetivo

O presente Plano estabelece a estratégia e define os procedimentos e as medidas de atuação de forma a mitigar os efeitos de uma possível contaminação, assegurando as condições de segurança e de saúde dos utentes, colaboradores e famílias da resposta Lar Residencial, numa perspetiva de prevenção e ainda garantir a sua operacionalidade e funcionalidade provocada por uma pandemia associada ao Coronavírus SARS-CoV-2 [COVID-19].

Considerando o seu dinamismo e sempre que surjam novas orientações emanadas pela DGS ou outras entidades este plano será objeto de atualização e revisão.

3. Âmbito

O presente plano de contingência aplica-se a todos os que frequentam e se encontram nas instalações da resposta Lar residencial.

A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2 [COVID-19], assim como os procedimentos a adotar perante um utente, colaborador e família, que apresentem sintomas desta infeção, devem seguir a informação



disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a Nº 006/2020 de 26/02/2020, Decreto-Lei n.º 135/2013 de 4 de Outubro e a Norma 004/2020 de 23/03/2020, atualizada a 25/04/2020.

4. Enquadramento do Coronavírus - SARS-CoV-2 [COVID-19]

4.1. Origem

A 31 de dezembro de 2019, Organização Mundial de Saúde (OMS), foi informada de casos pneumonia atípica de etiologia desconhecida em trabalhadores e frequentadores do mercado de peixe, mariscos e aves na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. Na sequência desta informação e de estudos de investigação à causa da doença foi identificado um novo coronavírus, a 7 de janeiro de 2020, que foi denominado COVID-19, como agente causador da doença.

A 20 de janeiro foi confirmada a transmissão pessoa-a-pessoa. Continuam em investigação vários aspetos da cadeia epidemiológica, a história natural da doença e as estratégias terapêuticas e preventivas que permitam o controlo eficaz desta epidemia.

Perante a evolução do número de casos na China, a 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou "Situação de emergência de Saúde Pública de âmbito internacional", ao abrigo do Regulamento Sanitário Internacional.

A 12 de fevereiro a OMS denominou oficialmente a doença de COVID-19, tendo o Comité Internacional de Taxonomia Viral designou um nome oficial para o vírus: doença respiratória aguda por coronavírus-2 (SARS-CoV-2).

A 11 de março de 2020 a OMS declara o surto de coronavírus uma pandemia global.

4.2. Características

As infeções por coronavírus geralmente causam doenças respiratórias leves a moderadas, semelhantes a um resfriado comum, podendo evoluir para quadros mais complicados e óbito no caso dos indivíduos mais suscetíveis. Alguns coronavírus podem causar síndromes respiratórias mais complicados em termos de saúde pública, como a "*Severe Acute Respiratory Syndrome*".



4.3. Transmissão

Até a este momento, a epidemia apresentou transmissão intensa e disseminada na China, seguida de transmissão ativa em vários países do mundo, com casos importados.

No campo de ação deste vírus extremamente contagioso, dissemina-se:

- Através de gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto próximo (com as mucosas da boca, nariz ou olhos através de mão contaminada);
- Pelo contato direto com secreções infecciosas e por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron);
- Através de superfícies e objetos contaminadas.

De acordo com as autoridades de saúde, acredita-se que o período de incubação pode atingir os 14 dias após a exposição ao vírus. Sabe-se hoje que um indivíduo infetado é transmissor do vírus desde 2 dias antes do início de sintomas.

5. Critérios de identificação do caso

5.1. Caso suspeito

De acordo com a Orientação n.º 006/2020 da DGS, de 26/02/2020 considera-se caso suspeito, o seguinte:

Critérios clínicos		Critérios epidemiológicos	
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E	• 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/COVID-19, 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	

A 23 de março de 2020 e atualizada a 14 de outubro de 2020, a DGS informa na Norma 004/2020 que para casos suspeitos, associado a um quadro clínico sugestivo de infeção respiratória aguda, deverá ter-se em conta pelo menos um dos seguintes sintomas:



- Tosse de novo ou agravamento do padrão habitual, ou
- Associada a cefaleias (dor de cabeça), ou
- Mialgias, ou
- Febre (temperatura maior ou igual a 38 graus) sem outra causa atribuível, ou
- Dispneia/dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível,
- Anosmia (perda olfato), ageusia (falta de paladar) ou disgeusia (distorção do paladar) de início súbito.

devem ligar para a linha de Saúde 24 - **808 24 24 24** ou de forma complementar para outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito.

5.2. Caso provável

Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus.

E

Sem evidência laboratorial de outros agentes microbiológicos.

5.3. Caso confirmado

Caso com confirmação laboratorial de COVID-19, independentemente dos sintomas.

6. Formação e Informação

Neste âmbito é imprescindível garantir que utentes, colaboradores, famílias e outros possuam informação sobre as medidas de prevenção adotadas pela OMS e DGS. Esta informação deve ser promovida através:

♦ **Divulgação da informação e esclarecimento:** a colaboradores, utentes, famílias e outros considerados relevantes, relativamente a:

- Manuseamento de equipamentos de proteção individual para colaboradores e utentes;
- Promoção e divulgação de hábitos de prevenção e controlo de infeção (ex. lavagem frequente das mãos e etiqueta respiratória, nomeadamente cobrir a boca ou o nariz ao tossir e ao espirrar, usando lenços de papel ou o antebraço);



- Divulgação da informação disponibilizada pela DGS.

♦ **Formação aos técnicos e colaboradores de contacto direto com os utentes, relativamente a:**

- Conhecimento e treino sobre lavagem das mãos;
- Regras de etiqueta respiratória;
- Conhecimento de todas as normas de controlo de infeção;
- Conhecimento dos sintomas do Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19);
- Estar atentos ao estado de saúde de todos os utentes, de modo a identificar precocemente os sintomas.

♦ **Saber reagir perante uma situação de potencial ocorrência de Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19):**

- Situação de isolamento social para as pessoas que possam apresentar sinais de infeção;
- Difundir a informação escrita: cartazes e flyers (**Anexo I**).

7. Plano de Contingência

7.1. Operacionalização

A ativação do Plano de contingência do Lar Residencial é decidida pela Direção, ficando a sua Coordenação dependente do membro da Direção responsável pelo Lar e seu substituto e pelo Diretor Técnico, tendo em conta a evolução do quadro de Infeção e as orientações das autoridades nacionais de saúde.

A decisão sobre a utilização de equipamentos de proteção individual (máscaras, luvas, toucas, aventais e outros considerados necessários) não deve ser generalizada. Deve ser feita considerando a situação particular do estado de saúde dos utentes e colaboradores, mediante aconselhamento das entidades nacionais/locais de saúde.

7.2. Coordenação Operacionalização

A gestão da situação de pandemia depende da pertinência das decisões e das ações levadas à prática em cada momento. Assim sendo, a estrutura organizacional do Lar Residencial, será da seguinte forma:

Cargo	Membro	Substituto
Coordenação	Margarida Leitão	Duarte Lucas
Diretor Técnico	Florêncio da Conceição	Susana Calhelha
Responsável Comunicação	Susana Calhelha	Miguel Ângelo

7.2.1. Competências da Coordenação

Compete-lhe a Coordenação do Plano, nomeadamente:

- Assegurar a implementação do Plano de Contingência e sua revisão, caso seja necessário;
- Definir a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- Definir as linhas estratégicas para a reorganização dos recursos humanos;
- Coordenar a atuação global e as ações a implementar;
- Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano;
- Articular com as entidades de saúde e demais atores, do número de casos suspeitos e/ou detetados nos colaboradores e utentes do Lar Residencial;
- Gerir o processo de comunicação interna e externa.

7.2.2. Competências do Diretor Técnico

Compete ao Diretor Técnico a operacionalização do Plano e tem como funções:

- Informar e apoiar a Coordenação sobre o evoluir da situação;
- Coordenar e decidir sobre a gestão de emergência no Lar Residencial;
- Designar os seus interlocutores (grupo de acompanhamento/monitorização) no Lar Residencial;
- Conduzir o processo de comunicação com os respetivos colaboradores, utentes, familiares, prestadores de serviços e fornecedores do Lar Residencial (**Anexo II**), de acordo com as linhas de orientação definidas pela Coordenação do Plano;
- Manter os canais de comunicação com os familiares/responsáveis dos utentes prestando todas as informações relativas ao estado de saúde destes;



- Desenvolver esforços com o serviço de informática, de forma a implementar videochamadas entre pais/familiares e utentes de modo a manter o contacto;
- Informar a Coordenação sobre suspeitas de infeção em algum utente, colaborador ou outro considerado relevante;
- Realizar/Desenvolver, reuniões/formação/informação com os colaboradores e utentes, famílias e outros considerados de relevo, sobre medidas de autodefesa, higiene das mãos e dos equipamentos, etiqueta respiratória e comportamental a adotar no sentido de evitar os contágios;
- Dar conhecimento dos principais procedimentos a ter nas diferentes fases do Plano de Contingência;
- Identificar a lista de atividades prioritárias e essenciais de colaboradores, cuja atividade, se for interrompida, necessita de substituição imediata para assegurar minimamente a atividade;
- Validar as atividades prioritárias e essenciais face ao evoluir da situação, identificando as tarefas que podem ser temporariamente suspensas;
- Definir o plano de distribuição de equipamento proteção individual se a situação o exigir, bem como vacinas e medicamentos;
- Organizar os recursos humanos de acordo com as diretivas da Coordenação.

7.2.3. Competências do Responsável Comunicação

Compete-lhe articular a comunicação a nível interno e externo sob orientação do Diretor Técnico do Lar Residencial.

A divulgação de imagens e fotografias nas redes sociais carece de autorização pela Direção da Instituição.

Deverá ainda estabelecer-se uma rede eficaz de comunicação com os diferentes parceiros: Centro de Saúde, Hospital, Proteção Civil, fornecedores, outros considerados relevantes.

Por solicitação do Diretor Técnico do Lar Residencial deverá elaborar Instruções de Trabalho (**Anexo III**), Cartazes Informativos e demais documentos necessários ao bom funcionamento desta área.



7.3. Identificação de Atividades Prioritárias

Durante a fase pandémica Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19) é previsível que surjam casos de colaboradores ou utentes infetados ou que estiveram em contacto com pessoas infetadas, o que pode levar a um possível comprometimento dos cuidados prestados devido ao absentismo dos colaboradores e que poderá afetar o normal funcionamento do Lar Residencial.

É importante determinar os recursos humanos para o normal funcionamento dos serviços no Lar Residencial (Vivendas e Apartamentos), assim como, definir quais os serviços mínimos e respetivos recursos humanos de modo a manter em funcionamento as atividades que são imprescindíveis. Elaborar listagem com equipas de substituição prontas para entrar ao serviço em caso de necessidade.

Assim, da análise das atividades desenvolvidas pelo Lar Residencial considera-se essenciais e prioritárias as mencionadas abaixo, de modo a garantir os recursos humanos necessários à continuidade das mesmas:

1. **Serviço de Alimentação** (garantir um número de colaboradores adequado para a confeção e/ou garantir a manutenção do fornecimento de refeições por entidade externa);
2. **Apoio Medicamentoso** (garantir continuidade da colaboração médica e prescrição de medicação evitando rutura);
3. **Serviços de Lavandaria** (serão necessários os serviços mínimos para dar resposta às necessidades);
4. **Serviços Administrativos** (garantir os serviços mínimos com a possibilidade de recurso a teletrabalho);
5. **Serviços de Transporte** (garantir a disponibilidade de um motorista);
6. **Serviços de Limpeza** (garantir os serviços a todos os espaços em utilização reforçando as medidas preventivas de higienização ambiental);
7. **Serviços de cuidadores formais** (reforçar a equipa com colaboradores vindos de outras áreas, nomeadamente dos colaboradores da Área de Educação e Ocupação (AEO), Banco de voluntariado, de forma a substituir/aumentar os cuidadores formais do Lar Residencial, que possam ter de ficar ausentes e assim apoiar a atividade);

O encerramento do Lar Residencial é uma medida que apenas deve ser adotada pela Direção da Instituição após avaliação epidemiológica da situação e em articulação com a ISS e DGS.



