



# Plano de Contingência

## Tou de Férias Verão 2020

Junho 2020

## 1. INTRODUÇÃO

Foi identificado um novo coronavírus (COVID-19) como agente causador de doença e que pode causar infeção respiratória grave.

A transmissão de pessoa para pessoa ocorre após o contacto próximo com um doente infetado. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

Devido à propagação do vírus e devido à pouca informação disponível acerca do tratamento do mesmo, torna-se imperativa a adoção de medidas preventivas para controlo da transmissão.

Nos locais de contacto directo com o público, a probabilidade de atendimento a pessoas infetadas assume um papel importante, sendo necessário prevenir através da adopção de algumas medidas específicas, de forma a minimizar a contaminação de indivíduo para indivíduo.

Neste contexto, a APDEF desenvolveu o presente Plano de Contingência, de forma a que sejam cumpridas as recomendações da Direcção-Geral de Saúde (DGS) no âmbito da prevenção e controlo de infeção.

## 2. OBJETIVO

O presente documento pretende divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19) estabelecido pela APDEF para o programa Tou de Férias. Fornece informação aos colaboradores, parceiros e sócios sobre as medidas adoptadas por esta Associação para a prevenção e controlo desta infeção e sobre os procedimentos e medidas a implementar perante a identificação interna de casos suspeitos e/ou confirmados.

O presente Plano será revisto sempre que existam atualizações por parte das autoridades nacionais e internacionais de saúde.

## 3. COLABORADOR RESPONSÁVEL PELO PLANO DE CONTINGÊNCIA

O colaborador responsável pelo Plano de Contingência assume as seguintes responsabilidades:

- Encaminhar os casos suspeitos;
- Prestar informação aos restantes colaboradores;
- Fiscalizar as ações preventivas.

Nome	Telefone	E-mail
Nuno Cruz	+351 96 633 1996	nunocruz.apdef@gmail.com

#### **4. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO**

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias;
- Pelo contacto directo com secreções infecciosas;

A transmissão de pessoa para pessoa ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

Estima-se que o período de incubação (até ao aparecimento dos sintomas) se situe entre 2 e 14 dias após o contágio.

#### **5. MEDIDAS DE PREVENÇÃO**

A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

Tendo em conta o cenário atual de propagação do vírus COVID-19, são aplicadas as seguintes medidas de prevenção:

- Se um colaborador ou participante no Campo de Férias manifestar sintomas de febre, tosse e dificuldade respiratória, não deve comparecer no local de realização das atividades, procurando assistência médica através do SNS 24 (808 24 24 24) e informando imediatamente a APDEF.
- Os Encarregados de Educação não podem entrar nos espaços interiores dos estabelecimentos onde decorrem as atividades. Em caso de necessidade devem privilegiar-se as soluções tecnológicas de contacto à distância (email, telefone).

Com base nas informações disponíveis acerca da transmissão do vírus, algumas medidas de proteção gerais mantêm-se válidas, nomeadamente:

##### **5.1 Etiqueta de higiene:**

o Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos sempre que:

- Se iniciam tarefas nas zonas de processamento alimentar;
- Depois de tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- Depois de mexer na cara ou no nariz;
- Antes e depois de comer;
- Antes e depois de utilizar as instalações sanitárias;
- Depois de tocar em objetos sujos – sapatos, lixo, superfícies sujas, etc.;

o Se não for possível lavar as mãos, utilizar desinfetantes para mãos que tenham pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos (incluindo por baixo de anéis e aliança) e esfregando-as até ficarem secas;

- o Evitar tocar na cara, nomeadamente nas zonas com mucosas (olhos, nariz e boca);
- o Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar e deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- o Após a utilização das instalações sanitárias e higienização das mãos, usar o papel para fechar a torneira e abrir as portas;
- o Evitar formas de cumprimento comuns:
  - Apertos de mão;
  - Abraços ou outras formas de contacto físico;
- o Serão disponibilizados dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns.

### **5.2 Etiqueta respiratória:**

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos. Tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar um lenço de papel;
- O uso de máscaras de proteção é obrigatório em crianças a partir dos 10 anos.

### **5.3 Distanciamento social:**

- Manter a distância de outras pessoas (dois metros), especialmente em espaços fechados.

