

M

RARÍSSIMAS

Inovação
Investigação
Internacionalização



CORONA VÍRUS

SARS-COV-2 (COVID-19)

Plano de Contingência

Respostas Sociais da Casa dos Marcos

Nº 008

01 de julho de 2020

RARÍSSIMAS

Rua das Açucenas, Lote I - Loja Dta.
1300-003 Lisboa
NIF: 506 027 244

Te honra bem

**ÍNDICE**

| | | |
|-----------|---|----|
| 1. | OBJETIVO | 3 |
| 2. | ÂMBITO DE APLICAÇÃO | 3 |
| 3. | QUE É O CORONAVÍRUS..... | 3 |
| 4. | DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO | 3 |
| 5. | TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO..... | 4 |
| 6. | PLANO DE CONTINGÊNCIA..... | 4 |
| 6.1. | Medidas gerais implementadas | 4 |
| 6.2. | Plano de reativação controlada dos serviços prestados nas Respostas Sociais | 7 |
| 6.3. | Medidas específicas para a manutenção do funcionamento dos serviços essenciais | 8 |
| 6.3.1. | Medidas específicas de proteção individual | 9 |
| 6.3.2. | Medidas específicas de proteção individual dos utentes (anexo III) | 10 |
| 6.3.3. | Medidas específicas de transporte de utentes | 11 |
| 6.3.4. | Procedimento de comunicação | 11 |
| 6.3.5. | Procedimento relativo a consultas médicas não urgentes..... | 11 |
| 6.3.6. | Procedimento de restrição de circulação nas instalações | 12 |
| 6.4. | Fornecimentos..... | 12 |
| 6.5. | Preparação para fazer face a um possível caso de infeção | 12 |
| 6.6. | Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na instituição..... | 13 |
| 6.6.1. | Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24..... | 13 |
| 6.6.2. | Procedimento para vigilância de contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 | 14 |
| 6.7. | Comunicação Interna | 15 |
| 7. | CONCLUSÃO..... | 16 |
| Anexo I | | 17 |
| Anexo II | | 18 |
| Anexo III | | 19 |
| Anexo IV | | 20 |

1. OBJETIVO

O presente documento tem por objetivo definir diretrizes de atuação de forma a mitigar os efeitos de uma possível contaminação da população das Respostas Sociais da Casa dos Marcos (Centro de Atividades Ocupacionais, Lar Residencial, Residência Autónoma) da Raríssimas – Associação Nacional de Deficiências Mentais e Raras, com o SARS-CoV-2.

2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente plano de contingência aplica-se a toda a população da instituição e terceiros que se encontrem nas instalações da mesma.

A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas desta infeção, devem seguir a informação disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a [Norma 006/2020 de 26/02/2020](#) e [Norma 011/2020 de 17/03/2020](#) e [Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro](#).

Toda a informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

3. QUE É O CORONAVÍRUS

O Coronavírus pertence a uma família de vírus que causam infeções respiratórias. Alguns coronavírus podem causar síndromes respiratórias mais complicadas, como a *Síndrome Respiratória Aguda Grave* que ficou conhecida pela sigla SARS, da síndrome em inglês “SevereAcuteRespiratorySyndrome”.

A nova estirpe de coronavírus foi descoberta em 31/12/19 após casos registados na China, na cidade de Wuhan; até à data, nunca tinha sido identificado em Humanos. Inicialmente designada de 2019-nCov, foi posteriormente titulada pelo *CoronaVirus Study Group*, como SARS-CoV-2. Rapidamente demonstrou a sua capacidade de transmissão, sendo certa e inevitável a sua propagação global.

4. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a [Orientação n.º 006/2020 da DGS](#), considera-se caso suspeito, o seguinte:

| Critérios clínicos | Critérios epidemiológicos |
|--|---|
| Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização | História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/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 |

5. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

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

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas orais, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

6. PLANO DE CONTINGÊNCIA

6.1. Medidas gerais implementadas

Perante a continuidade da situação de pandemia e estado de calamidade, em harmonia com o plano governamental de desconfinamento apresentado para os meses de maio e junho, perspectiva-se uma reativação gradual e controlada de alguns serviços, nomeadamente a reativação do funcionamento do Centro de Atividades Ocupacionais.

Não obstante os pressupostos seguidamente apresentados para o plano de desconfinamento a implementar nas Respostas Sociais da Casa dos Marcos, será sempre priorizada a garantia dos serviços e apoio essenciais aos utentes em regime de acolhimento residencial. Ressalva-se ainda que a Raríssimas se reserva o direito de proceder, a qualquer momento, à revisão e alteração das medidas internas de desconfinamento, e de adotar medidas específicas de contingência, inclusive mais restritivas que as dispostas em futuras orientações que possam vir a ser emanadas pelas autoridades de saúde, se o acautelar do bom funcionamento dos serviços essenciais assim o exigir.