8. Medidas de Higiene, Ambiente e Cuidados ao utente

8.1. Instalações e equipamentos

Dada a importância na higienização e arejamento das instalações nos dois estabelecimentos residenciais é **obrigatório**:

- O planeamento da higienização e limpeza relativo aos revestimentos, superfícies, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos que são manuseados (ex. maçanetas de portas, barra apoio, torneiras, bancadas, cadeiras, grades de cama, comandos dos televisores, material informático, telefones/telemóveis, etc.), como consta do **Anexo XIX**. A limpeza e desinfeção das superfícies devem ser realizadas com detergente desengordurante, seguido de desinfetante – é fundamental a sensibilização e a formação das pessoas envolvidas nas tarefas de limpeza e higienização. Existe documento próprio que evidencia a sua realização discriminada (**Anexo XV**);
- Dispositivo para fornecimento de toalhetes de papel nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos (proibição de utilização toalhas de pano de uso coletivo);
- Colocação de dispositivos de parede com soluções de limpeza das mãos à base de álcool. Os mesmos devem ser estrategicamente colocados em locais tais como: entrada do edifício e noutros locais julgados adequados, bem como no quarto de isolamento;
- Disponibilizar o acesso a lenços de papel e a toalhetes de uso único;
- Deverá ser dada especial atenção a objetos que possam ser levados à boca como copos, pratos e talheres, quer por utentes quer por colaboradores, os quais não devem ser partilhados e devem ser lavados e higienizados em máquina de loiça com programa de maior intensidade;
- Os materiais pedagógicos, lúdicos, terapêuticos e ocupacionais, bem como todos os materiais de uso partilhado nas atividades, devem ser higienizados, com um detergente doméstico e passados por água limpa, no final de cada utilização;
- Deverá ser realizada a higienização com toalhetes embebidos à base de álcool, do telefone ou telemóvel de serviço, na troca de turno. Deverá ser realizado pela responsável que termina o serviço e acondicionado em caixa para o efeito;



- A zona circundante ao LAR das Vivendas (Pátio), deverá ser diariamente objeto de lavagem;
- Deverão ser cumpridas as regras de higiene e segurança alimentar na área de cozinha, copa e refeitório.

8.2. Colaboradores

Todos os colaboradores dos dois estabelecimentos residenciais, ao longo de todo o período da pandemia **devem cumprir rigorosamente:**

- A utilização obrigatória de roupa apropriada, para uso exclusivo nas atividades a qual deve ser obrigatoriamente vestida no início do turno nas instalações e retirada à saída de turno. A roupa utilizada será deixada em local devidamente identificado, sendo a mesma higienizada, na Instituição, no turno subsequente;
- As roupas de utentes e colaboradores devem ser lavadas a alta temperatura, no caso da roupa termorresistente (70° a 90° graus) e no caso da roupa termossensível (40° graus);
- O calçado deve ser trocado na entrada das Residências das Vivendas/ Apartamentos. Este procedimento deverá ser realizado no exterior e acondicionado em caixa, por colaborador;
- Todos os profissionais da Instituição deverão monitorizar a temperatura corporal e sintomas como a tosse e falta de ar, no início e fim da jornada de trabalho;
- Os profissionais que apresentem sintomas não devem apresentar-se ao serviço. Contactam telefonicamente o Diretor técnico a informar os sintomas e a justificar a ausência e o DT tomará no Lar, as diligências de observação de sintomas nos funcionários e utentes. Sempre que haja informações relevantes o funcionário deverá informar a sua chefia;
- A 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 nº 007/2019 de 16/10/2019 (**Anexo IV**);
- Não utilizar as mesmas luvas de utente para utente e também em procedimentos diferentes no mesmo utente (diferenciar procedimentos que envolvem assepsia dos procedimentos contaminantes);
- Higienizar as mãos à entrada e saída de cada quarto;

- Os 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 descartável; usar lenços de papel descartáveis para assoar e depositar no contentor de lixo e lavar as mãos; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias; não cuspir nem expetorar para o chão);
- A utilização de EPI's, face à alta contagiosidade deste agente é uma medida de proteção que deverá ser implementada:
 - Cada profissional deverá utilizar uma máscara por turno, não devendo em qualquer circunstância tocar na superfície da máscara, mas somente no elástico e seguir os procedimentos de colocação (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
 - Quando em contacto direto com o utente, deverá usar luvas e bata/avental descartável que só servirão para o contacto com esse utente nomeadamente na realização da higiene e alimentação;
 - Em caso de apoio a utente ou colaborador em isolamento a colocação e remoção dos EPI's tem um papel importante na prevenção e controlo da transmissão cruzada da infeção, pelo que deve obedecer a regras propostas nos quadros do **Anexo V**;
 - Dever-se-á fazer uso adequado dos recursos disponíveis.
- Se ocorrerem casos suspeitos entre os utentes, devem ser definidos grupos de cuidadores para os doentes respiratórios e grupos de cuidadores para os outros utentes.

8.3. Cuidados ao Utente

- Manter-se-á a prestação de cuidados de higiene, (podendo ser necessário reduzir ao mínimo indispensável, mediante o número de colaboradores disponíveis no serviço), conforto, alimentação e administração de medicação a todos os utentes de acordo com os Planos Individuais de Cuidados;
- Diariamente será efetuada e registada a medição de temperatura corporal de cada utente, bem como monitorizados todos os sintomas que os mesmos apresentem;
- Serão assegurados os programas de reabilitação dos utentes de acordo com as necessidades e a disponibilidade dos técnicos, em local a determinar, consoante a situação;



- O distanciamento entre as pessoas (1 a 2 metros) deve ser implementado para todos os utentes e funcionários, com exceção da proximidade necessária para a prestação de cuidados;
- Deve ser promovida a separação dos utentes entre com e sem sintomas respiratórios agudos, de forma a promover o distanciamento, colocando o menor número possível de utentes em cada quarto, garantindo uma distância entre camas de aproximadamente 2 metros;
- Nos espaços comuns só devem estar utentes e funcionários sem sintomas respiratórios agudos com uma distância de 1 a 2 metros entre cada pessoa;
- Devem ser utilizados espaços comuns por turnos de forma a manter, entre os utentes, 1 a 2 metros de distância;
- As atividades diárias devem ser reorganizadas, cessando as atividades lúdicas coletivas; A cessação/diminuição das atividades lúdicas e o distanciamento social podem requerer apoio psicológico para minimizar o risco de depressão e regressão das capacidades sociais e cognitivas;
- São restringidas todas as saídas de utentes fora do espaço físico da Instituição, salvo em caso de absoluta necessidade, após análise do DT;
- Manter as visitas aos utentes o cumprimento das orientações da DGS e das emanadas pela Direção (**Anexo XI e XII**);
- Manter os canais de comunicação com os familiares/acompanhantes dos utentes prestando todas as informações relativas ao estado de saúde destes;
- Os utentes que conseguem comunicar com as famílias, via telefone, deverão fazê-lo com a necessária ajuda a 2-3 vezes por semana, em horário a definir.

9. Gestão Recursos Humanos

Em contexto deste Plano de Contingência, impõe-se a necessidade de criação de novos horários de funcionamento a um regime de número mínimo de profissionais que permita a manutenção de cuidados.

As equipas de ajudantes de ação direta devem passar a um regime com o número mínimo de profissionais que permita a manutenção de cuidados e ajustamento de horário que possibilite a substituição de profissionais, em caso de isolamento ou quarentena preventiva



ou obrigatória. Esta redução deverá permitir poupar recursos sem comprometer os cuidados básicos.

Neste plano de contingência deverá ser criada uma equipa de substituição com elementos vindos da AEO (que poderá realocar os utentes em outras salas, se exequível e/ou solicitar apoio familiar para fazer face à necessidade de libertar recursos humanos para apoio a Lar); também deve estar planeado os recursos à Bolsa de recrutamento do Instituto da Segurança Social ou da concelhia. Ver no **Anexo VI** a afetação de colaboradores aos estabelecimentos, por turnos, assim como a previsão de equipas de substituição.

Existirá um período de descanso semanal e ajustado às necessidades individuais, permitindo alguma rotatividade que assegure a manutenção contínua dos serviços.

Num cenário em que um colaborador ao serviço fique doente de doença natural ou de **quarentena devido à pandemia, será substituído por colaborador em bolsa de substituição** ou não havendo, **por elemento da equipa**.

No caso de surgir um colaborador infetado, a equipa do núcleo Operacional de Contingência identificará os colaboradores e utentes com quem este manteve contacto de proximidade de forma a fornecer esta informação à Autoridade de Saúde local, cumprindo-se as orientações desta entidade.

Numa situação limite de ausência de recursos na área dos cuidadores diretos, nomeadamente ajudantes de ação direta e colaboradores do CAO, todos os restantes colaboradores, independentemente da qualificação profissional e que assim manifestem a sua disponibilidade, poderão ser chamados a prestar cuidados, sob orientações específicas, participando inclusive em turnos.

10. Quarto de Isolamento e distanciamento social

- Instituir e divulgar regras claras de não entrada no Lar Residencial de colaboradores ou outros visitantes que manifestem sinais de infeção, a fim de evitar a propagação;
- Sempre que um utente ou colaborador apresentar sinais de infeção (suscetíveis de ser considerado caso suspeito) deverá deslocar-se para o quarto de isolamento. Ver plantas de localização das salas de isolamento no Lar Vivendas Lar Apartamentos (**Anexo VII**);



- O contacto com a **Linha de Saúde 24 – 808 24 24 24** será realizado por elementos do *Núcleo Operacional de Contingência* e deverão seguir os procedimentos indicados pelos profissionais;
- Quarto de isolamento deve ser utilizada apenas para esse fim, com janela para o exterior e dotada de 2 cadeiras e 2 camas/colchões para descanso do(s) utilizador(es), pois poderá haver necessidade de permanecer no espaço por períodos longos de tempo, assim como em termos de material, ter disponível: um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) que deverá ficar no interior. No acesso a esta área deverá ficar um 2º contentor (para aquando da saída da área, permitir a recolha dos EPI usados na intervenção), toalhetes de papel, máscaras, luvas descartáveis e termómetro. Deverá ainda existir os contactos dos responsáveis pelo *Núcleo Operacional de Contingência* e da **Saúde 24**, caneta, papel, água e alimentos não perecíveis;
- Deve ser assegurada a existência de Equipamentos de Proteção Individual destinados à pessoa infetada (com objetivo de evitar contágio) e outros meios em que seja recomendado pela DGS;
- Deverá haver EPI's destinado ao acompanhante do utente (caso já não os tenha colocados);
- O quarto de isolamento deve ser limpo e desinfetado após a sua utilização do seguinte modo: Aplicar lixívia diluída em água na proporção de uma medida de lixívia, para 9 medidas iguais de água usar máscara na diluição e aplicação da lixívia; deixar atuar durante 10 minutos; passar o local com água e detergente; enxaguar só com água quente; deixar secar ao ar e abrir as janelas para ventilação do espaço. O colaborador(a) deve lavar as mãos antes e depois de colocar as luvas, deve usar máscara, bata, e touca descartáveis.

11. Procedimentos operacionais de utentes/RH em situação COVID-19

11.1. Utentes do Lar que Regressem da Família

Deverão permanecer em quarentena por um período não inferior a 14 dias.



11.2. Utentes do Lar que Regressem de Internamento hospitalar

Deverão ficar em quarentena por um período não inferior a 14 dias, mesmo após ser solicitado o teste de COVID-19 aquando da alta hospitalar.

