

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID 19 (CORONAVIRUS)

**APECI – Centro de Formação e
Integração Profissional**

**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

Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Vitor Carramão	☎ 963 314 396
Anabela Reis	☎ 968 541 923
Paula Antunes	☎ 968 541 923
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	7
4. ENQUADRAMENTO DO CORONAVÍRUS - SARS-CoV-2 [COVID-19]	7
4.1. Origem	7
4.2. Características	8
4.3. Transmissão	8
5. CRITÉRIOS DE IDENTIFICAÇÃO DO CASO	9
5.1. Caso suspeito	9
5.2. Caso provável	9
5.3. Caso confirmado	10
6. FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO	10
7. PLANO DE CONTINGÊNCIA	11
7.1. Operacionalização	11
7.2. Coordenação Operacionalização	12
7.2.1. Competências da Coordenação	12
7.2.2. Competências do Diretor Técnico	12
7.2.3. Competências do Responsável Comunicação	14
7.3. Identificação de Atividades Prioritárias	14
8. MEDIDAS DE HIGIENE, AMBIENTE E CUIDADOS AO FORMANDO/UTENTE	15
8.1. Instalações e equipamentos	15
8.2. Colaboradores	16
8.3. Cuidados ao Formando/Utente	17
9. GESTÃO RECURSOS HUMANOS	17
10. SALA DE ISOLAMENTO E DISTANCIAMENTO SOCIAL	18
10.1. Emergência: Caso suspeito	19
10.2. Colaborador em quarentena	20
10.3. Formandos/Utentes que Regressem da sua Residência	20
10.4. Formandos/Utentes que Regressem de Internamento Hospitalar	20
10.5. Formando/Utente Infetado com COVID19	21
11. DIAGNÓSTICO E ORIENTAÇÃO (CONTACTOS)	21
12. IDENTIFICAÇÃO DE MEDIDAS DE MANUTENÇÃO EM SITUAÇÃO DE CRÍSE	21



PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
CENTRO DE FORMAÇÃO E INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

13. REAVALIAÇÃO DO PLANO.....	23
14. AVALIAÇÃO PÓS-PANDEMIA.....	23
CONCLUSÃO	23
REFERÉNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25
GLOSSÁRIO.....	26
ANEXOS	
Anexo I - Medidas Recomendadas	
Anexo II – Desenvolvimento do Plano Geral	
Anexo III - Instrução de Trabalho	
Anexo IV - Regras de lavagem de mãos	
Anexo V - Colocação de Equipamentos Proteção Individual	
Anexo VI – Áreas de Isolamento e Circuitos até à mesma	
Anexo VII - Emergência: Caso suspeito	
Anexo VIII - Contactos Internos e Externos	
Anexo IX - Procedimentos a Implementar	
Anexo X - Cartazes	
Anexo XI – Procedimentos de Segurança (Acesso, Manuseio e Circulação)	



Siglas

AAF – Área de Administração e Finanças

AAS – Área de Apoio e Suporte

AEO – Área de Educação e Ocupação

CAO – Centro Atividades Ocupacionais

CRI – Centro de Recursos para a Inclusão

DGS – Direção Geral de Saúde

DT – Diretor Técnico

EPI – Equipamento de Proteção Individual

FP – Centro de Formação e Integração Profissional

IPI – Intervenção Precoce na Infância

ISS – Instituto da Segurança Social

OMS – Organização Mundial de Saúde

PCT – Prática em Contexto de Trabalho

SED – Serviço de Educação

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 formandos/utentes, colaboradores, suas famílias e parceiros/fornecedores.

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 Centro de Formação e Integração Profissional da APECI, procedendo à avaliação do impacto deste cenário no mesmo e da necessidade de prevenção e controlo da infecção, 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 formandos/utentes, colaboradores e famílias das Áreas pertencentes ao Centro de Formação e Integração Profissional, numa perspetiva de prevenção e ainda para 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 no equipamento do Centro de Formação e Integração Profissional, sito em Casal Godel.

Nota: Os formandos que se encontram a realizar Prática em Contexto de Trabalho (PCT), estão abrangidos pelos planos das Entidades de Acolhimento.

A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infecção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2 [COVID-19], assim como os procedimentos a adotar perante um formando/utente, colaborador e família, que apresentem sintomas desta infecção, 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 em 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 infecções 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 respiratórios 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 infeciosas e por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micrón);
- 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. E, 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
<p>Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização</p>	<p>E</p> <ul style="list-style-type: none">• História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do inicio de sintomasOU• Contacto com caso confirmado ou provável de infecção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do inicio dos sintomasOU• 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 a DGS informa na Norma 004/2020 e mais recentemente, orientações médicas alertam que para casos suspeitos, deverá ter-se em conta os seguintes sintomas:

- Todas as pessoas desenvolvam quadro respiratório agudo (persistente ou agravamento de tosse habitual) ou
- febre (temperatura maior ou igual a 38 graus), ou
- dispneia/dificuldade respiratória, ou
- dores de cabeça fortes (associadas a outros sintomas), ou
- cansaço extremo, ou
- não ter olfato e/ou paladar

devem ligar para a linha de Saúde 24 - **808 24 24 24**.

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.

Os doentes com suspeita de COVID-19 devem ser submetidos a teste laboratorial (rRT-PCR) para SARS-CoV-2, em amostras do trato respiratório (superior e/ou inferior), nos termos da Orientação n.º 015/2020 e da Norma 007/2020 da DGS.

5.3. Caso confirmado

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

6. Formação e Informação

Neste âmbito é imprescindível garantir que os formandos/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, formandos/utentes, famílias e outros considerados relevantes, relativamente a:

- Manuseamento de equipamentos de proteção individual para colaboradores e formandos/utentes;
- Promoção e divulgação de hábitos de prevenção e controlo de infecção (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 formandos/utentes, relativamente a:**

- Conhecimento e treino sobre lavagem das mãos;
- Regras de etiqueta respiratória;
- Conhecimento de todas as normas de controlo de infecção;



- Conhecimento dos sintomas do Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19);
 - Estar atentos ao estado de saúde de todos os formados/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 infecção;
 - Difundir a informação escrita: cartazes e flyers (**Anexo I**).