Sistematizam-se as medidas gerais implementadas até à data:

| Medida | Objetivo | Data de implementação |
|---|---|-----------------------|
| Email informativo para a equipa do CAO sobre medidas de higiene, etiqueta respiratória e sinais de alarme para o COVID-19 | Reforço das medidas de higiene e etiqueta respiratória de colaboradores e utentes | 26 de fevereiro |
| Comunicação Interna para todos os serviços informando das recomendações e medidas preventivas da Direção-Geral da Saúde | Reforço das medidas de higiene e etiqueta respiratória de colaboradores e utentes | 02 de março |

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

| | | |
|--|---|-------------|
| Instituição no CAO de procedimento de desinfeção diária de colaboradores e utentes | Reforço das medidas de higiene e de minimização de contaminação nos espaços do CAO e no serviço de transporte | 04 de março |
| Isenção de picagem de ponto para todos os colaboradores | Minimização de contágio em todos os serviços | 09 de março |
| Implementação de limitações à entrada e circulação de visitantes nas instalações | Minimização do contágio e propagação | 10 de março |
| Limitação de horários de visitas e número de visitantes por utente | Minimização do contágio e propagação | 10 de março |
| Restrição no acesso e circulação de fornecedores, transportadoras e correios | Minimização do contágio e propagação | 10 de março |
| Restrição de saídas ao exterior pelos utentes | Minimização do contágio e propagação | 10 de março |
| Afixação em todos os sanitários das respostas sociais de procedimento de lavagem das mãos | Reforço das medidas de higiene e desinfeção | 10 de março |
| Diversificação dos espaços para almoço dos colaboradores | Incentivo ao distanciamento social para minimização do contágio e propagação | 12 de março |
| Revisão do plano de contingência das respostas sociais | Antecipação da necessidade de serviços essenciais e mínimos | 12 de março |
| Pulverização do lobby da Casa dos Marcos | Minimização do contágio e propagação | 14 de março |
| Interrupção das atividades CAO a utentes externos e suspensão do serviço de transporte | Implementação de medidas de isolamento e distanciamento social | 16 de março |
| Interdição de saídas e entrada/reentrada de utentes | Implementação de medidas de isolamento para minimização do contágio e propagação | 16 de março |
| Interdição total de visitas externas | Implementação de medidas de isolamento para minimização do contágio e propagação | 16 de março |
| Suspensão do funcionamento do CAO | Implementação de medidas de isolamento e distanciamento social | 17 de março |
| Reforço dos serviços do Lar Residencial | Afetação de recursos humanos do CAO ao LAR | 17 de março |
| Restrição da utilização dos espaços comuns sala de atividades azul e sala de <i>Snöezelen</i> | Minimização do contágio e propagação | 17 de março |
| Implementação de rede <i>online</i> de contacto (<i>Telegram</i>) com os pais dos utentes do Lar Residencial em isolamento | Reforço dos contactos familiares e prevenção de efeitos psicológicos do distanciamento/isolamento | 17 de março |
| Implementação do envio diário de fotos e/ou vídeos dos utentes para os seus familiares via <i>Telegram</i> | Reforço dos contactos familiares e prevenção de efeitos psicológicos do distanciamento/isolamento | 18 de março |

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

| | | |
|---|---|-------------|
| Implementação do envio da ementa semanal dos utentes para os familiares | Reforço dos contactos familiares e prevenção de efeitos psicológicos do distanciamento/isolamento | 18 de março |
| Partilha de Manual de Isolamento e Distanciamento da Direção-Geral da Saúde com as equipas | Divulgação de medidas de isolamento e distanciamento social | 19 de março |
| Afixação de mensagens de incentivo e gestão da ansiedade aos colaboradores | Prevenção de efeitos psicológicos e gestão emocional em situação de pandemia | 20 de março |
| Divulgação da Orientação 014/2020 da Direção-Geral da Saúde | Reforço das medidas de higiene e desinfeção | 25 de março |
| Partilha do guia de autocuidado para profissionais de saúde (DGS/OPP) com as equipas | Prevenção de efeitos psicológicos e gestão emocional em situação de pandemia | 25 de março |
| 2ª Revisão do plano de contingência das respostas sociais | Reforço das medidas de higiene, desinfeção e distanciamento social, especificadas no ponto 6.2. | 27 de março |
| 3ª Revisão do plano de contingência, com introdução do procedimento diário de monitorização de sintomas | Reforço das medidas prevenção do contágio: monitorização de sintomas de colaboradores e utentes | 01 de abril |
| Implementação de redução das participações familiares em período de suspensão de prestação de serviços | Adequação do valor mensal de participação familiar no cumprimento do disposto na Portaria 85-A/2020 de 3 de abril | 08 de abril |
| Pulverização do lobby da Casa dos Marcos | Minimização do contágio e propagação | 17 de abril |
| Realização de testes de rastreios para COVID-19 a utentes e colaboradores | Minimização do contágio e propagação e isolamento de possíveis casos assintomáticos | 23 de abril |
| 4ª Revisão do plano de contingência, com previsão de reativação do funcionamento do CAO | Sistematização de plano de “desconfinamento” e reativação faseada de serviços | 08 de maio |
| 5ª Revisão do plano de contingência, com complemento de procedimentos relativamente a visitas | Sistematização de plano de “desconfinamento” e reativação faseada de serviços | 13 de maio |
| 6ª Revisão do plano de contingência, com complemento de procedimentos específicos para funcionamento do CAO | Sistematização do plano de reabertura do CAO | 29 de maio |
| Pulverização do lobby da Casa dos Marcos | Minimização do contágio e propagação | 29 de junho |
| 7ª Revisão do plano de contingência das respostas sociais | Atualização e retificação do documento | 29 de junho |

6.2. Plano de reativação controlada dos serviços prestados nas Respostas Sociais**▪ Centro de Atividades Ocupacionais (CAO)**18 de maio

- Reativação da prestação de serviços para utentes residenciais e em cumprimento do isolamento na Casa dos Marcos.