11.3. Procedimentos a adotar nas situações de utentes em Quarentena:

- Tratando-se de um Lar Residencial em que existem muitos quartos individuais, os utentes em quarentena permanecerão nos respetivos quartos, afastados dos colegas. Caso seja um quarto duplo, desde que possível, juntar-se-ão os irmãos, disponibilizando desta forma um ou mais quartos vagos;
- A Quarentena decorrerá em quarto adequado e reservado para o efeito (**Anexo VII**). O espaço/quarto onde o utente cumpre a quarentena será devidamente assinalado (criando-se zona vermelha; amarela e verde) de forma a facilitar a rápida identificação de existência de utente em quarentena. À porta do Quarto será afixado um impresso que indica o 1º dia de Quarentena (**Anexo XIV**);
- Ficar registado em impresso próprio (**Anexo XIII**), todas as situações que obriguem a quarentena;
- Arejar bastante o espaço onde se encontra o utente isolado;
- Limitar o acesso e circulação a espaços comuns, salvo situações devidamente justificadas e em condições especiais;
- Não partilhar pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros artigos pessoais;
- Lavar com água bem quente e detergente todos os objetos, superfícies e divisões usadas pelo utente isolado;
- Limpar todos os dias o quarto onde o utente habita, desinfetando a mobília, maçanetas, interruptores com água e desinfetante;
- Os ajudantes de ação direta deverão evitar tocar diretamente em objetos como escovas de dentes, esponjas, etc.;
- Disponibilizar um WC para o utente isolado e desinfetar diariamente. No caso de Wc partilhada, desinfetar a sanita após cada utilização. A pessoa responsável pela limpeza deve usar máscara e luvas;
- A higiene/banho no duche só poderá ser efetuada aos utentes com autonomia para tomar banho sós. Devido aos vapores produzidos, os utentes que necessitam de 3ª pessoa para o banho não devem tomar duche, de forma a evitar a exposição do colaborador a maior risco;



- Os utentes sempre que possível deverão utilizar a máscara em presença de outras pessoas;
- Os utentes em isolamento só deverão utilizar lenços de papel e por uma única utilização;
- Medir a temperatura diariamente e registá-la em impresso para o efeito. Informar/diagnosticar o agravamento dos sintomas, contactando o médico assistente sempre que necessário;
- A roupa deverá ser colocada em saco de cor vermelha para se proceder à sua higienização em separado das roupas dos outros utentes;
- Deve tomar rigorosamente a medicação que lhe foi prescrita para a situação de saúde;
- Todas as pessoas que vivam com um utente em quarentena devem estar atentas ao aparecimento de sintomas coincidentes com os deste vírus. Em caso de dúvida ligar à Saúde24.

11.4. Emergência: Caso suspeito

Na eventualidade de se ter um caso suspeito com COVID-19 deve-se atuar da seguinte forma (**Anexo VIII**):

- O Ajudante de Ação Direta deve colocar EPI's (lavagem mãos + máscara cirúrgica + luvas);
- O doente é retirado de imediato para o quarto de isolamento onde vai permanecer;
- O utente ficará acompanhado caso o seu comportamento ou condição de saúde assim justifique por colaborador devidamente protegido por EPI's;
- Serão acionados o Diretor Técnico ou seu substituto que farão as diligências necessárias para comunicar com a Linha de Saúde 24 que irá determinar os procedimentos seguintes (**Anexo IX**);
- O Ajudante de Ação Direta, permanecerá **sempre** dentro do quarto de isolamento só saindo para ir ao WC (caso o quarto não possua), ficando o WC restrito ao seu uso. O acompanhamento cessa com a retirada do utente;
- O quarto de isolamento e WC e demais áreas deverão ser higienizados profundamente, com pessoal devidamente protegido por EPI's.

Em caso de emergência, deve ligar para o 112.



11.5. Realização de Teste laboratorial para SARS CoV-2 na Instituição

- Os doentes com suspeita de COVID-19 devem ser submetidos a teste laboratorial, em amostras do trato respiratório superior, colhidas por zaragatoa, nos termos da Norma 007/2020 e orientação nº 015/2020 da DGS em vigor, sendo a decisão da competência da Autoridade de Saúde Local.
- Perante um caso positivo, no contexto da Instituição, atendendo ao risco acrescido para o desenvolvimento de doença grave, cabe à Autoridade de Saúde Local após identificação dos contactos próximos determinar que medidas serão adotadas.

11.6. Procedimentos perante um CASO CONFIRMADO na Instituição

Numa situação em que surja um caso confirmado no Lar Residencial, deve ser articulado com a Autoridade de Saúde Local, Segurança Social, autarquias e outras entidades as medidas a adotar.

Em caso de existência de um surto no Lar Residencial das Vivendas, os casos positivos ficariam isolados na ala A (lado direito da entrada principal) e os negativos na ala B (lado esquerdo da entrada principal). Neste caso, deixará de existir rotatividade de colaboradores, ficando os mesmos vinculados a uma ala específica.

No Lar Residencial dos Apartamentos, os casos positivos ficariam isolados na ala A (lado esquerdo da entrada principal) e os negativos na ala B (lado direito da entrada principal). Também aqui deixará de existir rotatividade de colaboradores, ficando os mesmos vinculados a uma ala específica.

11.7. Utente infetado com COVID19

O isolamento é a medida utilizada em indivíduos doentes e no cuidado a doentes COVID-19 positivo. No caso em que exista mais do que 1 utente infetado poderão ser estes agrupados, partilhando o mesmo quarto ou quartos, e cumprindo assim o período de isolamento na ala A (em caso de surto). Poderá ainda haver necessidade de reorganização do espaço dos lares de forma a alocar algumas áreas apenas para doentes COVID.

Aquando da existência de casos positivos o DT determinará quem são os colaboradores que ficam afetos aos casos positivos e os que prestam cuidados aos casos negativos, e quem são os elementos de apoio e os elementos circulantes.

Todos os colaboradores que prestem cuidados ao doente ou com este tenham de contactar, utilizarão o seguinte equipamento de proteção:



- Máscaras FFP2
- Fatos impermeáveis completos
- Óculos/viseira de proteção
- Luvas de nitrilo ou látex



Serão impostos todos os procedimentos e todas as diretrizes emanadas pelo médico assistente que prescreveu o tratamento do doente no domicílio assim como:

- Está criado um circuito de roupa contaminada (**Anexo XVI**), evitando a passagem pelo interior do edifício;
- O cuidado a ter com as fraldas de doentes com COVID-19 são resíduos de grupo 3 (risco biológico), pelo que terão de ser encaminhados para unidade licenciada para o tratamento de resíduos hospitalares. As fraldas usadas e outros resíduos de doentes com COVID-19 e EPI's de funcionários usados no apoio e tratamento a utente COVID-19 devem ser colocados todos juntos para enviar para a autoclavagem ou incineração (à exceção dos corto-perfurantes que têm de ir para contentor próprio e vão a incinerar obrigatoriamente).
- Com as arrastadeiras, urinóis e bacias de higiene de doentes suspeitos ou confirmados de COVID-19 terá de existir um cuidado redobrado na sua higienização, tendo estes de ser lavados separadamente, com água quente e detergente; depois desinfetante de hipoclorito de sódio (lixívia) ou outro produto similar e deixar atuar segundo as orientações do fabricante; enxaguar em água corrente quente e colocar a escorrer ao ar.

Se não for possível colocar a escorrer, secar com panos específicos para esta função e deverão ser lavados todos os dias a 80-90°C.

11.8. Admissão de novos utentes

No dia da admissão na Instituição não deve ser permitida a entrada da família nem da equipa que acompanha o utente. A reunião habitual de acolhimento será feita via telefone ou e-mail.

A admissão de novos utentes implica:

- Teste laboratorial para SARS-CoV-2 negativo;
- Avaliação clínica, pelos profissionais de saúde de apoio à Instituição, atestando inexistência de sinais e sintomas de infeção respiratória aguda à data da admissão;
- À entrada para a Instituição cumprir um período de isolamento não inferior a 14 dias.

Em situações que o teste laboratorial não possa ser realizado antes da admissão na Instituição, o novo utente deve ficar em isolamento até à realização do mesmo, sendo o seu encaminhamento realizado em função da evolução clínica e do resultado do teste laboratorial.

Nas situações em que os residentes saiam da Instituição por um período inferior a 24 horas (exames, consultas, assistência médica) não é necessária a realização de teste laboratorial SARS-CoV-2.

Nestes casos, o utente deverá cumprir um período de isolamento não inferior a 14 dias com monitorização diária de sintomas. Quando o utente tenha estado fora da Instituição por período superior compete ao hospital onde esteve internado a realização de teste para SARS-CoV-2 antes do regresso à Instituição. Caso o resultado do teste seja positivo e não tenha necessidade de internamento hospitalar, é contactada a autoridade de saúde local competente para os efeitos previstos no n.º. 1 alínea b) do Despacho 4097-B/2020 de 2 de abril.

11.9. Óbito na Instituição

Caso ocorra um óbito na instituição serão obrigatoriamente cumpridas as disposições legais em vigor e as orientações da Direção-geral da Saúde.

12. Diagnóstico e Orientação (contactos)

Numa situação de doença aguda ou dúvida sobre a possibilidade de infeção de um utente, será contactada a linha de saúde 24 – **808 24 24 24** que irá determinar os procedimentos seguintes. Esse contacto será efetuado pelo **Núcleo Operacional de Contingência** que é constituído por (**Anexo IX**):

- | | |
|-----------------------------|---------------|
| • Dra. Margarida Leitão | ☎ 912 966 994 |
| • Eng. Duarte Lucas | ☎ 964 670 835 |
| • DT Florêncio da Conceição | ☎ 965 235 651 |
| • Susana Calhella | ☎ 919 883 357 |
| • Dr. Miguel Ângelo | ☎ 967 176 742 |

As medidas a adotar para todos os contactos seguirão as recomendações da DGS em função do estadio de abordagem da pandemia.



13. Identificação de medidas de manutenção em situação de crise

Em situações de crise deverão ser adotadas um conjunto de medidas:

✓ **Reorganização dos Recursos Humanos**

No caso de um elevado absentismo/quarentena/isolamento de colaboradores, afetos aos lares, a sua substituição será assegurada pelos colaboradores afetos ao CAO de modo a minimizar o impacto.

Perante a verificação de um cenário crítico, todos os colaboradores da Instituição podem ser mobilizados para a realização de outras funções, uma vez que existe a Área de Lar Residencial que não pode ser suspenso, isto é, os colaboradores de uma área que se encontra encerrada podem ser mobilizados para outra que nunca poderá encerrar.

Será garantida a formação e o treino, em tempo útil, para todos os colaboradores nas áreas de atuação do LAR, uma vez que diferem das que habitualmente exercem nas suas funções.

Será, também, garantida a informação sobre a utilização de EPI's e disponibilizados os meios necessários mínimos para o desenvolvimento das atividades, sem pôr em risco o contágio aos colaboradores.

✓ **Reorganização de Stocks**

No caso de setores vitais ao funcionamento do LAR, estão identificados os fornecedores e produtos imprescindíveis à atividade, conforme **Anexo II**:

- Possuir uma reserva de alimentos não perecíveis;
- Garantir uma reserva de produtos de higiene, limpeza e EPI's.

✓ **Reorganização dos Serviços**

- Garantir a continuidade dos serviços de Cozinha;
- Garantir o *stock* de medicação e o apoio na toma de medicação dos utentes;
- Garantir os serviços mínimos.

✓ **Reorganização da Comunicação com as Famílias**

Em situação de encaminhamento ao hospital; hospitalização, quarentena ou isolamento o Diretor Técnico:

- Informará o familiar de referência o mais breve possível;



- Transmitirá diariamente informação via telefone do estado de saúde do doente.
- ✓ **Entradas e Saídas de Elementos Externos**
- Sempre que seja indispensável a entrada nos Lares Residenciais de elementos externos, proceder-se-á a:
 - a) Registo de temperatura;
 - b) Utilização de máscara;
 - c) Utilização de protetor de calçado;
 - d) Registo de entrada e saída efetuado em impresso próprio (XVIII).

14. Reavaliação do Plano

A reavaliação e alteração das medidas referidas no atual Plano de Contingência serão realizadas sempre que se julgar conveniente.

15. Avaliação pós-pandemia

Terminada a fase pandémica, o Grupo Operacional de Contingência deve elaborar um **relatório que evidencie os aspetos que correram bem e os que merecem ajustamento**, o que permitirá uma resposta mais eficaz em situações futuras.

Conclusão

A consulta da Orientação da DGS N° 006/2020 de 26 de fevereiro 2020 e da Norma N° 004/2020 de 23/03/2020 e com a última atualização a 14/10/2020, ambas da DGS são fundamentais, assim como outras normas que possam ser emanadas pela mesma entidade.

A informação disponibilizada deverá estar sujeita a atualização constante via *síte* da DGS ou outras formas de comunicação oficiais.

Será necessária a estreita articulação entre os serviços clínicos e de segurança das empresas e entidades locais de Saúde, ACES Oeste Sul 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 utentes, colaboradores e suas famílias.

Torres Vedras, 11 de março de 2021

O Presidente da Direção



(Duarte da Silva Faria Lucas)

The image shows a handwritten signature in black ink over a circular official stamp. The stamp contains the text 'Lar Residencial' at the top, 'TORRES VEDRAS' in the center, and '1999' at the bottom. There are also some smaller, less legible text elements within the stamp. The signature is written in a cursive style.