7. Plano de Contingência

7.1. Operacionalização

A ativação do Plano de contingência do Centro de Formação e Integração Profissional é decidida pela Direção, ficando a sua Coordenação dependente do Presidente da Direção, pelo seu substituto o Vice-presidente e pelo Diretor Técnico do Centro de Formação e Integração Profissional, tendo em conta a evolução do quadro de Infecção e as orientações das autoridades nacionais de saúde.

O Plano de Contingência apresenta um modelo de prossecução delineado conforme os impactos diretos nos serviços, a gestão de recursos humanos a afetar e as atividades a desenvolver (**Anexo II**).

A utilização de equipamentos de proteção individual como máscaras e luvas, deverá ser de uso obrigatório. As toucas, aventais e outras EPI'S consideradas necessárias, não deve ser de uso generalizado. A sua utilização deve ser feita considerando a situação particular do estado de saúde dos formados/utentes e colaboradores, mediante aconselhamento das entidades nacionais/lokais de saúde ou orientações dos responsáveis do plano.

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 Centro de Formação e Integração Profissional, será da seguinte forma:

Cargo	Membro	Substituto
Coordenação	Duarte Lucas	Victor Carramão
Diretor Técnico	Anabela Reis	Paula Antunes
Responsáveis da Comunicação	Miguel Ângelo Vital Anabela Reis	Miguel Ângelo Vital Paula Antunes

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 do Centro de Formação e Integração Profissional, formandos/utentes;
- 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 Centro de Formação e Integração Profissional;
- Designar os seus interlocutores (grupo de acompanhamento/monitorização) no Centro de Formação e Integração Profissional;
- Orientar o processo de comunicação com os respetivos colaboradores, formandos/utentes, familiares, prestadores de serviços e fornecedores do Centro de Formação e Integração Profissional, de acordo com as linhas de orientação definidas pela Coordenação do Plano;
- Manter os canais de comunicação com os familiares/acompanhantes dos formandos/utentes prestando todas as informações relativas ao estado de saúde destes;
- Desenvolver esforços com o serviço de informática, de forma a implementar serviço de videochamada entre pais/familiares e formandos/utentes de modo a manter o contacto, caso necessário;
- Informar a Coordenação sobre suspeitas de infecção em algum formando/utente, colaborador ou outro considerado relevante;
- Realizar/Desenvolver, reuniões/formação/informação com os colaboradores e formandos/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 medicamentos;
- Organizar os recursos humanos de acordo com as diretrizes 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 Centro de Formação Profissional.

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 Centro de Formação e Integração Profissional deverá elaborar Instruções de Trabalho (**Anexo III**), Cartazes Informativos e demais documentos necessários ao bom funcionamento da Formação Profissional.

7.3. Identificação de Atividades Prioritárias

Durante a fase pandémica Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19) é previsível que surjam casos de colaboradores ou formandos/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 Centro de Formação e Integração Profissional.

É importante determinar os recursos humanos para o normal funcionamento dos serviços anteriormente descritos, assim como, definir quais os serviços mínimos e respetivos recursos humanos de modo a manter em funcionamento as atividades que são imprescindíveis.

Assim, da análise das atividades desenvolvidas no Centro de Formação e Integração Profissional considera-se essenciais e prioritárias as mencionadas abaixo, de modo a garantir os recursos humanos necessários à continuidade das mesmas, mediante orientação das entidades competentes:

- 1. Atividade Formativa** (garantir um número de colaboradores adequado para proceder à formação de acordo com as orientações da entidade tutelar);

- 2. Serviço de Refeitório** (garantir um número de colaboradores adequado para assegurar o serviço);
- 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 Limpeza** (garantir os serviços a todos os espaços em utilização reforçando as medidas preventivas de higienização ambiental);

O encerramento de um Equipamento, Resposta ou Serviço é uma medida que apenas deve ser adotada pela Direção da Instituição após avaliação epidemiológica da situação e com a articulação com o Ministério da Tutela (Entidade Tutelar) e DGS.

8. Medidas de Higiene, Ambiente e Cuidados ao Formando/Utente

8.1. Instalações e equipamentos

Dada a Importância na higienização e arejamento das salas e outros espaços do edifício **é obrigatório** a implementação:

- O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são manuseadas (ex. maçanetas de portas/apoios, torneiras, bancadas, cadeiras, comandos dos televisores, material informático, telefones/telemóveis, etc.). A limpeza e desinfecção 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;
- Dispositivo para fornecimento de toalhetes de papel nas instalações sanitárias e outros 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 para possibilitar a limpeza das mãos;
- Disponibilizar o acesso a lenços de papel e a toalhetes de uso único;

- Estabelecer a periodicidade de limpeza e aumentar o arejamento das salas e de outros espaços;
- Deverá ser dada especial atenção a objetos que possam ser levados à boca como copos, pratos e talheres, quer por formandos 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, o telefone ou telemóvel de serviço, a cada utilização;
- A zona circundante do edifício 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 do Centro de Formação e Integração Profissional, ao longo de todo o período de contingência **devem cumprir rigorosamente:**

- As fardas utilizadas pelos formandos e colaboradores deverão ser lavadas a alta temperatura, no caso da roupa termorresistente (70º a 90º graus) e no caso da roupa termosensível (40º graus);
- O calçado deve desinfetado em local próprio nas entradas do Centro de Formação e Integração Profissional;
- 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**);
- Implementar com rigor o cuidado da higiene das mãos dos formandos à sua responsabilidade;
- 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 de preferência usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);

- 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 dia de trabalho (deve trocar a mesma assim que esta se encontre molhada), 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);
 - Em caso de apoio a formando/utente ou colaborador em isolamento a colocação e remoção dos EPI's tem um papel importante na prevenção e controlo da transmissão cruzada da infecção, pelo que deve obedecer a regras propostas nos quadros do Anexo V;
 - Dever-se-á fazer uso adequado dos recursos disponíveis.

8.3. Cuidados ao formando/Utente

- Diariamente será efetuada e registada a medição de temperatura corporal de cada formando/utente, bem como monitorizados todos os sintomas que os mesmos apresentem;
- Manter os canais de comunicação com os familiares/acompanhantes dos formandos/utentes prestando todas as informações relativas ao estado de saúde destes.

