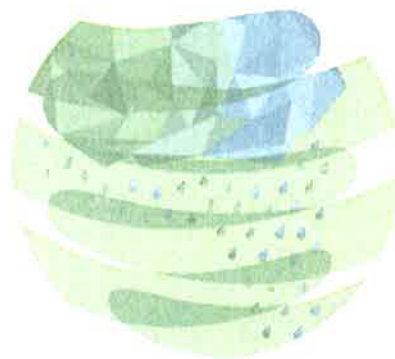
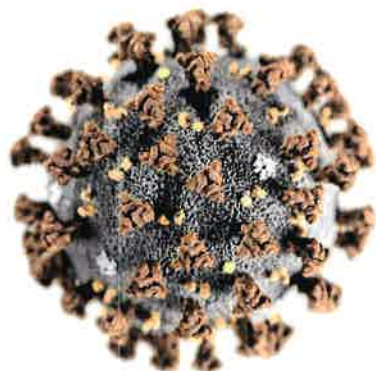


# PLANO CONTINGÊNCIA

## Infeção por Coronavírus SARS-CoV-2 (COVID-19) e MÓDULO INVERNO 2020-2021



**Unidade de Cuidados Continuados  
Integrados**

**Casa dos Marcos**

Elaborado em 19/03/2021  
A Direção da UCCI

Aprovado em 19/03/2021  
A Direção da Rarissimas

**RARISSIMAS**  
Rua D. Manuel I, n.º 441, 2569-393, Moita  
Tel.: 211 165 300 | NIF: 506 027 244

## INDICE

1 – INTRODUÇÃO / ENQUADRAMENTO .....	2
2 – PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE .....	4
3 – PROCEDIMENTOS GERAIS .....	5
4 – CASOS SUSPEITOS .....	8
5 - ÓBITO NA INSTITUIÇÃO .....	13
6 – TRATAMENTO DE RESÍDUOS .....	13
7 – COMUNICAÇÃO E FORMAÇÃO .....	13
8 – RESPONSABILIDADE NO ÂMBITO DO PLANO.....	14
BIBLIOGRAFIA .....	15

## 1 – INTRODUÇÃO / ENQUADRAMENTO

O período do Outono-Inverno constitui, habitualmente, uma época com desafios para os sistemas de saúde. Porém, este ano, para além do impacto das baixas temperaturas na saúde e da epidemia de gripe sazonal, existirão desafios adicionais relacionados com a pandemia da COVID-19.

A COVID-19 foi declarada pela Organização Mundial de Saúde como Pandemia, no dia 11 de março de 2020. Neste seguimento, várias medidas têm sido adotadas para conter a expansão da doença.

Durante uma Pandemia e considerando o perfil clínico e epidemiológico da infeção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), agente causador da COVID-19, é necessário uma particular atenção para as pessoas mais vulneráveis da sociedade, que estão expostas a diversos riscos sociais, nomeadamente:

- Pessoas com necessidades de saúde especiais;
- Pessoas cujo risco de vulnerabilidade aumenta com confinamento social;
- Pessoas migrantes e refugiadas;
- Pessoas em situação de sem-abrigo;
- Pessoas com comportamentos aditivos;
- Pessoas com carências socioeconómica.

Assim, no Outono-Inverno 2020-21, o sistema de saúde português e o SNS enfrentarão desafios adicionais, devido ao potencial aumento da procura de cuidados de saúde, que colocará maior pressão sobre a capacidade de resposta dos serviços. Em concreto, é expectável:

1. O aumento da incidência de COVID-19 a nível nacional, com impactos diferenciados local e regionalmente;
2. O surgimento da gripe sazonal e de outras infeções respiratórias, com maior procura de serviços de saúde;
3. A necessidade de prestação de cuidados de saúde “não-COVID19”, quer programados, quer urgentes, e a recuperação da atividade adiada.