01 de junho

- Reativação da prestação de serviços para utentes externos; reativação do serviço de transporte, com alternância semanal.

15 a 18 de junho

- Reativação da prestação de serviços para utentes residenciais que deram reentrada na resposta residencial entre 01 e 03 de junho, após cumprimento do período de quarentena.

Restrições a manter:

- Interdição de entrada nas instalações de acompanhantes de utentes
- Restrição total de saídas e atividades no exterior.
- Isolamento dos utentes externos e restrição do contacto com os demais utentes.

▪ Lar Residencial (LAR) e Residência Autónoma (RAU)01 de junho

- Permissão de reentrada de utentes que se mantiveram em isolamento no exterior da Casa dos Marcos, mediante apresentação de resultado negativo em teste de rastreio para COVID-19, realizado nas 48 horas anteriores.

- Permissão de visitas apenas com marcação prévia e limitadas a um visitante por utente, 30 minutos, dois dias por semana no horário compreendido entre as 15h00 e as 18h00; obrigatoriedade de uso de máscara pelo visitante e desinfecção prévia à entrada das instalações (ver anexo IV).

Restrições a manter:

- Frequência de resposta social noutra Instituição.
- Restrição total de saídas e atividades no exterior, incluindo saídas de fim-de-semana.

Sistematização do plano previsível de desconfinamento interno para os meses de maio/junho:

| Data | Medidas | Condições |
|-------------|--|--|
| 18 de maio | Reabertura do CAO, para utentes residenciais a cumprir isolamento na Casa dos Marcos | Utentes distribuídos por 2 salas de atividades específicas Manutenção da restrição de visitas e saídas ao exterior |
| 01 de junho | Reativação da prestação de serviços no CAO a utentes externos | Utentes externos agrupados de forma circunscrita a uma sala de atividades, com percursos de acesso e circulação pelo exterior, sem contacto com os demais utentes Mantém-se interdita a entrada do acompanhante do utente, processando-se a entrega/receção do utente no exterior da porta principal ("ao portão") da Casa dos Marcos |

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

| | |
|--|---|
| Reativação faseada do serviço de transporte CAO - domicílio, com alternância semanal, no cumprimento da lotação máxima de 2/3 de ocupantes | Será assegurado, a cada utente, o serviço de transporte durante uma semana por cada quinzena do mês |
| Reentrada de utentes residenciais em situação de isolamento no exterior | A reentrada de utentes que se mantiveram em isolamento junto das famílias pelo período de emergência será efetivada mediante apresentação de resultado negativo em teste de rastreio para COVID-19 realizado nas 48 horas anteriores; após entrada na CM, será cumprido isolamento/quarentena pelo período de 14 dias |
| Permissão de entrada de visitantes, de forma controlada e mediante cumprimento das medidas de proteção discriminadas no anexo IV | Visitas limitadas a 2 dias por semana, aos dias úteis, entre as 15h00 e as 18h00, mediante marcação; limite de 1 significativo por utente; tempo máximo de visita de 30 minutos; obrigatoriedade de uso de máscara e de desinfeção prévia à entrada nas instalações |

Este plano será alvo de monitorização semanal, podendo a qualquer momento verificar-se a necessidade de proceder a alterações do mesmo.

6.3. Medidas específicas para a manutenção do funcionamento dos serviços essenciais

Considerando-se a possibilidade de aumento do risco de propagação do vírus e de rever e reforçar as medidas de contingência, as Respostas Sociais procederão à reimplantação do plano anterior de mobilização de recursos, humanos e logísticos, para a garantia da manutenção dos serviços e apoio essencial aos seus utentes.

| Serviços ou atividades imprescindíveis de dar continuidade | Serviços ou atividades passíveis de serem reduzidos ou fechados |
|--|---|
| Lar Residencial Residência Autónoma | Serviços Administrativos Centro de Atividades Ocupacionais |

Atendendo às tarefas inerentes às suas funções, considera-se os trabalhadores com um maior risco de infeção aqueles que exercem funções na prestação de cuidados de saúde e higiene aos utentes e na prestação de serviços de limpeza e desinfeção, funções para as quais importa a manutenção dos serviços essenciais e mínimos.

| Grupos de trabalhadores com potencial de risco associado |
|--|
| Ajudantes de Ação Direta |
| Trabalhadores auxiliares de Serviços Gerais |
| Técnicos |

| Rácio médio de colaboradores/utentes Lar Residencial / Residência Autónoma | Rácio mínimo de colaboradores/utentes Lar Residencial / Residência Autónoma |
|--|---|
| 1 colaborador para 6 utentes/turno | 1 colaborador para 9 utentes/turno - Lar Residencial 1 colaborador por turno (M-T) - Residência Autónoma |