Referências Bibliográficas

- Orientação da DGS Nº 006/2020 de 26/02/2020
- Decreto-Lei n.º 135/2013 de 4 de Outubro
- Orientação da DGS Nº 10/2020 de 16/03/2020
- Norma da DGS Nº 004/2020 de 23/03/2020, atualizada a 14/10/2020
- Orientação 009/2020 de 27/03/2020, atualizada a 23/07/2020
- Informação 011/2020 de 11/05/2020, atualizada a 18/05/2020
- https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/17.03-IPSS_s.pdf
- <https://covid19.min-saude.pt/materiais-de-divulgacao/>
- <https://covid19.min-saude.pt/estou-em-isolamento/>
- <https://www.ump.pt/Home/uniao/noticias-ump/circular-072020-plano-de-contingencia-covid-19/>
- <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/plano-nacional-de-preparacao-e-resposta-para-a-doenca-por-novo-coronavirus-covid-19-pdf.aspx>



Glossário

Quarentena - Medida de afastamento social que pressupõe que o indivíduo é saudável, mas possa ter estado em contacto com um doente infeccioso.

Isolamento - Medida de afastamento social que é utilizada em indivíduos doentes, para que, através do afastamento social não contagiem outros cidadãos. Este caso é usado após o médico assistente avaliar o doente determinando que a sua situação clínica não necessita de internamento.



Anexo I - Medidas Recomendadas

Quando utilizar uma MÁSCARA CIRÚRGICA?

A Organização Mundial de Saúde recomenda o **USO RACIONAL DE MÁSCARAS**, apenas para pessoas:

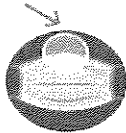
- Com sintomas de infeção respiratória, como febre, tosse, espirros;
- Suspeitas de COVID-19;
- Que prestem cuidados a suspeitos de COVID-19.



Ao **COLOCAR** máscara cirúrgica (ou outra) deve:



Lavar as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Posicionar a máscara na posição correta. *A borda dobrável deve estar para cima e a parte colorida para fora.*



Segurar máscara pelas linhas de suporte/elásticos e adaptar a cada orelha. Ajustar máscara junto ao nariz e queixo, **sem tocar na face da máscara.**

Ao **REMOVER** máscara cirúrgica (ou outra) deve:



Lavar as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Retirar máscara apenas segurando nas linhas de suporte/elásticos.



Colocar a máscara no **recipiente adequado** (*resíduos de grupo III – saco branco descartável*) e **lavar novamente as mãos.**



MEDIDAS RECOMENDADAS

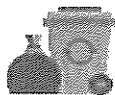
Assegurar a **disponibilidade** de:



Estruturas para a **LAVAGEM DAS MÃOS** com água e sabão líquido



TOALHETES DE PAPEL (deve ser evitado o uso de toalhas de tecido)



CONTENTORES próprios para a colocação de lixo e restantes resíduos

Efetuar **diariamente**:



RENOVAR O AR das salas e espaços fechados, idealmente 6 a 12 renovações por hora;



Assegurar a **LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES E OBJETOS** de utilização comum, várias vezes ao dia (por exemplo, mesas, bancadas, interruptores de luz, maçanetas, puxadores do armário);

Recomendações gerais



Promover a **LAVAGEM DAS MÃOS** à entrada e à saída da Instituição, antes e depois das refeições, depois de atividades de grupo e de idas à casa de banho;



Promover **MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA** - ao espirrar ou tossir devem tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo;



EVITAR tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.



Anexo II - Prestadores de serviços e fornecedores

Outro aspeto importante a considerar é o do fornecimento de recursos essenciais às atividades imprescindíveis de dar continuidade, sendo necessário identificar quais os fornecedores externos:

Atividade / tipo de serviço		Empresa / Área ou Serviço que garante o contacto	Contactos
Produtos químicos e acessórios limpeza		Higiex	917 272 506
		Matiel Pack	965 189 606
		Área ou Serviço: Serviço de compras assegura contacto	
EPI		Oestmed	910 515 626
		Higiex	917 272 506
		Área ou Serviço: Serviço de compras assegura contacto	
Solução antisséptica de base alcoólica		Higiex	917 272 506
		Área ou Serviço: Serviço de compras assegura contacto	
Recolha de Resíduos Hospitalares Perigosos ou Resíduos Hospitalares		Ambimed (Stericycle)	261 320 300
		Hugo Passinhas	961 946 401
		Área ou Serviço: Serviço de higiene assegura contacto	
Produtos alimentares		Nortinho	913 201 070
		Reducarnes	914 007 395
		Peixaria Berlenga	261 313 411
		Girassol	261 326 555
		Área ou Serviço: Serviço de compras assegura contacto	
Prestador Serviços	Manutenção	INAR Eng. Paulo (manutenção de aquecimentos e ar)	912 831 696
	Eletricista	António Manuel	919 814 475
	Canalizador	Freiria Águas	963 037 495
	Gás	LisboaGás (LAR)	800 201 722
	Eletricidade	GALP (LAR)	800 506 506 800 506 506/217 505 350
	Água	SMAS	261 336 500
		Área ou Serviço: Serviço Administração e Finanças administrativo assegura contacto	

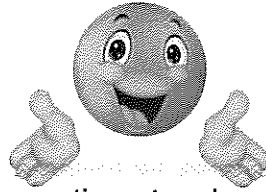


Anexo III - Instrução de Trabalho



Instalações e equipamentos

Procedimentos a adotar:



Higienização e limpeza dos revestimentos de equipamentos e utensílios, assim como dos objetos e superfícies que são manuseadas (ex. maçanetas de portas, barra apoio, torneiras, bancadas, cadeiras, grades de cama, comandos dos televisores, material informático, telefones/telemóveis, etc.);

Utilização de toalhetes de papel nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos (proibição de utilização toalhas de pano);

Utilização de dispositivos de parede com soluções de limpeza das mãos à base de álcool para possibilitar a limpeza das mãos.

Utilização de lenços de papel e a toalhetes de uso único;

Executar a periodicidade de limpeza estabelecida e arejamento das salas e quartos;

Lavar os objetos que possam ser levados à boca como copos, pratos e talheres, quer por utentes quer por colaboradores, os quais não devem ser partilhados e devem ser lavados em máquina de loiça com programa de maior intensidade. As mãos devem ser lavadas após a colocação da loiça na máquina;

Higienizar os materiais pedagógicos, lúdicos, terapêuticos e ocupacionais, bem como todos os materiais de uso partilhado nas atividades, com um detergente doméstico e passados por água limpa, no final de cada utilização;

Higienizar o telefone ou telemóvel de serviço, na troca de turno. Deverá ser realizado pela responsável que termina o serviço e acondicionado em caixa para o efeito;

Lavar diariamente a zona circundante ao LAR das Vivendas (Pátio);

Cumprir as regras de higiene e segurança alimentar na área de cozinha, copa e refeitório.

Anexo III - Instrução de Trabalho



Colaboradores

Procedimentos a adotar:

Utilizar roupa apropriada, para uso exclusivo nas atividades a qual deve ser obrigatoriamente vestida no início do turno nas instalações e retirada à saída de turno. A roupa utilizada será deixada em local devidamente identificado, sendo a mesma higienizada, na instituição, no turno subsequente;

Lavar a roupa dos utentes e colaboradores a alta temperatura, no caso da roupa termorresistente (70º a 90º graus) e no caso da roupa termosensível (40º graus);

Trocar de calçado na entrada das Vivendas e dos Apartamentos. Este procedimento deverá ser realizado no exterior e acondicionado em caixa, por colaborador;

Higienizar as mãos: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos e siga as indicações que constam no cartaz afixado;

Substituir as luvas de utente para utente e também em procedimentos diferentes no mesmo utente (diferenciar procedimentos que envolvem assepsia dos procedimentos contaminantes);

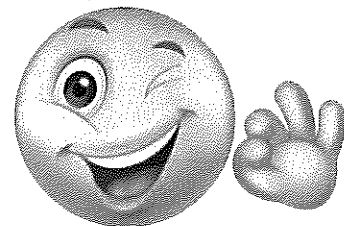
Executar com rigor o cuidado da higiene das mãos, tanto ao entrar no espaço do quarto, como na saída, em utente com saúde, quarentena ou isolamento;

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 logo de seguida;

Utilizar uma máscara por turno, não tocar na superfície da máscara, mas somente no elástico e seguir os procedimentos de colocação (lavagem mãos antes de colocar e depois de remover a máscara);

Vestir corretamente os EPI's (bata, máscara, bata, viseira, luvas) e despir (luvas, viseira, bata, máscara) no contacto direto com o utente infetado ou em quarentena;

Fazer uso adequado dos recursos disponíveis.





Anexo III - Instrução de Trabalho



Cuidados ao Utente

Procedimentos a adotar:

Manter a prestação de cuidados de higiene, conforto, alimentação e administração de medicação a todos os utentes de acordo com os Planos Individuais de Cuidados;

Efetuar e registar diariamente a medição de temperatura corporal a cada utente, bem como monitorizar todos os sintomas que os mesmos apresentem;

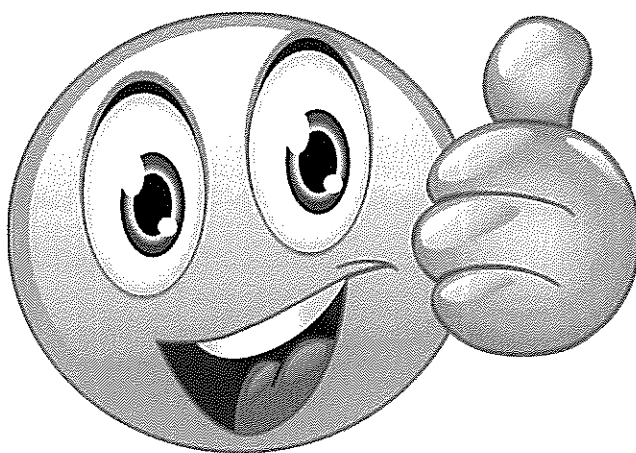
Assegurar os programas de reabilitação dos utentes de acordo com as necessidades e a disponibilidade dos técnicos, em local a determinar, consoante a situação;

Restringir todas as saídas de utentes fora do espaço físico da instituição, salvo em caso de absoluta necessidade, após análise do DT;

Manter as visitas aos utentes no cumprimento das orientações da DGS e das emanadas pela Direção (**Anexo XI e XII**);

Manter os canais de comunicação com os familiares/acompanhantes dos utentes prestando todas as informações relativas ao estado de saúde destes;

Comunicar com as famílias, via telefone, os utentes que o conseguem fazer, com a necessária ajuda a 2-3 vezes por semana, em horário a definir.



Anexo III - Instrução de Trabalho



Cuidados ao Utente em QUARENTENA

Procedimentos a adotar:

Arejar bastante o espaço onde vive o utente em quarentena;

Limitar a circulação em espaços comuns;

Não partilhar pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros artigos pessoais;

Lavar com água bem quente e detergente todos os objetos, superfícies e divisões usadas pelo utente isolado;

Limpar todos os dias o quarto onde o utente habita, desinfetando a mobília, maçanetas, interruptores com água e desinfetante;

Evitar que a Auxiliar de Apoio toque em objetos como escovas de dentes, esponjas, etc.;

Limpar e desinfetar diariamente o WC usado pelo utente em quarentena. No caso de Wc partilhada, desinfetar a sanita após cada utilização. A pessoa responsável pela limpeza deve usar máscara e luvas;

Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, pelo menos 20 segundos;

Utilizar uma máscara quando o utente estiver com outras pessoas;

Deitar o lenço de papel utilizado no lixo apropriado ao efeito e lave as mãos, em seguida;

Medição da temperatura diariamente e informar/diagnosticar o agravamento dos sintomas, contactando o médico assistente;

Colocar os resíduos produzidos num saco de plástico diferente dos restantes. Encher apenas até 2/3 e fechar bem;

Tomar rigorosamente a medicação que lhe foi prescrita para a situação de saúde;

ATENÇÃO: Todas as pessoas que vivam com um utente em quarentena devem estar atentas ao aparecimento de sintomas coincidentes com os deste vírus. Em caso de dúvida deve ligar à Saúde24.