9. Gestão Recursos Humanos

Em contexto deste Plano de Contingência, impõe-se a necessidade de garantir o decorrer da atividade formativa mesmo que recorrendo a outro monitor.

No caso de surgir um colaborador infetado, toda a equipa deverá ser rastreada, assim como os formandos/utentes, aguardando todos os resultados nas respetivas habitações.

Todos os colaboradores que se mantiverem ausentes por imposição das medidas de contingência, não serão prejudicados na sua remuneração.

10. Sala de Isolamento e distanciamento social

- Instituir e divulgar regras claras de não entrada no Centro de Formação e Integração Profissional da APECI de colaboradores ou outros visitantes que manifestem sinais de infecção, a fim de evitar a propagação (verificar ponto 5);
- Sempre que um formando/utente ou colaborador apresentar sinais de infecção (susceptíveis de ser considerado caso suspeito, verificar ponto 5) deverá deslocar-se para a sala de isolamento. Ver plantas de localização da sala de isolamento no Centro de Formação e Integração Profissional da APECI no **Anexo VI**;
- 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;
- Sala de isolamento deve ser utilizada apenas para esse fim, com janela e porta para o exterior e dotada de telefone, 2 cadeiras e colchão 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. Antes de se ausentar da sala, o seu utilizador deve atar o saco existente para receção de resíduos e coloca-lo dentro de outro saco que também deve de ser atado. 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 destinado ao acompanhante do formando/utente (caso já não os tenha colocados);

- A sala de isolamento deve ser limpa e desinfetada 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.

10.1. Emergência: Caso suspeito

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

- A responsável de grupo deve colocar EPI's (lavagem mãos + máscara cirúrgica + luvas);
- O formando/utente suspeito é retirado de imediato para a sala de isolamento onde vai permanecer;
- O formando/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;
- O colaborador permanecerá sempre dentro da sala de isolamento só saindo para ir ao WC (caso a sala não possua), ficando o WC restrito ao seu uso. O acompanhamento cessa com a retirada do formando/utente;
- Os colaboradores e formandos/utentes que estiveram em contacto com o caso suspeito, deverão ficar em quarentena por um período não inferior a 14 dias e atentas ao aparecimento de sintomas coincidentes com este vírus e deverão ser rastreados;
- A sala 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.

10.2. Colaborador em quarentena

Caso haja necessidade de isolar um ou mais colaboradores que necessitem de ficar de quarentena, ou isolamento social voluntário e, não queiram ir para casa por risco de contágio aos familiares, pedir-se-á orientações à Proteção Civil no sentido se ser arranjado um espaço para acolhimento do colaborador.

10.3. Formandos/Utentes que Regressem da sua residência por Suspeita de COVID 19

Os formandos/utentes devem demonstrar ausência completa da febre (sem recurso a antipiréticos) e melhoria significativa de outros sintomas, como por exemplo tosse e falta de ar, durante 3 dias consecutivos e certificar que pelo menos 7 dias se passaram desde o início do primeiro sintoma.

Caso se cumpram os critérios do ponto anterior, a cura é determinada:

- Nos formandos/utentes sem internamento hospitalar por COVID-19: por um teste laboratorial (rRT-PCR) negativo, realizado, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas;
- Deverão ter ficado em quarentena por um período não inferior a 14 dias;
- Não deverão apresentar sintomas compatíveis com os descritos para o COVID 19;
- Deverá ser solicitado prova de teste negativo para Covid 19.

10.4. Formandos/Utentes que Regressem de Internamento hospitalar

Deverão ficar em quarentena na sua residência, após a alta, 14 dias em isolamento adicional.

Caso se cumpram os critérios do ponto anterior, a cura é determinada:

- Nos formandos/utentes com internamento hospitalar por COVID-19: por dois testes laboratoriais (rRT-PCR) negativos, com pelo menos 24 horas de diferença, realizados, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.



10.5. Formando/Utente Infetado com COVID19

O Isolamento é a medida utilizada em indivíduos doentes e no cuidado a doentes COVID-19 positivo. Após orientações da linha de saúde 24 os formandos/utentes serão encaminhados para a sua residência ou unidade hospitalar. Serão informados os familiares responsáveis do mesmo e o Diretor Técnico do Centro de Formação e Integração Profissional. O colaborador e motorista (caso não seja possível deslocação em ambulância) que acompanharem o formando/utente, utilizarão o seguinte equipamento de proteção:

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



11. Diagnóstico e Orientação (contactos)

Numa situação de doença aguda ou dúvida sobre a possibilidade de infecção de um formando/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 VIII):

• Duarte Lucas	☎ 964 670 835
• Vitor Carramão	☎ 963 314 396
• Anabela Reis	☎ 968 541 923
• Miguel Ângelo Vital	☎ 967 176 742
• Paula Antunes	☎ 968 541 923

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

12. 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 ausência de um monitor proceder-se-á à sua substituição por outro da equipa. Caso se verifique um elevado absentismo/quarentena/isolamento de colaboradores, a atividade formativa não reúne condições para continuar e terá que ser interrompida.

No caso de não existir garantia de fornecimento de bens e serviços, devem estar previstas soluções alternativas.

É fundamental proceder à identificação dos postos de trabalho prioritários (monitores); planificação das substituições e reorganização das equipas de trabalho (se possível); formação e treino dos colaboradores para a intervenção em cenário crítico (nomeadamente por ações de formação específicas e pela experiência de trocar de serviços); assegurar o funcionamento da formação, com possíveis reestruturações dos grupos e com recurso obrigatório de colaboradores de outros sectores.

Perante a verificação de um cenário crítico, todos os colaboradores da Instituição podem ser mobilizados ou poderá haver necessidade de encerrar o serviço como prevenção de contágio.

Será garantida a formação e o treino, em tempo útil, para todos os colaboradores do Centro de Formação e Integração Profissional.

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 Centro de Formação e Integração Profissional, devem estar previstas abordagens alternativas (fornecedores junto da comunidade local):

- 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 refeição;
- Garantir os serviços para um atendimento eficaz aos nossos formandos/utentes.

✓ Reorganização da comunicação com as famílias

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

- Informará o coordenador do plano, o familiar de referência ou o DT do Lar, o mais breve possível;

13. Reavaliação do Plano

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

14. 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 Nº 006/2020 de 26 de fevereiro 2020 e da Norma Nº 004/2020 de 23/03/2020, atualizada em 25/04/2020 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 site da DGS ou outras formas de comunicação oficiais.

PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
CENTRO DE FORMAÇÃO E INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

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 infecção 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, 05 de maio de 2020

O Presidente da Direção

(Duarte da Silva Faria Lucas)



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 em 25/04/2020
- Orientação 009/2020 de 27/03/2020
- Norma da DGS 007/2020 de 29/03/2020
- Orientação Nº 015/2020
- Norma 007/2020
- 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 individuo é saudável, mas possa ter estado em contacto com um doente infecioso.

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 infecção 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 – Desenvolvimento do Plano Geral

Plano de Contingência (Covid 19) Formação Profissional

Anexo II-a - Desenvolvimento do Plano Geral (organização)

Nível		Desenvolvimento do Plano Geral - Organização						
DMIS		Ações						Responsável
3	4	5	6	A	B	C		
PLANIFICAÇÃO								
X	X							GO, DTFP
		X	X	X	X	X		GO,
		X	X	X	X	X		DTFP
		X	X	X	X	X		todos, GO,
		X	X	X	X	X		DTFP
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DIR, DTFP
MEDIDAS PREVENTIVAS								
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		TEC
		X	X	X	X	X		TEC
		X	X	X	X	X		TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		TEC
		X	X	X	X	X		TEC
		X	X	X	X	X		DTFP
		X	X	X	X	X		DIR, DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		TEC e DTFP
ORGANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS								
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DIR, DTFP
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS								
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP e TEC
		X	X	X	X	X		DTFP
		X	X	X	X	X		
INFORMAÇÃO / DIVULGAÇÃO								
X	X	X	X					DTFP
X	X	X	X					TEC
X	X	X	X					DTFP
X	X	X	X					DTFP
X	X	X	X	X	X	X		DTFP e TEC
X	X	X	X	X	X	X		DTFP
X	X	X	X	X	X	X		DIR, DTFP
X	X	X	X	X	X	X		TEC e DTFP
X	X	X	X	X	X	X		DIR, DTFP

Legenda:

GO - Miguel Ângelo

DTFP - Anabela Reis

TEC - Paula Antunes

DIR - Direção

A
ANEXOS DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (COVID 19)
CENTRO DE FORMAÇÃO E INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

	Fase	Observação	Ação
Alerta - Pandémico	Fase 3 – Letargia: já não há aumento de casos confirmados de vírus da gripe em Portugal. Um círculo de vírus já existe que já causa infecção em humanos, mas o risco de infecção em comunidade humana é baixo.	Reforçar os planos de contingência para o grupo pandémico e a sua implementação, a nível global, regional, nacional e subnacional.	Proceder, imediatamente e respetando os planos de contingência existentes que se articulam com os planos existentes.
	Fase 3 – Ativo: já existem casos suspeitos de vírus da gripe em Portugal. Pode existir, iniciar-se, multiplicar-se vírus da gripe em circulação com o risco que apresenta um número elevado de casos de infecção de pessoas.	Maintiver o risco de transmissão sob forte monitorização das rotas de migração e a aplicação de medidas de proteção e de contenção.	
	Fase 3 – Gripe estacional: Portugal com uma nova subspécie de vírus, subespécie A ou B, que se multiplica e se transmite entre humanos, sem envolver, durante algum tempo, o resto do mundo para o qual tem continuidade.	Mantener a disponibilidade, detectar, acompanhamento e casos suspeitos. Encorajar a respirar a cada dia.	
Alerta Pandémico	Fase 4 – Luta contra vírus: já existem casos confirmados de vírus da gripe em Portugal. O vírus já se multiplica e se transmite entre humanos, com risco de infecção de pessoas de diferentes grupos etários e com risco de infecção de pessoas de diferentes grupos etários.	Garantir disponibilidade de vacinas, monitorizar a evolução da doença, garantir a disponibilidade de testes e de tratamentos.	Identificar e isolados os casos de infecção, dar apoio ao paciente, garantir a disponibilidade de tratamentos.
Pandémico	Fase 5 – Luta contra vírus: já existem casos confirmados de vírus da gripe em Portugal. O vírus já se multiplica e se transmite entre humanos, com risco de infecção de pessoas de diferentes grupos etários.	Reforçar as medidas de contenção e de proteção, garantir a disponibilidade de tratamentos.	Reservar recursos para a luta contra vírus.
	Fase 6 – Agravamento da situação: já existem casos confirmados de vírus da gripe em Portugal. O vírus já se multiplica e se transmite entre humanos, com risco de infecção de pessoas de diferentes grupos etários.	Mantenha a disponibilidade.	Reservar recursos para a luta contra vírus.
Controlo e monitorização	Quarentena preventiva das pessoas com sintomas de gripe	Realização da resposta à emergência prévia ao nível de saúde pública.	
Risco Potencial	Autonomia grupal em nível local	Avaliação da necessidade, consulta local dos planos.	



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, tomeiras, bancadas, cadeiras, comandos dos televisores, material informático, telefones/telemóveis, etc.);

Utilização de toalhetes de papel nas instalações sanitárias e outros 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. **NUNCA** usar aspirador, exceto se for de reservatório de água.

Lavar os objetos que possam ser levados à boca como copos, pratos e talheres, quer por formandos/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 a cada utilização;

Lavar diariamente a zona circundante do edifício;

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

Anexo III - Instrução de Trabalho

Colaboradores



Procedimentos a adotar:

A entrada terá que ser feita pela porta principal ou pela garagem passando sempre por um dos reservatórios com solução adequada à desinfeção do calçado.

Ao entrar no Centro de Formação Profissional começar por desinfetar as mãos e voltar a faze-lo depois de picar o ponto. Este procedimento deverá ser repetido sempre que necessário, nomeadamente quando se utilizarem objetos de uso comum.

Sempre que estiver dentro do edifício, em contacto com os formandos ou outro colaborador e não seja possível cumprir o distanciamento recomendado é obrigatório utilizar máscara, de acordo com as regras de utilização;

Sempre que a atividade formativa, mesmo que no exterior, exija uma maior proximidade com os formandos terá que usar máscara.

O uso de máscara deve ser a REGRA e não a exceção.