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

| Rácio médio de colaboradores/utentes Centro de Atividades Ocupacionais | Rácio mínimo de colaboradores/utentes Centro de Atividades Ocupacionais |
|--|---|
| 1 colaborador para 3 utentes | 1 colaborador para 5 utentes |

Não obstante com condicionamento da atividade, podem recorrer a forma alternativa de trabalho, nomeadamente teletrabalho, de forma alternada, os elementos da equipa técnica das respostas sociais:

| Atividades que podem recorrer a formas alternativas de trabalho |
|---|
| Direção Técnica do Centro de Atividades Ocupacionais |
| Direção Técnica do Lar Residencial / Residência Autónoma |
| Técnico de serviço social das Respostas Sociais |

Assim, vigoram as seguintes medidas específicas de contingência.

6.3.1. Medidas específicas de proteção individual

- i. OBRIGATORIEDADE de uso de máscara no contacto/interação com os demais colegas e utentes, conforme orientações da DGS na [Norma 019/2020 de 03 de abril](#), cumprindo-se a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara (a explicação do procedimento de realização de máscara (ver anexo II) é dada verbalmente e em documento escrito no momento de entrega da máscara a cada colaborador;
- ii. OBRIGATORIEDADE de lavagem de mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos e conforme imagens afixadas ([Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019 de 16/10/2019](#)), antes de iniciar a prestação de trabalho, utilizando-se para o efeito as instalações sanitárias existentes no *lobby* de entrada da Casa dos Marcos; utilizar toalhetes de papel para secagem das mãos; após lavagem das mãos, utilizar uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA) disponível no balcão do *front-office*;
- iii. Antes do início da prestação de trabalho e do contacto com demais utentes e colaboradores, cada colaborador deve medir a sua temperatura;
- iv. A lavagem das mãos com água e sabão e desinfecção com álcool gel deve ser realizada com frequência ao longo do dia e em especial nas seguintes circunstâncias:
 - Depois de espirrar, tossir ou assoar-se;
 - Depois de utilizar as instalações sanitárias;
 - Depois de contactar com urina, fezes, sangue, vômito ou com objetos potencialmente contaminados;
 - Antes e após consumir refeições;
 - Antes e após preparar, manipular ou servir alimentos e alimentar os residentes;
 - Antes e depois de fazer as camas e tratar da roupa;
 - Depois de retirar as luvas;
 - Sempre que as mãos pareçam sujas ou contaminadas;
 - Entre o trabalho realizado com um utente e o próximo utente.

- v. Devem ser cumpridos e incentivados com os utentes 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; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias).
- vi. Reforço dos procedimentos de conduta social, evitando-se o cumprimento com recurso a contacto físico.
- vii. Cumprimento dos procedimentos da higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimões, maçanetas de portas, botões de elevador), conforme Norma 014/2020 da Direção-Geral da Saúde (Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público e similares).
- viii. A lavagem das roupas deve ser efetuada conforme orientações da Norma 009/2020 da Direção-Geral da Saúde, atualizada em 27 de março:
 - O programa de lavagem da roupa deve integrar: pré-lavagem, lavagem a quente (roupa termorresistente) a temperatura de 70 a 90°C;
 - As roupas termo sensíveis devem ser lavadas com água morna, a uma temperatura a 40°C, seguido de um ciclo de desinfeção química também em máquina;
- ix. A lavagem das louças pode ser efetuada na máquina de lavar com um detergente doméstico; as mãos devem ser lavadas após a colocação da louça na máquina.

6.3.2. Medidas específicas de proteção individual dos utentes (anexo III)

- i. A sintomatologia dos utentes é monitorizada diariamente, e registada em formulário próprio, procedendo-se à medição da temperatura corporal duas vezes ao dia.
- ii. Os utentes não residentes devem ser recebidos à porta da instituição, acompanhados por um único acompanhante que deve obrigatoriamente usar máscara.
- iii. Os utentes vindos do exterior deverão trocar de calçado e colocar bata/bibe, em zona específica preparada para o efeito, e proceder à prévia higienização das mãos, bem como à desinfeção de cadeiras de rodas e outros meios de locomoção; os utentes devem trazer calçado confortável e bata/bibe, que permanecerá no CAO para uso exclusivo no estabelecimento.
- iv. São delimitados os espaços utilizados por utentes internos e utentes externos, interditando-se o contacto pessoal entre uns e outros, nomeadamente os espaços de atividades, de refeições, higiene pessoal e zonas de circulação, fixando-se ainda equipas de trabalho para cada grupo de utentes em CAO.
- v. A circulação dos utentes de CAO não residentes é efetuada pelo exterior do edifício, e o acesso à sala de atividades será feito pelo jardim; a circulação dos utentes residentes é efetuada por circuito separado, pelo interior do corredor das respostas sociais.
- vi. Não é permitido, aos utentes externos, trazer mochilas/sacos e outros objetos de casa, exceto em situações devida e previamente justificadas (por exemplo, medicação), com prévio conhecimento da equipa técnica do CAO.

vii. A roupa suja do utente externo é acondicionada para ir para casa em saco de plástico fechado.

viii. É efetuada higienização frequente de equipamentos e materiais ao longo do dia e entre utilizações.