Anexo III - Instrução de Trabalho

Cuidados ao Utente em ISOLAMENTO



Procedimentos a adotar:

Arejar bastante o espaço onde vive o utente em quarentena;

Proibir a circulação em espaços comuns;

Não partilhar pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros artigos pessoais;

Lavar com água bem quente e detergente todos os objetos, superfícies e divisões usadas pelo utente isolado;

Limpar todos os dias o quarto onde o utente habita, desinfetando a mobília, maçanetas, interruptores com água e desinfetante;

Evitar que a Auxiliar de Apoio toque em objetos como escovas de dentes, esponjas, etc.;

Limpar e desinfetar diariamente o WC usado pelo utente em quarentena. No caso de Wc partilhada, desinfetar a sanita após cada utilização. A pessoa responsável pela limpeza deve usar máscara e luvas;

Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, pelo menos 20 segundos;

Utilizar uma máscara quando o utente estiver com outras pessoas;

Deitar o lenço de papel utilizado no lixo apropriado ao efeito e lave as mãos, em seguida;

Medição da temperatura diariamente e informar/diagnosticar o agravamento dos sintomas, contactando o médico assistente;

Colocar os resíduos produzidos num saco de plástico diferente dos restantes. Encher apenas até 2/3 e fechar bem;

Tomar rigorosamente a medicação que lhe foi prescrita para a situação de saúde;

ATENÇÃO: Todas as pessoas que vivam com um utente em isolamento devem estar atentas ao aparecimento de sintomas coincidentes com os deste vírus. Em caso de dúvida deve ligar à Saúde24.

**Na dúvida, lave
as mãos!**



Anexo III - Instrução de Trabalho



Contactos Sala Isolamento

Núcleo Operacional de Contingência

Margarida Leitão	☎ 912 966 994
Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Florêncio da Conceição	☎ 965 235 651
Susana Calhelha	☎ 919 883 357
Miguel Ângelo Vital	☎ 967 176 742

Entidades Nacionais Saúde e Autoridades

Saúde 24	☎ 808 24 24 24
Centro de Saúde	☎ 261 336 350
Hospital Torres Vedras	☎ 261 319 300



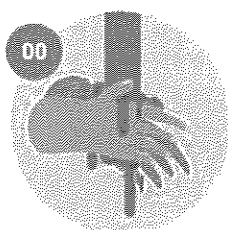
Anexo IV - Regras de lavagem de mãos



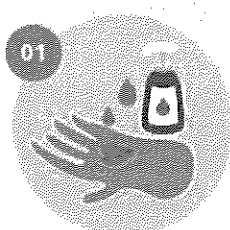
LAVAGEM DAS MÃOS



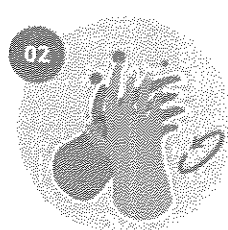
Duração total do procedimento: 20 segundos



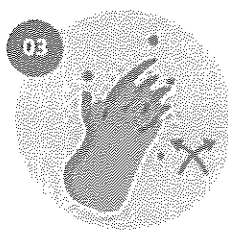
Mohe as mãos



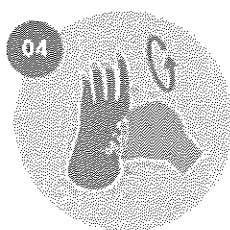
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



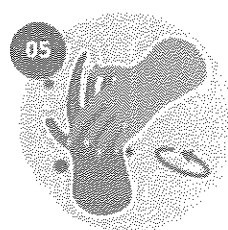
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



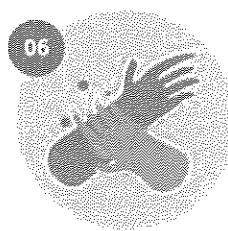
Palma com palma com os dedos entrelaçados



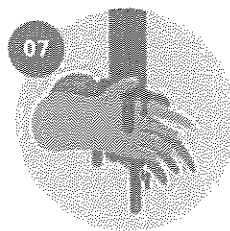
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



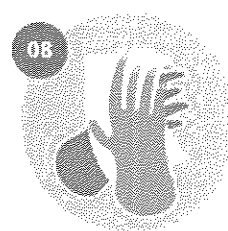
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

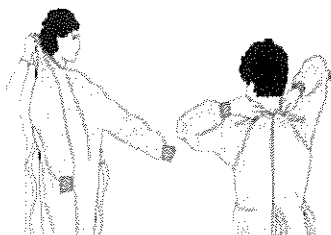
Anexo V - Colocação de Equipamentos de Proteção Individual

COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Lavar convenientemente as mãos e secar.

Sequência de **Vestir EPI's**:

1.

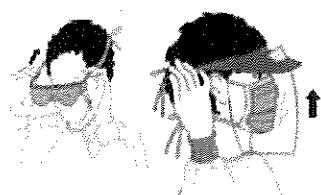


2.

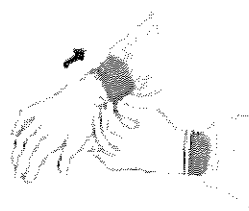


- 1. Bata ou farda
- 2. Máscara
- 3. Protector facial
- 4. Luvas

3.



4.

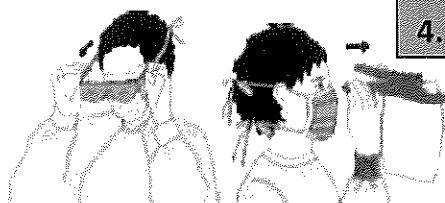


Sequência de **despir EPI's**:

1.

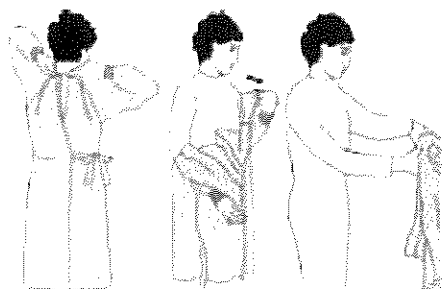


2.

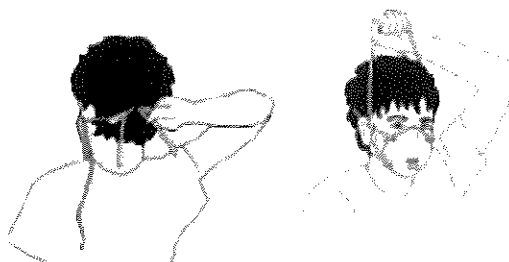


- 1. Luvas
- 2. Protector facial
- 3. Bata ou farda
- 4. Máscara

3.



4.





Anexo VI - Afetação de trabalhadores e de equipas de substituição

Serviços/Atividades	Trabalhadores em serviço	Trabalhadores a garantirem a substituição (serviços mínimos)
Lar de Apartamentos	Turno tarde - 2	Turno tarde - 2
	Turno noite - 1	Turno noite - 1
Lar das Vivendas	Turno manhã – 3	Turno manhã - 3
	Turno tarde – 4	Turno tarde - 3
	Turno noite – 2	Turno noite - 2

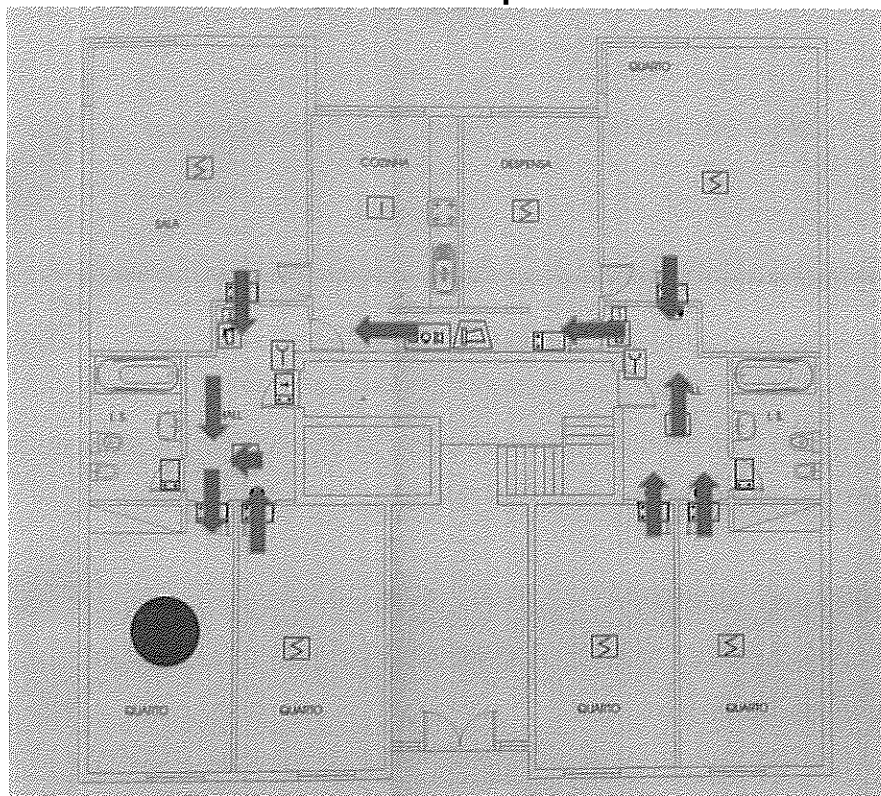


Anexo VII - Área de isolamento e circuitos até à mesma

Lar Apartamentos	2º Quarto à esquerda, após porta de entrada
---------------------	---

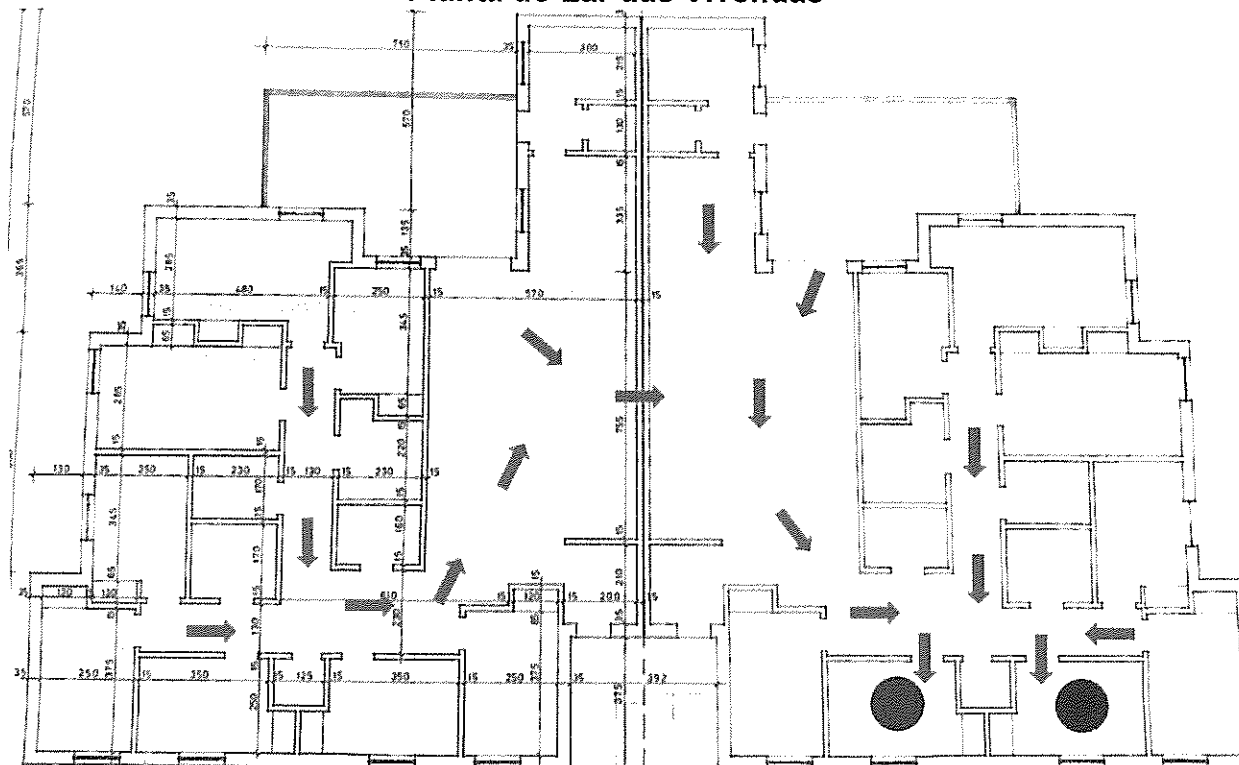
Lar Vivendas	Quartos (junto Escritório)
--------------	----------------------------

Planta do Lar dos Apartamentos



Legenda: ● - Quarto de Isolamento; ← - Trajeto.