### **5.4 Plano interno de substituições:**

- No caso de contaminação por COVID-19 que exija substituição de colaboradores, deverá verificar-se qual o colaborador que melhor se adequa à realização das tarefas e causa.

### **5.5 Plano de Limpeza das Instalações:**

- Deverá ser reforçado o plano de limpeza e desinfeção das instalações, nomeadamente:
  - o Reforçar a limpeza e desinfeção das zonas comuns (refeitórios, WC, corredores e salas de atividades);
  - o Desinfetar as superfícies, principalmente o equipamento e objetos de uso comum, diariamente:
    - Corrimãos das escadas;
    - Maçanetas das portas, de ambos os lados
    - Interruptores;
    - Campainhas;

## 6. DEFINIÇÕES

### 6.1 Caso suspeito

A definição apresentada baseia-se na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC):

<b>Crítérios clínicos</b>	<b>Crítérios epidemiológicos</b>
Infecção respiratória aguda (febre, tosse e dificuldade respiratória) querendo ou não hospitalização	Viagem para áreas com transmissão comunitária ativas nos 14 dias antes do início dos sintomas <b>OU</b> Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas <b>OU</b> Pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

### 6.2 Caso confirmado

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

## 7. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Qualquer colaborador ou participante no Campo de Férias com sinais e sintomas de COVID-19 ou ligação epidemiológica, deverá informar o colaborador responsável pelo Plano de Contingência (preferencialmente por via telefónica). Caso esteja no local de atividades, deve dirigir-se para a área de isolamento.

Sempre que possível deve assegurar-se a distância de segurança (dois metros).

Qualquer pessoa que acompanhe/preste assistência ao colaborador ou participante no campo de férias com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, máscara e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito, tentando sempre que possível manter uma distância de segurança.

Já na área de isolamento, a pessoa em causa deve contactar imediatamente o SNS 24 (808 24 24 24). Caso se trate de uma criança, esta deverá estar permanentemente acompanhada por um adulto que lhe preste auxílio.

Este colaborador / participante no Campo de Férias que seja “caso suspeito” deve utilizar máscara, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Sempre que a máscara estiver húmida, deverá ser substituída por outra.

Através do contacto com o profissional de saúde do SNS 24, será feita a avaliação de sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informará:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
  - Caso Suspeito Não Validado - este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da pessoa. Este colaborador / participante no Campo de Férias informará a APDEF da não validação de caso suspeito.
  - Caso Suspeito Validado - a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O Colaborador responsável pelo Plano de Contingência informará a Direção da APDEF da existência de um Caso Suspeito Validado.

#### **Na situação de Caso Suspeito Validado:**

- O colaborador / participante no Campo de Férias doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais. Este procedimento permite restringir, ao mínimo indispensável, o contacto desta pessoa com outras. Devem evitar-se deslocações adicionais do “caso suspeito” validado.
- O acesso dos outros colaboradores / participantes à área de “isolamento” fica interdito (exceto ao colaborador designado para prestar assistência);
- A APDEF colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso Suspeito Validado);
- O Colaborador Responsável pelo Plano de Contingência informa a Direção da APDEF da existência de Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

### **8. PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO**

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a APDEF dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o Caso for infirmado (anulado), este fica encerrado para COVID-19.
- Se o Caso for confirmado, a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de Caso Confirmado:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, bem como qualquer espaço, equipamento e material com probabilidade de estarem contaminadas.
- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico que, após ser fechado, deve ser enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- A Autoridade de Saúde Local comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

## **10. ÁREA DE “ISOLAMENTO”**

A área de “isolamento” tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto de qualquer caso suspeito com outros colaboradores / participantes do campo de férias.

A deslocação de eventual caso suspeito para a área de isolamento, deverá ser efetuada evitando contacto com terceiros. Na área de isolamento existirá um Kit de Emergência.

Para efeitos do presente Plano de Contingência, e considerando os edifícios onde decorrem as atividades do Campo de férias, encontram-se definidas as seguintes áreas de “isolamento”:

- EB 2/3 - Ginásio
- Pavilhão Municipal – Balneário dos Árbitros
- CEC - Ginásio
- Piscinas Municipais – Gabinete de Bem-Estar – sala do fundo.