6.3.3. Medidas específicas de transporte de utentes

- i. Sempre que possível, deve ser privilegiado o transporte individual dos utentes externos para o CAO pelos seus pais/responsáveis.
- ii. No caso de manifesta impossibilidade dos pais para assegurar o transporte diário para o CAO, o mesmo será realizado pela Raríssimas, de forma alternada (semanalmente).
- iii. São seguidas as orientações da DGS, de acordo com a legislação em vigor, relativas a transportes coletivos de passageiros, assegurando:
 - a. Cumprimento do intervalo e da distância de segurança entre passageiros (exemplo: um por banco);
 - b. Redução da lotação máxima de acordo com a legislação vigente (Decreto Lei nº 20/2020 de 1 de maio);
 - c. Disponibilização de solução à base de álcool (70% concentração) à entrada e saída da viatura;
 - d. Descontaminação da viatura após cada viagem, segundo a orientação da DGS (Orientação 014/2020 de 21 de março da DGS).
- iv. Sempre que as características do utente assim o permitam, o utente deve usar máscara durante o transporte.

6.3.4. Procedimento de comunicação

- i. Se o utente ou alguém com contacto direto tiver sintomas sugestivos de infeção respiratória (febre, tosse, expetoração e/ou falta de ar) **DEVE** avisar a Direção Técnica da resposta social, a receção ou outro colaborador da Instituição (que fará chegar a informação à sua chefia direta).
- ii. Se o utente ou alguém com contacto direto contactou com pessoas que estiveram fora do país nos últimos 14 dias, **DEVE** avisar a Direção Técnica do serviço, a receção ou outro colaborador da Instituição (que fará chegar a informação à sua chefia direta).

6.3.5. Procedimento relativo a consultas médicas não urgentes

- i. É evitado, sempre que possível, o envio de utentes em regime residencial ou de internamento a consultas de especialidade em Centros de Saúde ou Hospitais, quando as mesmas não se afigurem urgentes ou essenciais para a prestação de cuidados ao utente.

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

6.3.6. Procedimento de restrição de circulação nas Instalações

- i. Considerando o funcionamento de múltiplos serviços na Casa dos Marcos, a circulação de colaboradores e utentes pela instituição fica minimizada ao estritamente necessário no desempenho das suas funções;
- ii. Mantém-se interdito o acesso e a circulação de utentes e colaboradores das respostas sociais ao piso -1 da Casa dos Marcos; todos os contactos com esses serviços devem ser efetuados por telefone e/ou email;
- iii. A entrega e receção de roupas dos utentes deve ser efetuada com recurso ao elevador que interliga o Lar Residencial ao serviço de Lavandaria da Casa dos Marcos.

6.4. Fornecimentos

As entregas de TODOS os Fornecedores, Correios e/ou Transportadoras, deverá ser efetuada através do portão lateral da Casa dos Marcos, devendo a mercadoria ser deixada na zona exterior da garagem.

Os seguintes fornecimentos são considerados recursos essenciais às atividades e imprescindíveis de dar continuidade, nomeadamente:

Assim:

| Atividade / tipo de serviço | Empresa | Contactos |
|--|---|--|
| Produtos químicos e acessórios limpeza | Soazilope, Orbivendas, Higipackaging, Artur Guerreiro | 265221257, 219896300, 219501047, 212254382 |
| EPI | Viva Mais, Manutan | 210317300, 21424060 |
| Solução antisséptica de base alcoólica | Bbraun, Vigon, Schulcke, Gameiros | 214368200, 229439490, 213522785, 244860360 |
| Recolha de Resíduos | Ambimed | 808200246 |
| Produtos alimentares | Itau | 210420400 |

6.5. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção

A colocação de um trabalhador/utente numa área de isolamento visa impedir que outros trabalhadores/utentes possam estar expostos e infetados, tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na Instituição e na comunidade.

Estes espaços de isolamento estão dotados de telefone, cadeira ou marquesa, assim como em termos de material, têm disponível: um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) que deverá ficar disponível no interior. No acesso a esta área deverá ficar um 2º contentor para, aquando da saída da área, permitir a recolha dos EPI – Equipamentos de Proteção Individual usados na intervenção, toalhetes de papel, máscaras, luvas descartáveis e termómetro.

Nas áreas definidas para isolamento (ou nas proximidades) existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador com Sintomas. E ainda existe um acesso fácil e permite a saída para o exterior, de modo a evitar contactos com os restantes trabalhadores.