Planta do Lar das Vivendas



Legenda: ● - Quarto de Isolamento; ● - Quarto de Quarentena; ← - Trajeto.



Anexo VIII - Emergência: Caso suspeito

Emergência: Caso suspeito

Procedimentos a adotar

1. A Responsável de Serviço e a Auxiliar Apoio que acompanhem e prestem assistência ao utente/colaborador com sintomas devem antes de iniciar esta assistência: 1- lavar as mãos; 2 – colocar máscara cirúrgica; 3 – colocar luvas descartáveis;

2. O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição o permitir. Sempre que a máscara estiver húmida, deverá ser substituída;

3. Deve ser feito o encaminhamento do caso suspeito para a sala de isolamento pela Auxiliar de Apoio/Responsável de Serviço;

4. Em caso de necessidade fica a Auxiliar de Apoio a prestar assistência ao utente, só saindo para ir ao WC, ficando restrito ao seu uso. O acompanhamento cessa com a retirada do utente;

5. A Responsável de Serviço, informa de imediato:

- Diretor Técnico, Florêncio da Conceição ☎ 965 235 651 ou
- Substituta, Responsável Susana Calhelha ☎ 919 883 357

6. O DT aciona a Linha de Saúde 24 – **808 24 24 24** que irá determinar os procedimentos seguintes;

7. Sempre que surgir um caso suspeito, os outros utentes deverão ser afastados para outra ala e desinfetado a zona ou quarto onde estava o caso suspeito.

Em caso de emergência, deve ligar para o 112.

Anexo IX - Contactos Internos e Externos

CONTACTOS

Núcleo Operacional de Contingência

Margarida Leitão	☎ 912 966 994
Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Florêncio da Conceição	☎ 965 235 651
Susana Calhella	☎ 919 883 357
Miguel Ângelo	☎ 967 176 742

Entidades Nacionais Saúde e Autoridades

Saúde 24	☎ 808 24 24 24
Centro de Saúde	☎ 261 336 350
Hospital Torres Vedras	☎ 261 319 300
Proteção Civil	☎ 261 320 752
Bombeiros Voluntários	☎ 261 322 122

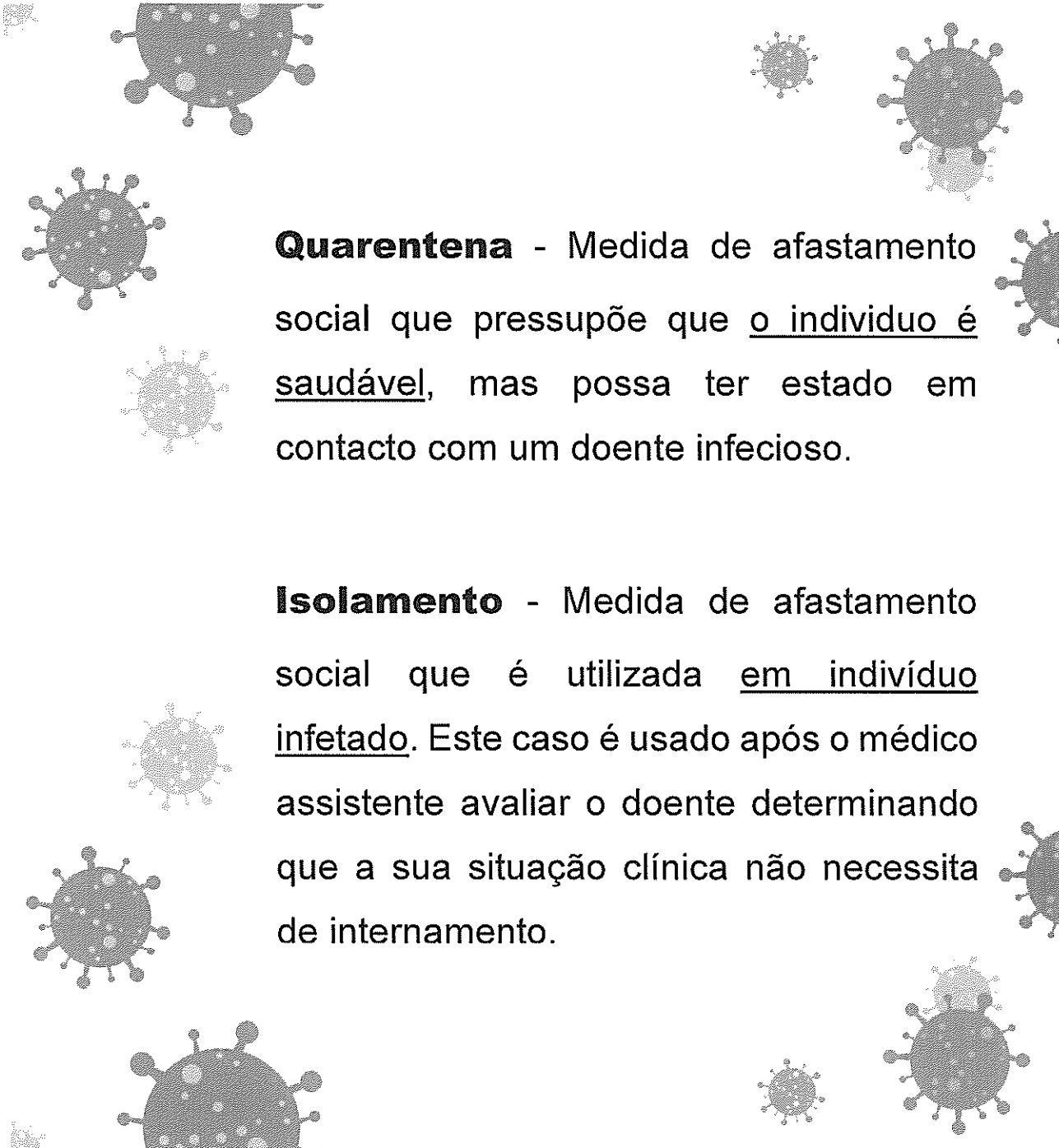


**Associação Para a Educação
de Crianças Inadaptadas**
Rua António Augusto Cabral, n.º13
2560-307 Torres Vedras
Telefone: 261 335 700



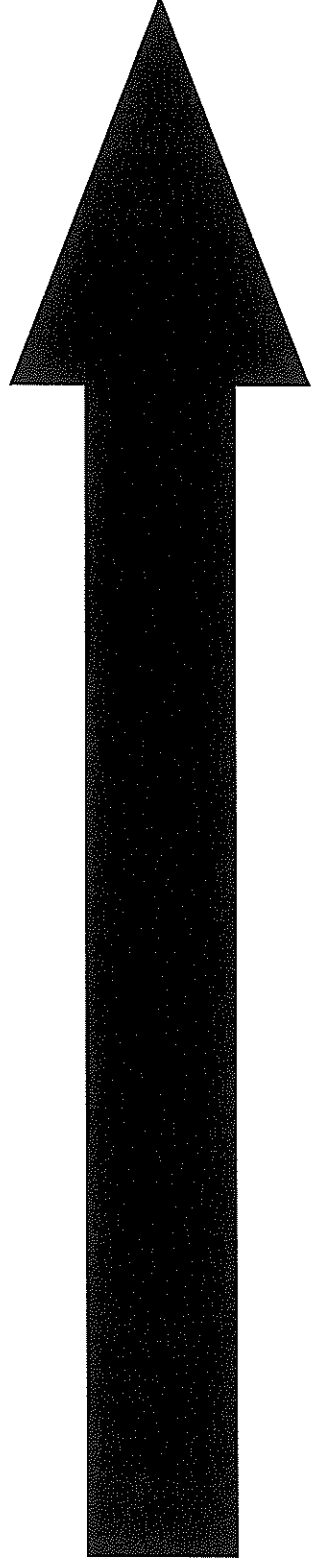
Anexo X - Cartazes

INFORMAÇÃO

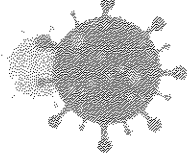
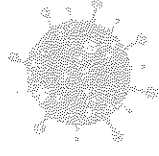
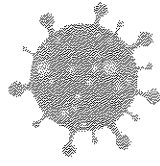
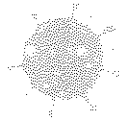


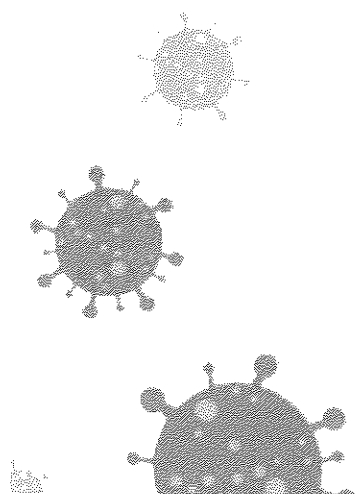
Quarentena - Medida de afastamento social que pressupõe que o indivíduo é saudável, mas possa ter estado em contacto com um doente infeccioso.

Isolamento - Medida de afastamento social que é utilizada em indivíduo infetado. Este caso é usado após o médico assistente avaliar o doente determinando que a sua situação clínica não necessita de internamento.

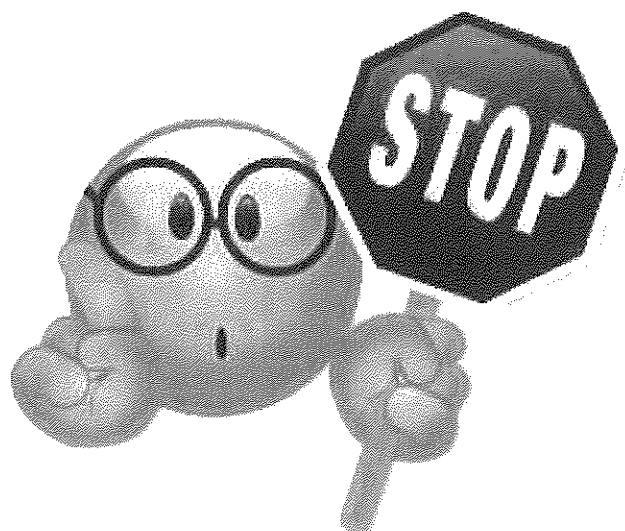
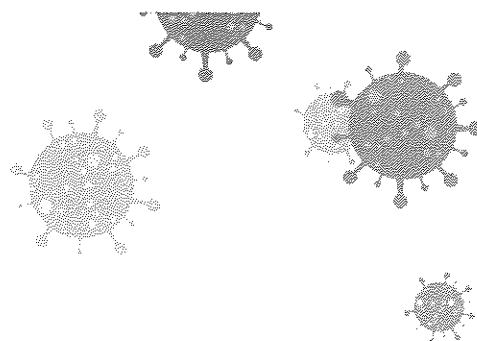


QUARTO ISOLAMENTO





QUARTO ISOLAMENTO





Recomendações ao Colaborador

A Direção da APEI, solicita aos colaboradores que devem estar sensibilizados para o cumprimento das regras de **etiqueta respiratória**, da **lavagem das mãos** e de **outras medidas de higienização e controlo ambiental** abaixo descritas:

Regras de etiqueta respiratória:

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos. Fazê-lo para o braço ou manga com cotovelo ou cobrir com um lenço de papel descartável;
- Usar lenços de papel descartáveis para assoar, depositar de imediato no contentor de resíduos e lavar as mãos;
- Se usar as mãos inadvertidamente para cobrir a boca ou o nariz, lavá-las ou desinfetá-las de imediato;
- Não cuspir nem expetorar para o chão. Se houver necessidade de remover secreções existentes na boca, deve ser utilizado um lenço descartável, diretamente da boca para o lenço e colocar imediatamente no lixo após ser usado;
- É obrigatório o uso de máscaras comunitárias nos espaços de transportes públicos, serviços públicos, comércio e restauração.

Lavagem correta das mãos

As mãos devem ser lavadas frequentemente com água e sabão, em especial nas seguintes circunstâncias e conforme demonstrado no folheto anexo:

- Antes de entrar e antes de sair da instituição;
- Antes e depois de contactar com outras pessoas;
- Depois de espirrar, tossir ou assoar-se;
- Depois de utilizar as instalações sanitárias;
- Depois de contactar com urina, fezes, vômito ou outros objetos potencialmente contaminados;
- Antes e após as refeições;
- Antes e após preparar, manipular ou servir alimentos e alimentar os residentes;
- Depois de fazer as camas e de tratar da roupa;
- Depois de retirar as luvas;
- Sempre que as mãos parecerem sujas ou contaminadas.