Utilizar farda apropriada para a formação, sempre que aplicável;

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

Higienizar o calçado passando por um dos recipientes com solução apropriada antes de entrar no edifício;

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

Evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou preferencialmente usar lenço de papel; higienizar as mãos logo de seguida;

Utilizar máscara, não tocar na superfície da mesma, 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

Formandos/Utentes



Procedimentos a adotar:

Durante o percurso em transporte público até ao Centro devem usar máscara, cumprir a distância e qualquer outra regulamentação referente à utilização dos transportes;

Ao chegar ao Centro, passar o calçado pelo reservatório com solução adequada, desinfetar as mãos com álcool gel e seguir, acompanhado por um responsável, para a sala atribuída a cada curso cumprindo a distância de segurança. No caso dos formandos do curso Operador de Jardinagem passam a utilizar a sala de terapias para evitar partilha de espaços;

A lavagem correta das mãos será feita sempre que necessário ou tenham para isso indicação de um colaborador e ainda sempre que regressem ao edifício, depois de utilizar o wc, depois de tirar a máscara e antes de entrar no refeitório.

A utilização do balneário deverá ser feita em alternância por forma a não reunir mais do que 4 formandos e um adulto em supervisão. Cada um deve restringir-se ao espaço identificado com o seu nome. Informar as famílias que consideramos que nesta fase não se conseguem reunir, ao nível dos balneários, as condições necessárias para que todos tomem banho. E constatando que após a saída do Centro vão usar o transporte público o banho deverá ser tomado ao chegar a casa para melhor garantia de cumprimento da sua proteção bem como da restante família;

A entrada no refeitório vai ser feita por curso, sob supervisão, e os lugares a ocupar estarão sinalizados com uma cadeira, identificada com o nome, respeitando a distância de segurança. Para eliminar possíveis incumprimentos em fila, os tabuleiros serão colocados por um adulto nos lugares que cada um vai ocupar. Após a refeição dirigem-se individualmente e sob supervisão ao balneário para a lavagem das mãos. Quando reunido todo o grupo saem do refeitório acompanhados pelo adulto. Só podem sair do refeitório quando o adulto responsável permitir,

As tarefas a realizar nos espaços exteriores, grupos Operador Agrícola e Operador de Jardinagem não podem descurar o cumprimento da distância de segurança. Quando estes grupos estiverem em sala, o que deve acontecer no mínimo tempo possível, devem ocupar cadeiras identificadas e colocadas de acordo com a distância de segurança.

As tarefas a realizar pelo curso Assistente Administrativo continuam a acontecer nos dois espaços previstos e devem reunir um número máximo de 5/6 pessoas cumprido a distância de segurança. O lugar a ocupar por cada um estará identificado;

A sala de convívio, por ser maior, poderá ser utilizada por qualquer grupo que o solicite, sempre que se verifique a necessidade de reunir um número de pessoas maior;

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

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



ATENÇÃO: Todas as pessoas que permaneçam com um utente em isolamento devem estar atentas ao aparecimento de sintomas coincidentes com os deste vírus. Todos os sintomas devem ser comunicados à linha de Saúde24.

**Na dúvida, lave
as mãos!**



Anexo III - Instrução de Trabalho

Contactos Sala Isolamento

Núcleo Operacional de Contingência

Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Vitor Carramão	☎ 963 314 393
Anabela Reis	☎ 968 541 923
Miguel Ângelo	☎ 967 176 742
Paula Antunes	☎ 968 541 923

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



Anexo V

COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Lavar convenientemente as mãos e secar.

Sequência de **Vestir EPI's:**

1.



2.

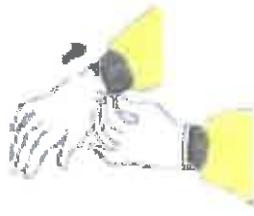


- 1.Bata ou farda
- 2.Máscara
- 3.Protector facial
- 4.Luvas

3.

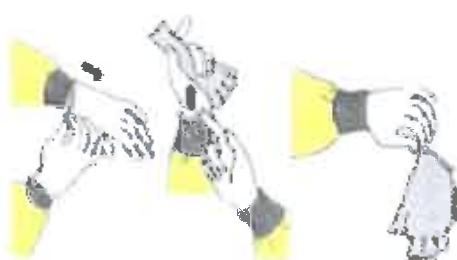


4.

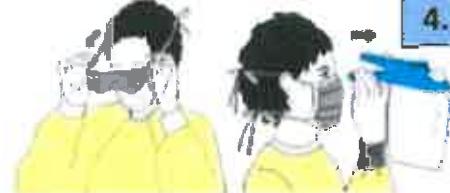


Sequência de **despir EPI's:**

1.



2.

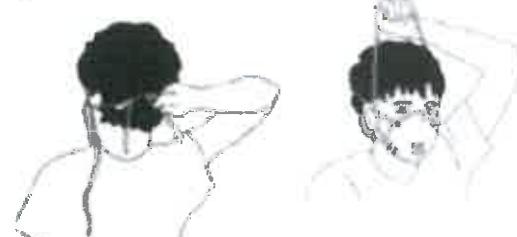


- 1.Luvas
- 2. Protetor facial
- 3.Bata ou farda
- 4. Máscara

3.



4.