As áreas de isolamento definidas e os circuitos até às mesmas são:

| Resposta Social | Área de isolamento | Circuito preferencial |
|---|----------------------------------|--|
| Centro de Atividades Ocupacionais (Utentes) | Sala de Apoio Lúdico-Terapêutico | Da respetiva sala de atividades do utente pelo exterior do jardim, até ao local de isolamento |
| Lar Residencial (Utentes) | Quarto N.º 13 Lar Residencial | Da respetiva sala de atividades ou quarto do utente, utilizando o corredor menos distante do local de isolamento |

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

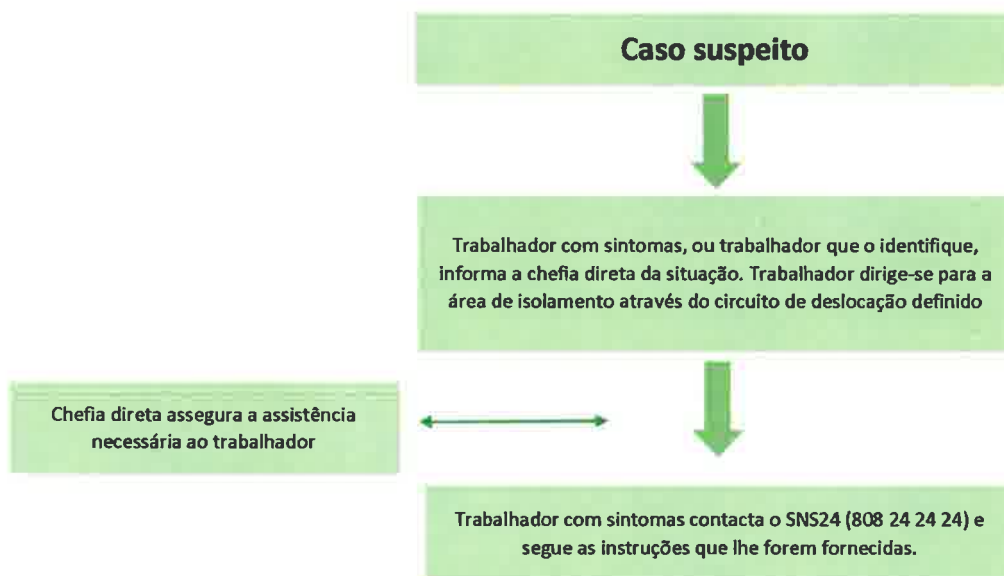
| | | |
|---|-------------------------------|--|
| Residência Autónoma (Utentes) | Quarto N.º 13 Lar Residencial | Da residência autónoma, pelo corredor do Lar até ao local de isolamento |
| Todos os serviços/respostas (Colaboradores) | Gabinete N.º 1 e WC contíguo | Do local onde se encontram utilizando o circuito menos distante até ao local de isolamento |

No caso de serem encaminhados para isolamento profilático (tendo em conta os critérios epidemiológicos supracitados), deve ser assegurada a entrega de uma *Ficha de Registo Individual de Sintomas*, aos casos registados (ver anexo I). Este documento visa servir de guia orientador à pessoa que cumpre o isolamento, dando enfoque aos sintomas a ter em alerta, como também permite um registo da evolução da situação de saúde/doença da pessoa.

6.6. Procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na instituição

O trabalhador em caso de suspeita deve reportar à sua chefia direta, uma situação de suspeita enquadrada no seguinte princípio: **Trabalhador COM sintomas E COM ligação epidemiológica.**

Nas situações em que o trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento por exemplo por dificuldade de locomoção, ficou definido que é o colega mais próximo que o acompanha até ao local de isolamento e lhe presta auxílio, colocando-lhe todos os equipamentos de proteção obrigatórios e colocando em si também.



6.6.1. Procedimentos num caso suspeito após contacto com o SNS24

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

M

Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19)

Nas duas situações, o trabalhador deverá ser tratado de forma adequada, do ponto de vista clínico, seguindo eventualmente as orientações da Linha Saúde 24; em posteriormente será reencaminhado o processo para a Medicina do Trabalho para dar seguimento.