Deve ser evitado tocar com as mãos na cara (olhos, nariz ou boca), especialmente se estas estiverem sujas ou possivelmente contaminadas.

Outras regras

- O distanciamento social (1-2 metros entre pessoas) deve ser praticado na sua casa, caso o seu marido/companheiro esteja a trabalhar, de modo a evitar eventual contágio;

Outras regras (cont.)

- Evite a ida aos supermercados/farmácias. Caso tenha possibilidade, envie outro elemento do agregado familiar.
- Na chegada a casa, o calçado deve ficar no exterior;
- Tenha uma área denominada “suja”, onde deve retirar a roupa e coloque-a num saco/cabide;
- Separe os objetos pessoais num recipiente (bolsa, carteira, óculos, chaves, telemóvel). Higienize-os posteriormente. Lave as mãos.
- Evite o uso de anéis;
- O telemóvel deve ser higienizado as vezes necessárias;
- Reforce a lavagem da sua roupa e higiene pessoal (cara, mãos);
- Reforce a limpeza dos objetos e superfícies que são manuseadas em sua casa;
- Utilize desinfetante na proporção de 1 parte de lixívia para 9 partes de água.

A Direção da APECI informa as orientações divulgadas pela DGS, de modo a prevenir eventual contágio aos utentes, alunos e formandos da Instituição.

Agradecemos, desde já o seu cuidado e diligência.

O Presidente

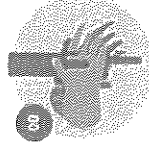
NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



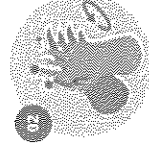
Duração total do procedimento: **20 segundos**



Moeding as mãos



Aplicando sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregando as palmas das mãos, uma na outra



Esfregando as costas da mão com o dedo indicador da outra mão



Esfregando o polegar esquerdo com o punho direito e vice-versa



Esfregando o polegar direito com o punho esquerdo e vice-versa



Esfregando as mãos com água



Esfregando as mãos com água



Esfregando as mãos com água

Anexo XI - Instrução de trabalho para visitas aos Utentes do Lar Residencial da APECI (Lar dos Andares e Lar das Vivendas)

	INSTRUÇÃO DE TRABALHO Visitas aos utentes do Lar Residencial da APECI (Lar dos Andares e Lar das Vivendas)		
	IT-LAR-001	Edição: 2	Data: 16-11-2020

1. Objectivo

Clarificar as regras de visitas aos utentes do Lar Residencial da APECI (Lar dos Andares e Lar das Vivendas).

2. Campo de Aplicação

Aplica-se aos Lares Residenciais.

3. Documentação e Referências

MA-GQ-005- Plano de Contingência_Coronavírus_Lar

Modo de Proceder

No seguimento da Informação nº 011/2020 de 11/05/2020 e atualizada a 18/10/2020 (em anexo) relativa a Visitas a Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI) e Estabelecimentos de Apoio Social para Crianças, Jovens, Pessoas Idosas ou Pessoas com Deficiência, foram retomadas as visitas aos Residentes do Lar Residencial da APECI a partir do dia 18 de maio de 2020.

As visitas irão decorrer no cumprimento dos normativos acima indicados bem como das orientações internas, sobre o assunto, de onde se salientam os seguintes aspetos:

1. As visitas devem realizar-se com agendamento prévio, pelo menos uma vez por semana.
2. As visitas decorrem diariamente (7 dias /semana), de 2ª a 6ª feira das 16:30m às 17h30m e aos fins-de-semana/feriados das 14h30m às 17h30m.
3. O agendamento fica a cargo do Diretor Técnico dos Lares Residenciais – Fisioterapeuta Florêncio Conceição - que informará do local onde o visitante se deve dirigir no dia e hora marcada.
4. Cada visita terá tempo limitado, nunca podendo exceder 1h, e a duração desta terá sempre em conta a situação de saúde do residente.
5. No dia da visita, à entrada, o DT ou outra pessoa por este indicada confirmará a identificação do visitante e o respetivo agendamento.
6. As pessoas com sinais/sintomas sugestivos de COVID-19, com contacto com um caso suspeito ou confirmado de COVID-19 nos últimos 14 dias, não devem realizar ou receber visitas.

Verificado:

Data:

Aprovado:

Data:

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)

	INSTRUÇÃO DE TRABALHO Visitas aos utentes do Lar Residencial da APECI (Lar dos Andares e Lar das Vivendas)		
	IT-LAR-001	Edição: 2	Data: 16-11-2020

7. Antes de se dar início à visita o visitante terá obrigatoriamente de colocar máscara bem como proceder à higienização das mãos.
8. O visitante será acompanhado ao local onde a visita irá decorrer, não sendo admitida a circulação de visitas pela instituição, nem a utilização das instalações sanitárias dos utentes (deve ser definida uma instalação sanitária durante o período de visitas que será higienizada após cada utilização).
9. Durante a visita deve manter-se o cumprimento de todas as medidas de distanciamento físico e etiqueta respiratória entre residente e visitante.
10. Não será permitida a entrega de alimentos, objetos pessoais ou outros produtos aos residentes.
11. Não poderão ocorrer visitas em simultâneo a 2 utentes, salvo no caso de irmãos.
12. Entre as visitas terá de ser respeitado um período mínimo de 15m destinado à higienização e ventilação do espaço.

Solicita-se que no pedido de agendamento seja indicado:

- Nome do Residente a Visitar.
- Nome completo do Familiar/Visitante.
- Contacto telefónico do Familiar que pretende visitar.
- Data e hora desejável para a visita (de forma a tentarmos conciliar a pretensão).

Controlo de Edições da Instrução de Trabalho

Edição	Data	Descrição das alterações
01	19-05-2020	Edição inicial.
02	16-11-2020	Alteração da redação e integração de novos pontos.

 MARCAÇÃO DE VISITAS AOS UTENTES DO LAR RESIDENCIAL DA APECI

Mês: _____

[illegible]

Anexo XIII - Registo de Utentes em Isolamento



REGISTO DE UTENTES EM ISOLAMENTO

Mês: _____ 2020

Entrada		Nome Utente	Motivo	Assinatura do Responsável	Saída		Assinatura do Responsável	Observação
					Dia	Hora		

IMP-LAR-042-2020.09.23

Pág. _____

Anexo XIV - Identificação de Situação em Isolamento

QUARENTENA COVID -19

DIA 1: _____

ENTRADA RESTRITA AO PESSOAL COM EPI:

- PROTEÇÃO DE SAPATOS
- BATA IMPERMEÁVEL
- MÁSCARA
- LUVAS

UTENTE:

- OBRIGATÓRIA PERMANENCIA NO QUARTO
- WC – ÚLTIMO A TOMAR BANHO (DESINFECÇÃO APÓS CADA UTILIZAÇÃO)
- USO DE MÁSCARA SEMPRE QUE POSSÍVEL QUANDO ESTIVER A SER CUIDADO



Anexo XV – Registos de Higienização do Lar Residencial (4 impressos)



REGISTOS DE HIGIENIZAÇÃO DO LAR RESIDENCIAL

Local: Gabinete do Lar Residencial (Vivendas)

Mês:

Ano:

Periodicidade

Diário	Semanal	Semestral
--------	---------	-----------

Tarefas a Realizar

Data	Chão 1x ao dia	Caixotes do lixo 1x ao dia	Mesas 1x ao dia	Equipamentos 1x ao dia	Vídeos 1x por semana	Paredes/ Tetos
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						

NOTA: Todos os colaboradores que realizam as tarefas deverão rubricar no espaço correspondente.
A limpeza de equipamentos diz respeito ao computador, impressora, etc..

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)



REGISTOS DE HIGIENIZAÇÃO DO LAR RESIDENCIAL

Local: Quartos do Lar Residencial (Vivendas)

Mês:

Ano:

Periodicidade

Diário	Semanal	Semestral
--------	---------	-----------

Tarefas a Realizar

Data	Troca de Lençóis 1x ao dia	Limpeza do pó do pó 1x ao dia	Chão 1x ao dia	Cadeiras 1x ao dia	Cadeirão 1x ao dia	Cômodas 1x ao dia	Arejar o Quarto 1x ao dia	Maçanetas das Portas 2x ao dia	Porta 1x ao dia	Vídeos	Paredes/ Tetos
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											
31											

NOTA: Todos os colaboradores que realizam as tarefas deverão rubricar no espaço correspondente.



ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)



REGISTOS DE HIGIENIZAÇÃO DO LAR RESIDENCIAL

Local: Sala e Corredores Lar Residencial (Vivendas)

Mês:

Ano:

Periodicidade

Diário

Semanal

Semestral

Tarefas a Realizar

Data	Puxador da Porta 3x ao dia	Mesas 2x ao dia	Cadeiras 2x ao dia	Armários 2x ao dia	Chão 1x ao dia	Sofás 1x ao dia	Vídeos 1x por semana	Paredes/ Tetos
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								
31								

NOTA: Todos os colaboradores que realizam as tarefas deverão rubricar no espaço correspondente.

②

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)



REGISTOS DE HIGIENIZAÇÃO DO LAR RESIDENCIAL

Local: WC's do Lar Residencial (Vivendas)

Mês:

Ano:

Periodicidade

Diário

Semestral

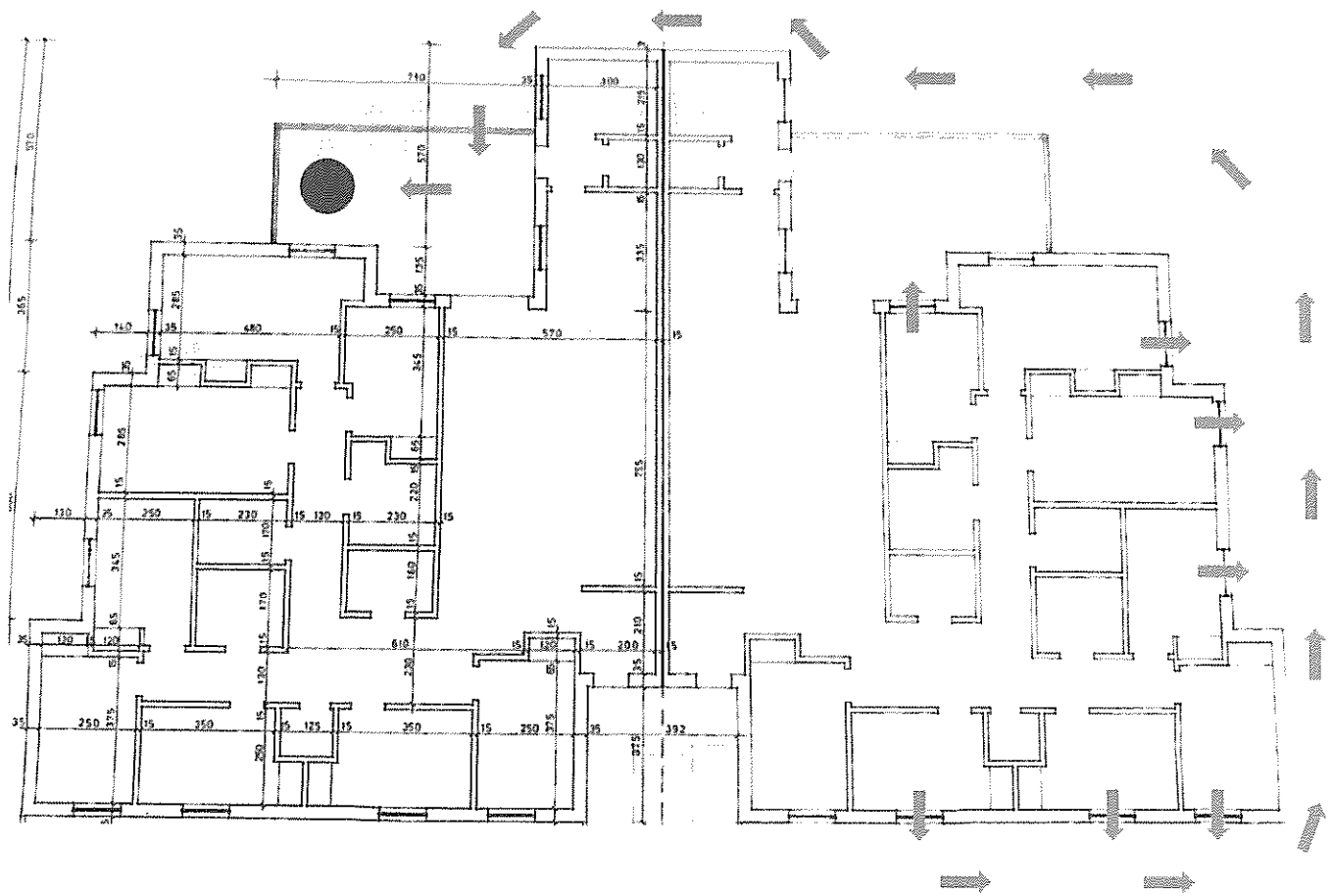
Tarefas a Realizar

Data	Sanitas 3x ao dia			Lavatórios 2x ao dia		Baldes/Porta papéis 1x ao dia	Chão 1x ao dia	Porta 1x ao dia	Banheira/ Poliban Cada utilização	Paredes/ Tetos
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										
31										

NOTA: Todos os colaboradores que realizam as tarefas deverão rubricar no espaço correspondente.
Deverá ser sempre a mesma colaboradora por casa de banho.