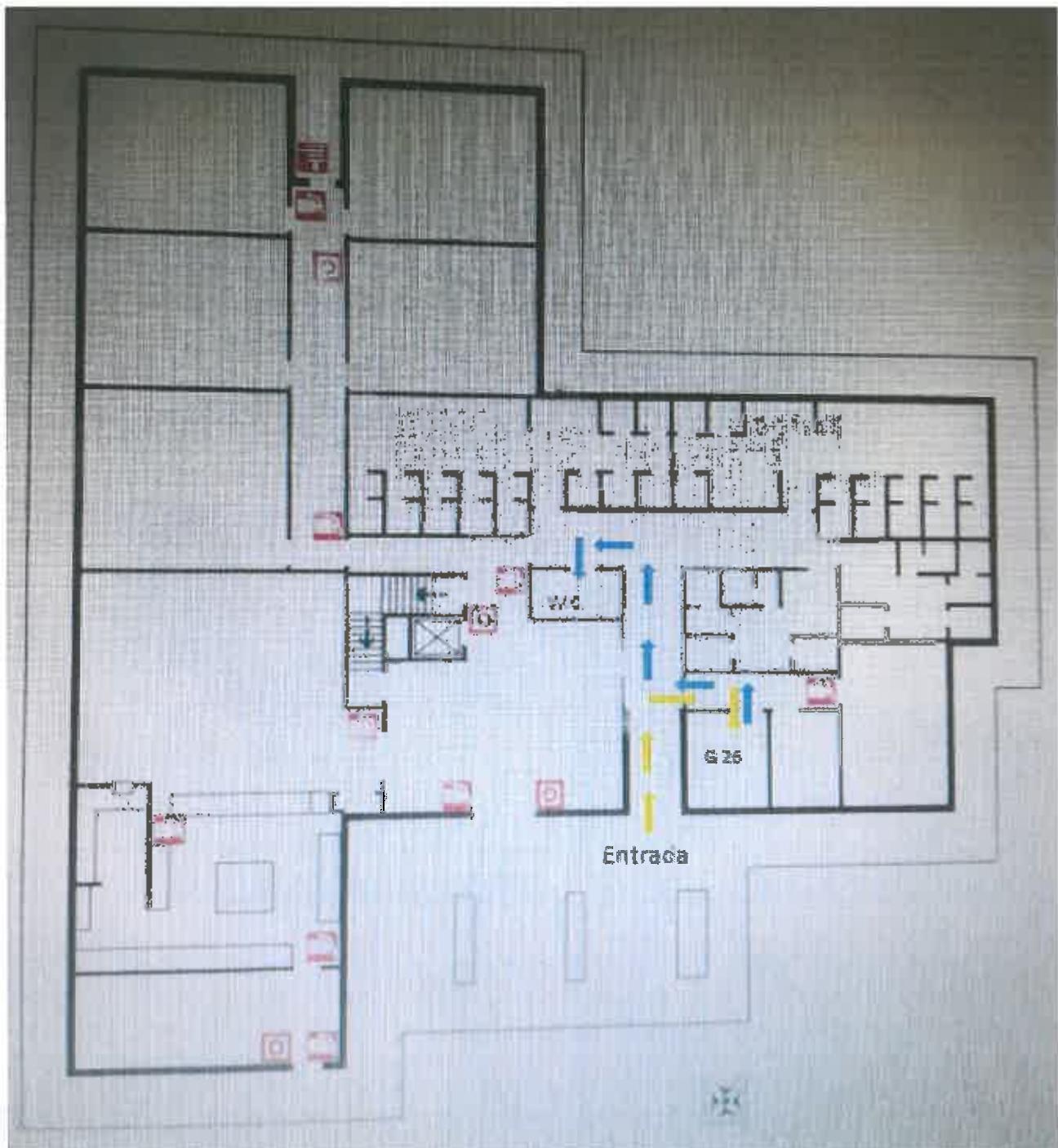


Anexo VI - Áreas de isolamento e circuitos até à mesma

FP

W.C. adaptado – entrada principal, 2^a porta à esquerda

- Gabinete 26 – entrada pela porta principal 1º gabinete à direita





Anexo VII

Emergência: Caso suspeito

Procedimentos a adotar

1. A Colaborador que acompanhe e preste assistência ao formando/utente/colaborador com sintomas deve 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 pelo responsável;

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

5. O Responsável pelo grupo, informa de imediato:

- Diretor Técnico, Anabela Reis ☎ 968 541 923, ou
- Substituto Paula Antunes ☎ 968 541 923

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 formandos/utentes deverão ser afastados para outro local e desinfetada a zona (se aplicável) ou sala onde estava o caso suspeito.

Em caso de emergência, deve ligar para o 112.

Anexo VIII - Contactos Internos e Externos

CONTACTOS

Núcleo Operacional de Contingência

Duarte Lucas	☎ 964 670 835
Vitor Carramão	☎ 963 314 396
Anabela Reis	☎ 968 541 923
Miguel Ângelo	☎ 967 176 742
Paula Antunes	☎ 968 541 923

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

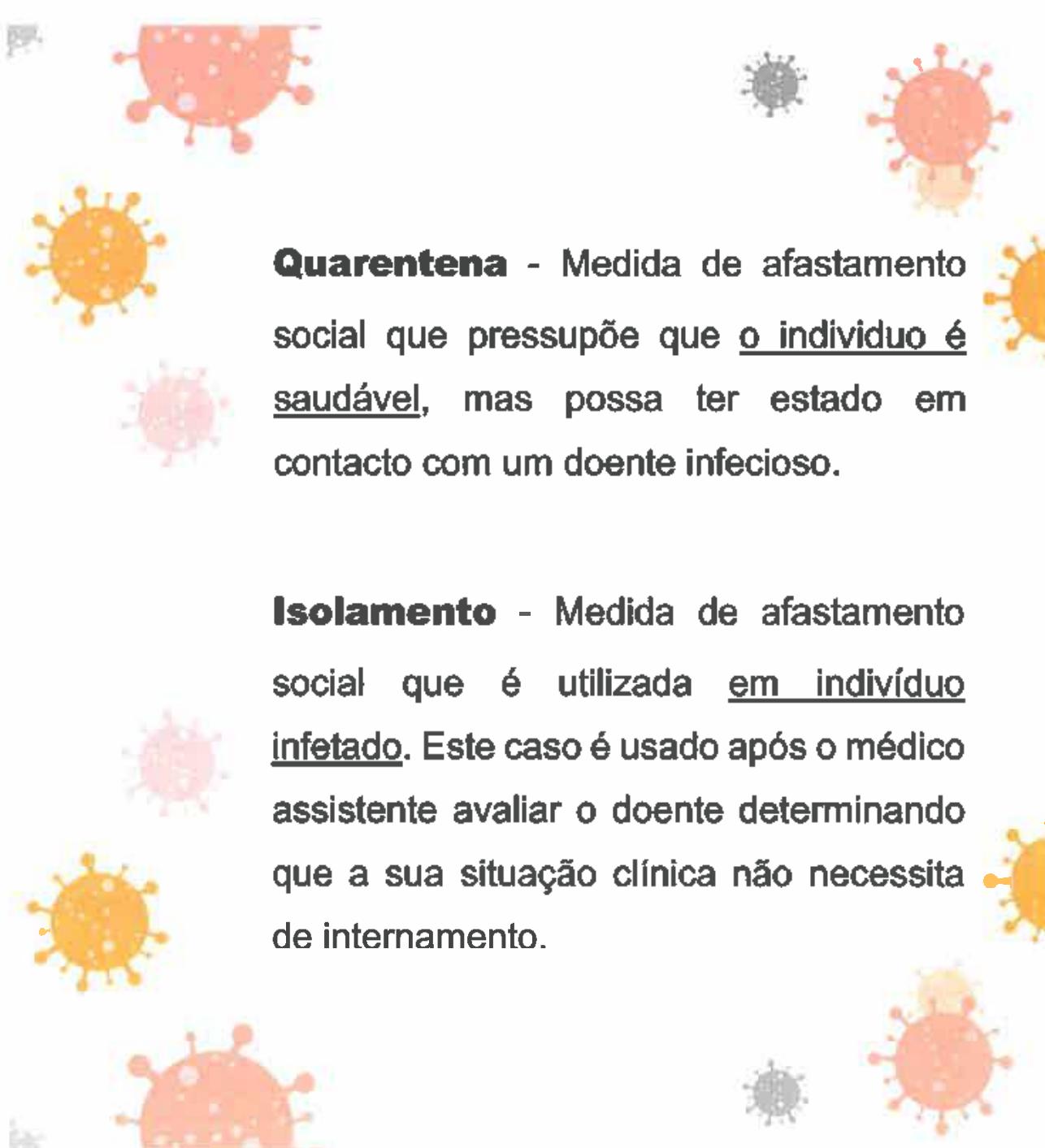
Anexo IX - Procedimentos a implementar:

No quadro da realização dos testes de desplste covid-19, quando perante **casos positivos**, o laboratório informa o próprio e o Delegado de Saúde. Nesse seguimento serão realizadas as seguintes diligências, a saber:

1. **O Delegado de Saúde estabelece o contacto com quem tem o teste positivo**
Nesse contexto efetua a análise da história pessoal, familiar e laboral.
2. **O Delegado de saúde contacta a interlocutora de cada instituição (ref. e contactos previamente facultados).** Solicita os contactos de colegas de trabalho do profissional e a listagem dos utentes a quem o profissional prestou cuidados.
Da parte dos interlocutores designados por cada instituição impõe-se proceder ao envio da listagem dos demais profissionais.
3. **O Delegado de saúde caracteriza os contactos como de baixo ou alto risco.**
Tal ditará a prioridade em matéria de agendamento de testes a realizar.
4. Os contactos de alto risco ficam de imediato em isolamento profilático determinado pelo **Delegado de Saúde**.
5. **Durante o inquérito aos contactos de baixo risco, podem registar-se duas situações distintas:**
 - (i) **Profissionais assintomáticos:** mantêm-se em funções utilizando equipamento de proteção individual completo. Têm indicação para medição da febre 2 x ao dia e vigilância dos sintomas até 14 dias após o último contacto com a pessoa doente. Não há evicção laboral.
Deverão ser priorizados para testes dentro do programa definido.
 - (ii) **Profissionais sintomáticos:** têm indicação para teste e têm evicção laboral imediata.
6. Se os testes efetuados forem negativos, o profissional assintomático mantém-se ao serviço com as mesmas precauções.
7. As equipas das instituições deverão estar atentas ao aparecimento de sintomas em utentes que tenham tido contacto com caso positivo e reportar à Unidade de Saúde Pública de imediato.
8. Dependendo das características e do número de casos positivos outros profissionais da instituição poderá existir a necessidade de suspender atividades.

Anexo X

INFORMAÇÃO



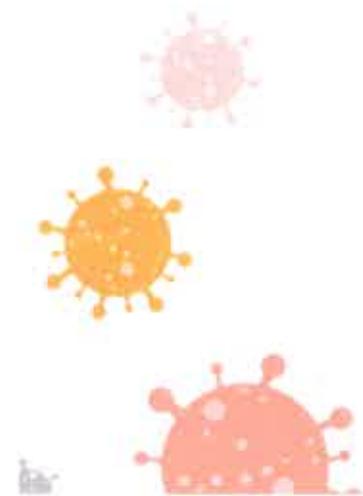
Quarentena - Medida de afastamento social que pressupõe que o indivíduo é saudável, mas possa ter estado em contacto com um doente infecioso.

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.



ESPAÇO DE ISOLAMENTO





ESPAÇO DE ISOLAMENTO





Recomendações ao Colaborador

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

Medidas de etiqueta respiratória:

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos. Fazê-lo para a prega do cotovelo ou cobrir com um lenço de papel descartável;
- Usar lenços de papel descartáveis para assoar, depositá-los imediatamente 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 expelir 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;
- Está indicado o uso de máscaras por pessoas saudáveis.

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 depois as refeições;
- Antes e depois preparar, manipular ou servir alimentos e alimentar os formandos/utentes;
- Depois de retirar as luvas;
- Sempre que as mãos parecerem sujas ou contaminadas.

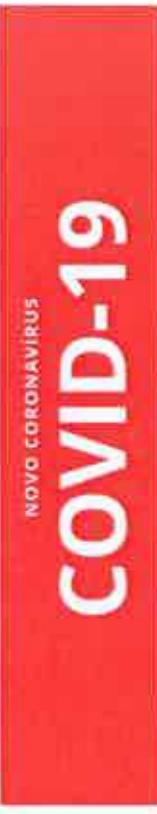
Deve ser evitado tocar com as mãos na cara (olhos, nariz ou boca), especialmente se estas estiverem sujas ou possivelmente contaminadas.