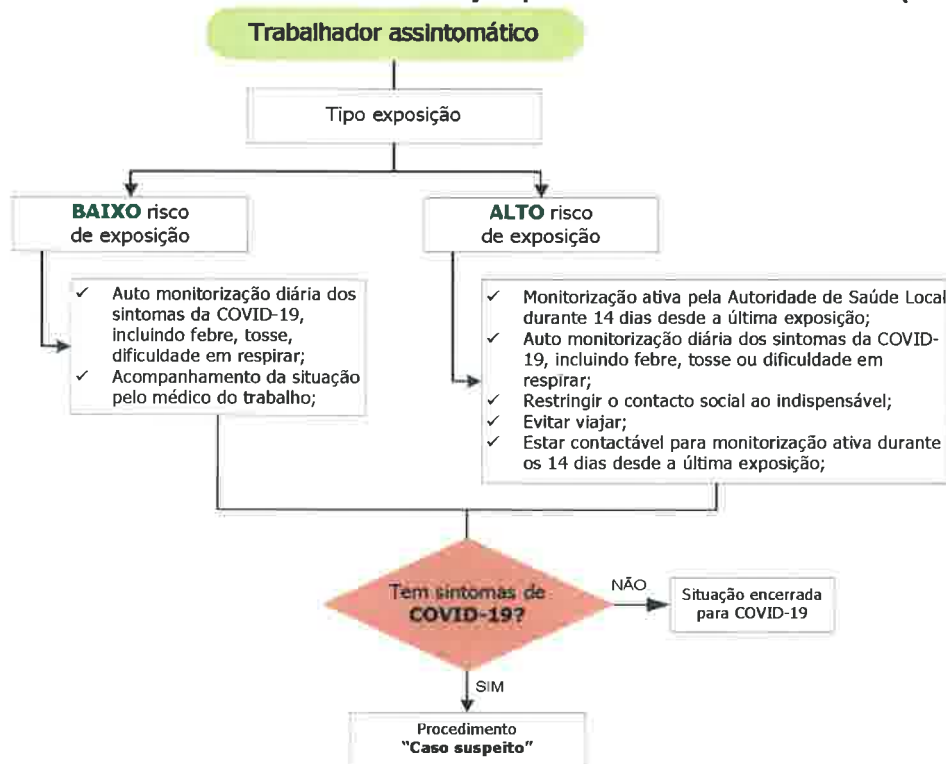
- Caso suspeito validado

- 1) O trabalhador permanece na área de isolamento até à chegada do INEM para transporte até ao Hospital de referência;
- 2) Vedar acesso à área de isolamento;

- 3) Identificar os contactos próximos do trabalhador e transmitir à Unidade de Saúde Pública;
- 4) Informar os trabalhadores do edifício e demais utilizadores, sobre os procedimentos a adotar;
- 5) Informar o Médico do Trabalho;
- 6) Assegurar a limpeza e desinfeção da área de isolamento;
- 7) Comunicar à Unidade de Saúde Pública a limpeza e desinfeção da área de isolamento e solicitar o levantamento da interdição da área de isolamento.

6.6.2. Procedimento para vigilância de contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19:

- Identificação dos contactos próximos;
- Contacto com o Médico do Trabalho em estreita articulação com a Autoridade de Saúde Pública Local, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição e alto risco de exposição;
- Para as pessoas determinadas com **baixo risco de exposição**: assegurar a monitorização diária dos sintomas – ver **anexo I** - (febre, tosse, dificuldade em respirar) e encaminhar os trabalhadores para consulta de Medicina do Trabalho;
- Para as pessoas determinadas com **alto risco de exposição**: seguir as indicações dadas pela Unidade de Saúde Pública, nomeadamente encaminhar os trabalhadores para casa (período de restrição social), monitorização diária dos sintomas – ver **anexo I** - (febre, tosse, dificuldade em respirar); passado o período de 14 dias e se nenhum sintoma surgir, após o regresso, encaminhar os trabalhadores para consulta de Medicina do Trabalho.



6.7. Comunicação Interna

Informação aos trabalhadores

1. Medidas gerais de prevenção e contenção e atualização regular da informação sobre a doença;
2. Plano Contingência para a pandemia Coronavírus e respetivas revisões;
3. Afixação de cartazes com medidas de prevenção e sintomatologia;
4. Afixação de outra informação complementar relevante.

Contactos dos Profissionais envolvidos

Os profissionais envolvidos/responsáveis pela comunicação dos pontos indicados são:

Direção Técnica CAO – Mafalda Costa – 961325630 – mafalda.costa@rarissimas.pt | respostassociais.cm@rarissimas.pt

Direção Técnica LAR/RAU – Pedro Nogueira – 961325629 – pedro.nogueira@rarissimas.pt | respostassociais.cm@rarissimas.pt

Responsável de Comunicação – Ana Inês Pedro – ines.pedro@rarissimas.pt | comunicacao@rarissimas.pt

7. CONCLUSÃO

A consulta da [Norma 006/2020 de 26 de fevereiro](#), [Norma 009/2020 de 11 de março atualizada em 27 de março](#), [Norma 014/2020 de 21 de março](#), [Norma 019/2020 de 03 de abril](#), [Norma 032/2020 14 de junho](#) e [Decreto-Lei n.º 20/2020 de 1 de maio](#), Guião Orientador da Resposta Social Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) é fundamental, assim como outras normas que possam ser emanadas pela DGS.

A informação disponibilizada deverá estar sujeita a atualização constante via [site da DGS](#) ou outras formas de comunicação oficiais.

A implementação deste plano visa acautelar e minimizar o impacto da epidemiologia na situação clínica dos utentes e equipas.

Anexo I

Registo individual em caso de isolamento profilático

| | | | |
|----------------------|--|------------------------|-----------|
| Nome | | | |
| Data de Nascimento | | | |
| Entidade empregadora | | Categoria profissional | |
| Posto de trabalho | | Atividade profissional | |
| Distrito | | Localidade | Freguesia |

| | | |
|--------|---|---|
| Dia 1 | Registo de temperatura Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__) | Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe. Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ |
| | Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, ...): | |
| Dia 2 | Registo de temperatura Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__) | Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe. Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ |
| | Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, ...): | |
| Dia 3 | Registo de temperatura Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__) | Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe. Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ |
| | Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, ...): | |
| Dia 14 | Registo de temperatura Medição 1: ____° C (Hora: __h__); Medição 2: ____° C (Hora: __h__) Medição 3: ____° C (Hora: __h__); Medição 4: ____° C (Hora: __h__) | Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Pf, registe. Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ Medição nr. ____ |
| | Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, ...): | |