Anexo XVI – Circuito de Roupa Contaminada



Legenda: ● - Zona de sujos contaminados; → - Trajeto de sujos contaminados.

[illegible]



REGISTRO DE VISITANTES

IMP-AAF-002-2020.07.01 Pág. —

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)

Anexo XIX – Planos de Higiene e Desinfecção dos Lares Residenciais (4 planos)

	PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS
---	---

Plano 1 – Sala de Estar, de Refeições e Escritório

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Mesas	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras verde	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	Antes e depois das refeições	Auxiliares
Cadeiras de Refeição	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	Antes e depois de cada utilização	Auxiliares
Cadeiras de sala de estar e Cadeirões	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	2x/dia	Auxiliares
Armários e bancadas	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras verde	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	1x/dia	Auxiliares
Brinquedos e outros objetos	Solução detergente e desinfetante compatível c/ objetos a higienizar GLOM PROF VT 29	Recipiente para imersão	- Imersão dos objetos em água e detergente desinfetante durante 5m. Posteriormente enxaguar apenas com água e colocar a secar	1x/dia ou após cada utilização	Auxiliares
Computador e acessórios	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	Após cada utilização	Auxiliares

2021

Pág 1 de 7

	PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS
---	---

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Janelas	Detergente Multiusos HLS-V	Pano apropriado	- Pulverizar a zona a limpar, passar com o pano e posteriormente secar c/ pano adequado	1x/semana	Auxiliares
Pavimento	Hipoclorito de sódio a 0,1 ou qualquer produto viricida validado Glow Profissional Floral	Balde e esfregona	- Passar em toda a superfície a limpar.	2x/dia	Auxiliares
Candelários	Detergente Multiusos HLS-V	Pano apropriado	- Pulverizar a zona a limpar, passar com o pano e posteriormente secar c/ pano adequado	1x/semana	Auxiliares

Obs.: Sempre que seja usado pano microfibras este é obrigatoriamente higienizado após cada utilização.

Pano de limpeza reutilizável com obrigatoriedade de desinfecção. Após cada utilização, higienizá-lo numa solução de 990 ml de água + 10 ml de lixívia.	
	Bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões e corrimões.
Pano Verde	Mesas de refeição, bancada de preparação de pequenas refeições (balcão das copas e balcão da sala de refeições) e carrinhos de transporte de refeição.
Pano Amarelo	Limpar espelho, prateleira e lavatório dos WC's.
	Autoclismo (atenção ao botão do autoclismo) e sanitas só a parte exterior.
Piçaba	A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piçaba e com solução de lixívia.
Papel	Telefones, comandos da televisão, maçanetas das janelas, botões dos elevadores, interruptores de luz e torneiras dos lavatórios.
Saco Branco	Lixo de EPI's.
Saco Verde	Roupa normal.
Saco Amarelo	Roupa contaminada.

2021

Pág 2 de 7

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)



PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS

Plano 2 – Higienização dos Quartos

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Camas	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	1x/dia	Auxiliares
Cadeira/cadeirão	Solução detergente e desinfetante Glow Profissional VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	1x/dia	Auxiliares
Cómodas e secretária	Solução detergente e desinfetante Glow Profissional VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	1x/dia	Auxiliares
Puxadores de portas	Solução desinfetante VT 29	Toallete de Papel	- Impregnar os toalhetes na solução desinfetante; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	2x/dia	Auxiliares
Janelas	Detergente multiusos HLS-V	Pano apropriado	- Pulverizar a zona a limpar, passar com o pano e posteriormente secar c/ pano adequado	1x/semana	Auxiliares
Pavimento	Hipoclorito de sódio a 0,1 ou qualquer produto vinica validado Glow Profissional Floral	Balde e Esfregona	- Passar em toda a superfície a limpar	1x/dia	Auxiliares
Quadros/ Molduras	Detergente multiusos HLS-V	Pano apropriado	- Pulverizar a zona a limpar, passar com o pano e posteriormente secar c/ pano adequado	1x/semana	Auxiliares

Obs.: Sempre que seja usado pano microfibras este é obrigatoriamente higienizado após cada utilização.

2021

Pág. 3 de 7



PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS

Plano 3 – Higienização dos Quartos de Isolamento

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Cadeira e mesa de apoio	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Aplicar a solução e deixar atuar cerca de 2-3m. Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto, deixar secar ao ar	Após cada utilização	Auxiliares
Cama	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Aplicar a solução e deixar atuar cerca de 2-3m. Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto, deixar secar ao ar	Após cada utilização	Auxiliares
Televisão	Solução desinfetante VT 29	Toallete de papel ou pano microfibras	- Impregnar os toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	Após cada utilização	Auxiliares

Obs.: Sempre que seja usado pano microfibras este é obrigatoriamente higienizado após cada utilização.

Pano de limpeza reutilizáveis com obrigatoriedade de desinfecção. Após cada utilização, higienizá-los numa solução de 990 ml de água + 10 ml de lixívia.	
	Bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões e corrimões.
Pano Verde	Mesas de refeição, bancada de preparação de pequenas refeições (balcão das copas e balcão da sala de refeições) e carrinhos de transporte de refeição.
Pano Amarelo	Limpar espelho, prateleira e lavatório dos WC's.
	Autoclismo (atenção ao botão do autoclismo) e sanitas só a parte exterior.
Piaçaba	A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com solução de lixívia.
Papel	Telefones, comandos da televisão, maçanetas das janelas, botões dos elevadores, interruptores da luz e torneiras dos lavatórios.
Saco Branco	Lixo de EPI's.
Saco Verde	Roupa normal.
Saco Amarelo	Roupa contaminada.

2021

Pág. 4 de 7

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)

	PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS
---	---

Plano 4 – Higienização dos Sanitários

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Cadeiras e Macas de Banho	Solução desinfetante HCL-25 VT29	Toallete de papel ou pano microfibras	- Aplicar a solução e deixar atuar cerca de 2-3m. Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto, passar com água limpa.	Após cada utilização	Auxiliares
Lavatórios	Solução detergente e desinfetante HCL-25 VT29	Toallete de papel ou pano microfibras	- Impregnar os toalhetes na solução; - Iniciar a Limpeza pelas torneiras, depois o lavatório e superfícies adjacentes com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto.	2x/dia	Auxiliares
Zonas de Banho e Banheiras	Solução detergente e desinfetante HCL-25 VT29	Toallete de papel ou pano microfibras	- Aplicar a solução e deixar atuar durante 5m, esfregar bem e passar com água limpa	Após cada utilização	Auxiliares
Sanitas	Solução detergente e desinfetante HCL-25	Piaçaba no interior e toallete de papel na zona exterior ou pano microfibras vermelho	- No interior aplicar a solução e deixar atuar durante 5m, esfregar bem e puxar o autoclismo ainda c/ o piaçaba dentro da sanita, - Na zona exterior espalhar a solução na parte de cima da sanita e sobre os tampos, esfregar c/ toallete impregnado na solução de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto. Passar com pano só com água e deixar secar ao ar. Limpar e desinfetar o botão do autoclismo.	3x/dia	Auxiliares
Contentores de Resíduos	Hipoclorito de sódio a 0,1 ou qualquer produto viricida validado Glow Profissional Floral	Toallete de papel	- Aplicar a solução e deixar atuar cerca de 5m, esfregar com o toallete e deixar secar ao ar.	1x/dia	Auxiliares

2021

Pág 5 de 7

	PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS
---	---

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Pavimento	Hipoclorito de sódio a 0,1 ou Qualquer produto viricida validado Glow Profissional Floral	Balde e Esfregona	- Passar em toda a superfície a limpar.	2x/dia	Auxiliares
Espelhos	Detergente Multiusos HLS-V	Toallete de papel ou pano microfibras	- Impregnar os Toalhetes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto	1x/dia	Auxiliares

Obs.: Sempre que seja usado pano microfibras este é obrigatoriamente higienizado após cada utilização.

Pano de limpeza reutilizáveis com obrigatoriedade de desinfecção	
Após cada utilização, higienizá-los numa solução de 990 ml de água + 10 ml de lixívia.	
	Bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões e corrimões.
Pano Verde	Mesas de refeição, bancada de preparação de pequenas refeições (balcão das copas e balcão da sala de refeições) e carrinhos de transporte de refeição.
Pano Amarelo	Limpar espelho, prateleira e lavatório dos WC's.
	Autoclismo (atenção ao botão do autoclismo) e sanitas só a parte exterior.
Piaçaba	A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com solução de lixívia.
Papel	Telefones, comandos da televisão, maçanetas das janelas, botões dos elevadores, interruptores da luz e torneiras dos lavatórios.
Saco Branco	Lixo de EPI's.
Saco Verde	Roupa normal.
Saco Amarelo	Roupa contaminada.

2021

Pág 6 de 7

Q

ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)

LAR RESIDENCIAL (VIVENDAS E APARTAMENTOS)



PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO DOS LARES RESIDENCIAIS

Plano 5 – Higienezação de Espaços Comuns; Superfícies de Toque frequente e Ajudas Técnicas

SUPERFÍCIE/ EQUIPAMENTO	PRODUTO A UTILIZAR	MATERIAL A UTILIZAR	MODO DE UTILIZAÇÃO	FREQUÊNCIA	RESPONSÁVEL
Paredes – até a altura de braço	Solução desinfetante HCL-25	Toallete de papel ou pano microfibras	- Aplicar a solução e deixar atuar cerca de 2-3m. Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto, passar com água.	1x/semana	Auxiliares
Portas, maçanetas, interruptores	Solução detergente e desinfetante VT-29	Toallete de papel ou pano microfibras azul	- Impregnar os Toalletes na solução; - Limpar a superfície com o toallete de modo a remover toda a sujidade e de forma a garantir que toda a superfície teve contacto c/ o produto.	3x/dia	Auxiliares
Cadeiras de Rodas, Andarilhos, etc	Solução detergente e desinfetante Glow Professional VT-29	Pulverizador, toallete de papel	- Pulverizar todo o equipamento abundantemente. Limpar com o toallete de forma a remover toda a sujidade garantindo que todo o equipamento teve contacto com o produto.	1x/dia	Auxiliares

Obs.: Sempre que seja usado pano microfibras este é obrigatoriamente higienizado após cada utilização.

Pano de limpeza utilizado com obrigatória de desinfecção. Após cada utilização, higienizar com solução de 250 ml de água + 10 ml de lixívia.	
	Balcões, mesas, cadeiras, cadeiras e corrimões.
Pano Verde	Áreas de refeição, bancada de preparação de pequenas refeições (balcão das copas e balcão da sala de refeições) e caminhos de transporte de refeições.
Pano Amarelo	Limpar espelho, prateleira e lavatório dos W.C.
	Autoclismo (atenção ao budo do autoclismo) e sanitas só a parte exterior.
Folha	A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio jato de água e com solução de lixívia.
Papel	Telefones, comandos da televisão, maçanetas das janelas, botões dos elevadores, interruptores da luz e tomadas dos lavatórios.
Saco Branco	Uso de EPI's.
Saco Verde	Roupa normal.
	Roupa contaminada.