Outras regras

- O distanciamento social ou distanciamento físico (1-2 metros entre pessoas) de modo a evitar eventual contágio;
- Evite a ida aos supermercados/farmácias. Caso tenha possibilidade, arranje formas alternativas para solucionar as necessidades;
- 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;

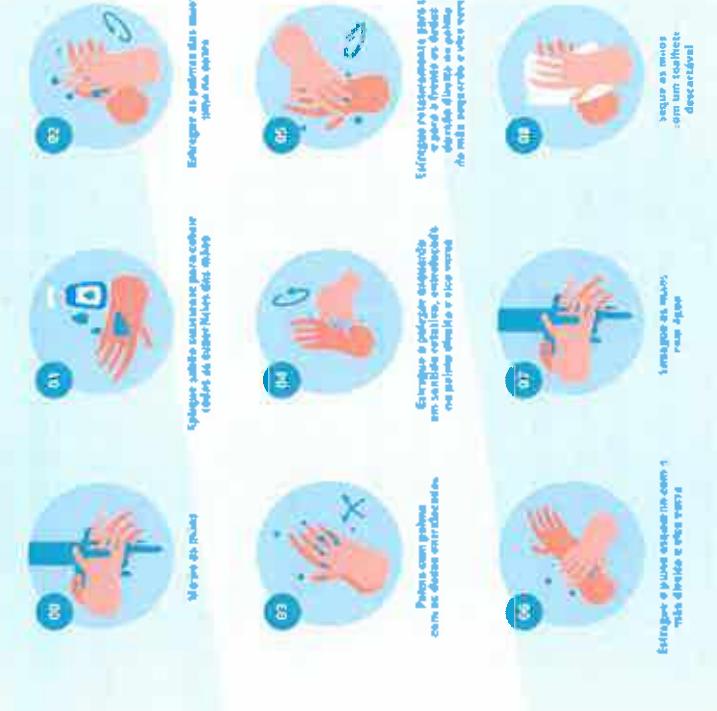
Outras regras (cont.)

- 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 líxivia para 9 partes de água.



LAVAGEM DAS MÃOS

Duração total do procedimento: 20 segundos



A Direção da APECI informa as orientações divulgadas pela DGS, de modo a prevenir eventual contágio aos colaboradores e formandos/utentes das Áreas localizadas no Centro de Formação e Integração Profissional.

O Presidente
Agradecemos, desde já o seu cuidado e diligência.

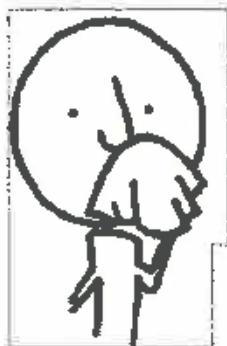
O Presidente



ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Evite a disseminação de microrganismos!

ESTÁ A TOSSIR OU A ESPIRAR?



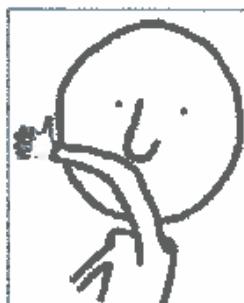
CUBRA A BOCA E O NARIZ com um lenço de papel.

Após utilizar deite-o no lixo.



Se não tiver lenço, **COLOQUE O SEU ANTEBRACO**
A FRENTE DA BOCA E NARIZ.

Nunca tussa ou espirre para as mãos!



Em certas situações poderá ser-lhe pedido para colocar uma máscara para proteger os que o rodeiam. Colabore.



LAVE AS MÃOS FREQUENTEMENTE OU
DESINFETE-AS com uma solução à base de álcool
(a 70%).

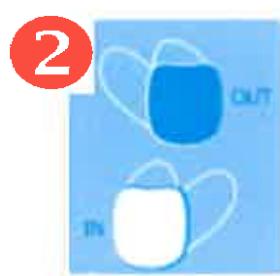


NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19

USO CORRETO DA MÁSCARA



Lave as mãos com sabão



Determine qual o lado da máscara é a frente



Segure a máscara pelos elásticos



Coloque os elásticos nas orelhas



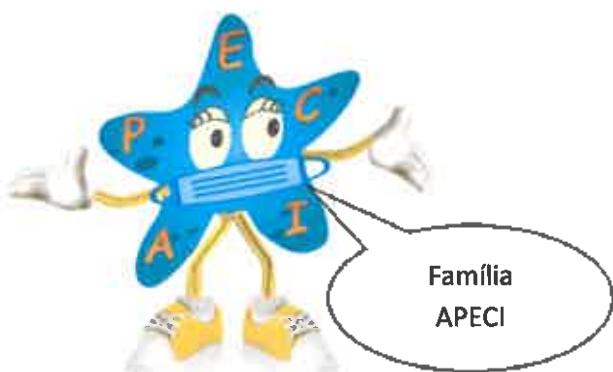
Ajuste a máscara à face



Molde o clipe ao nariz



Desinfete as mãos



Anexo XI - Procedimentos de segurança (acesso, manuseio e circulação)

- I. O cumprimento obrigatório da etiqueta respiratória e da distância de segurança conforme indicações da DGS (1,5 a 2m de distância).
- II. **Uso de máscara obrigatório** pelo que deverá o colaborador colocar a máscara antes de entrar nas instalações.
- III. A medição da temperatura corporal é realizada por pessoa adstrita a esta função à entrada das instalações.
- IV. A obrigação de desinfeção das mãos aquando da entrada no estabelecimento. Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou solução desinfetante que se encontra em sala ou áreas comuns.
- V. A picagem no sistema de ponto através de registo biométrico deve ser realizada com a distância mínima entre pessoas de 1,5 a 2 metros, aguardando no exterior ou na sala, consoante se entrada ou saída. A desinfeção das mãos deverá ocorrer antes e depois da picagem.
- VI. No atendimento (portaria) deve o trabalhador usar luvas ou desinfetar as mãos antes e após o manuseio de: documentos vindos do exterior, correio, faturaçāo, expedição assim como no processo de descarga/carga de eventuais artigos.
- VII. É da responsabilidade e obrigação do colaborador informar de imediato em caso de manifestação dos sintomas característicos desta epidemia (febre, tosse seca, dificuldade respiratória, etc.).
- VIII. A circulação dos colaboradores deverá respeitar as regras de segurança e distanciamento social.
- IX. Na zona social do refeitório - Deve ser usado de forma responsável com um colaborador por mesa, e sem interação oral cumprindo as regras de distanciamento. O uso do refeitório deverá ser o mais breve possível de modo a permitir o acesso a outros colegas. O colaborador deve ser diligente na desinfeção posterior da mesa e demais utensílios utilizados, por forma a cumprir as regras de segurança.
- X. O espaço de trabalho é organizado de acordo com o comunicado pelas chefias, respeitando as regras de segurança.