Anexo II**Uso / Armazenamento da Máscara**

“Devido ao actual fornecimento apertado de máscaras, os residentes podem usar uma máscara várias vezes ao dia. É recomendado que, durante este período, as pessoas prestem atenção ao armazenamento adequado das máscaras para garantir a sua limpeza e arrumo, de modo a não afectar a função protectora das máscaras e não causar contaminação cruzada. Para esse fim, foram formuladas as seguintes directrizes de limpeza de máscara como referência para o utilizador:

1. Preparar um envelope ou saco de papel limpo com o nome da pessoa que usa a máscara e marcar um lado como "interno".
2. Antes da colocação e remoção da máscara, deve-se lavar bem as mãos ou desinfectar as mãos com álcool.
3. Ao remover a máscara, puxar, primeiro, os fios elásticos das orelhas com as mãos sem tocar na camada externa da máscara, de modo a evitar tocar em secreções da boca e nariz.
4. Colocar a máscara removida num envelope, verificar se a parte interna da máscara é colocada no envelope na direcção do lado "interno" marcado no envelope, para que as partes interna e externa da máscara não estejam invertidas aquando de novo uso da mesma, de forma a evitar tocar em secreções da boca e nariz da camada externa.
5. A máscara deve ficar totalmente dentro do envelope.
6. As máscaras devem ser armazenadas separadamente e não devem estar em contacto com as máscaras de outras pessoas.
7. Antes do novo uso da máscara, deve-se lavar as mãos ou desinfectar com álcool antes de remover a máscara do envelope ou saco de papel.
8. Se a máscara estiver danificada ou suja, deve ser substituída por uma nova.
9. As máscaras cirúrgicas ou médicas não podem ser limpas, nem devem ser desinfetadas com desinfetantes ou por aquecimento.
10. Substituição diária do envelope em que a máscara está guardada.”

Nota: Texto adaptado de Documento oficial dos Serviços de Saúde do Governo da Região Administrativa Especial de Macau

Anexo III

Registo monitorização de sintomas compatíveis com COVID-19

| Data | Utente | Sintomas | | | | | | Outros sintomas específicos Quais? |
|------|--------|---|---|--|--|--|--|---------------------------------------|
| | | Sem sintomas (confirme que está assintomático para COVID-19) | Febre (temperatura timpânica >37,8°C) | Odinofagia | Tosse | Rinorreia | Dispneia | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |
| | | <input type="radio"/> Nenhum | <input type="radio"/> Sim ____°C <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não | |

Anexo IV**Plano de Operacionalização das Visitas**

- ✓ Não obstante, e apesar da autorização das visitas, apelamos para que **sempre que possível os contactos presenciais sejam substituídos por atendimento telefónico**, ou com recurso às novas tecnologias, de segunda a sexta-feira, nos horários já definidos, em articulação com os Técnicos das Respostas Residenciais.
- ✓ Os Utentes que se encontram em período de quarentena **não podem receber visitas**.
- ✓ A evolução da situação epidemiológica pode determinar a **suspensão das visitas**.

1. Visitas

- 1.1. As visitas decorrem apenas em local identificado, no Lobby da Casa dos Marcos (Junto ao *front-office*).
- 1.2. Durante a visita não pode haver abraços e/ou outro tipo de contacto físico.
- 1.3. As visitas devem ser por marcação prévia e com tempo limitado (não devendo exceder 30 minutos). O agendamento deve ser efetuado com os Técnicos, com antecedência mínima de 24h, através dos contactos habituais.
- 1.4. As visitas devem respeitar um número máximo, por dias e por utente, de um visitante por utente, duas vezes por semana.
- 1.5. As visitas são, habitualmente, realizadas sob o acompanhamento de um Técnico das Respostas Sociais.
- 1.6. As Respostas Residenciais têm organizado um registo de visitantes, por data, hora, nome, contacto e utente visitado.

2. Visitantes

- 2.1. Os visitantes têm que respeitar o distanciamento físico face aos utentes, em conformidade, o visitante não pode beijar nem abraçar o utente, devendo manter a etiqueta respiratória e a higienização das mãos.
- 2.2. Os visitantes têm que utilizar máscara, preferencialmente cirúrgica, durante todo o período de permanência na instituição.
- 2.3. Os visitantes têm que higienizar as mãos com água e sabão, de acordo com os “5 Momentos para a Higiene das Mãos” e a técnica dos 6 passos, respeitando os tempos de atuação e contacto dos produtos utilizados na unidade de saúde (ver cartazes junto aos lavatórios).
- 2.4. A solução antisséptica de base alcoólica (SABA) está disponível na entrada da Casa dos Marcos, em local bem visível, ao alcance do braço, acessível a todos.
- 2.3. Os visitantes não podem trazer objetos pessoais, géneros alimentares ou outros produtos.
- 2.4. Os visitantes não podem circular pela instituição e só podem utilizar as instalações sanitárias identificadas para visitas (ao lado do balcão do *front-office*).
- 2.5. Os visitantes que testarem positivo (COVID-19) devem informar a autoridade de saúde local e a Raríssimas, caso tenham visitado a mesma até 48 horas antes do início dos sintomas.

3. Medidas preventivas – Serviço de Limpeza

- ✓ Para além do trabalho já realizado ao nível desta área, considera-se que devem ser devidamente desinfetados os sofás e espaços delimitados às visitas, antes e após a concretização das mesmas.