Considerando a importância de desenvolver um plano de contingência para o cenário de pandemia de SARS-CoV-2 (COVID-19) e tendo em conta que com a estação do ano Outono / Inverno, a ocorrência de temperaturas baixas é frequente, existindo por isso



um aumento da incidência de infeções respiratórias na população, principalmente devido à gripe sazonal, esta Unidade de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) - Casa dos Marcos preconiza intervenções adequadas junto dos utentes, cuidadores/famílias e colaboradores sobre as medidas, para minimizar os efeitos das temperaturas extremas. Em conformidade, foi elaborado um conjunto de estratégias que permitem preparar e adequar a resposta aos diferentes agentes que circulam na unidade, perante a perspectiva de ocorrerem condições meteorológicas adversas de frio extremo ou um aumento da incidência de infeções respiratórias.

O presente documento apresenta uma estratégia que visa dar resposta à evolução da pandemia e às restantes necessidades de saúde da população nos meses de outono e inverno.

O plano pretende ser um documento dinâmico, divulgando as suas alterações em função da evolução dos acontecimentos, isto é, da evolução do grau de risco de contágio, sendo fundamental que todos os colaboradores estejam a par de todas as medidas previstas e da sua respetiva evolução.

Com base na evidência científica atual, o vírus que provoca a COVID-19 transmite-se principalmente através de:

- **contacto direto:**

disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando por exemplo, uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, e podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros)

- **contacto indireto:**

através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com o vírus e que, em seguida, contactam com a boca, nariz ou olhos.

### **1.1 – Objetivos:**

- Promover o cumprimento das orientações e normas da DGS e proceder de acordo com as mesmas;
- Sensibilizar os profissionais de saúde, utentes, cuidadores principais, família/visitas, com maior ênfase nos grupos vulneráveis, para o efeito do frio extremo e medidas preventivas a tomar relativamente à SARS-CoV-2;
- Comunicar, sempre que se justifique, os avisos e comunicados de alerta enviados pela DGS e IPMA;

- Promover a adequação da resposta dos serviços de saúde, em função dos resultados da monitorização da necessidade dos cuidados de Saúde;
- Assegurar as condições de climatização na Unidade de Cuidados Continuados Integrados da Casa dos Marcos.

## 2 – PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE

A Unidade de Cuidados Continuados da Casa dos Marcos pretende assegurar de forma eficaz o Plano de Contingência, com implementação de um plano específico de acordo com a realidade local e com o disposto nas normas e orientações da DGS SARS-CoV-2 e o Plano da Saúde para outono-inverno 2020-21.

Com base na informação disponível, pretende-se minimizar a transmissão de infeções e otimização de cuidados, antecipando as necessidades de resposta.

Para isso, preconiza-se:

- Implementar o respetivo Plano de Contingência;
- Garantir a articulação interinstitucional dentro e fora do setor da saúde;
- Identificar e gerir as necessidades em recursos humanos e materiais;
- Verificar a adequação dos equipamentos de climatização;
- Proceder à revisão dos programas de operação e manutenção dos sistemas AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado;
- Garantir a existência de salas climatizadas;
- Identificar os grupos mais vulneráveis em todos os níveis de prestação de cuidados;
- Aconselhar os doentes com infeções respiratórias, nomeadamente com síndrome gripal, a adotar medidas de "distanciamento social";
- Reforçar as medidas de controlo de infeção;
- Efetuar diagnóstico laboratorial, quando aplicável;
- Informar/Formar os profissionais de saúde e utentes, em especial os grupos de risco, para o efeito do frio extremo na saúde e as respetivas medidas de proteção e medidas preventivas SARS-CoV-2.

### 3 – PROCEDIMENTOS GERAIS

#### 3.1 - Medidas de contenção de propagação do vírus

**3.1.1 - Afixação de cartazes da Direção Geral de Saúde (DGS) relativos ao COVID-19** à entrada da Instituição e em diversos locais da mesma, tais como corredores de passagem e salas de estar.

#### 3.1.2 - Higiene das mãos

- 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).
- A solução antisséptica de base alcoólica (SABA) dever estar disponível no local de prestação de cuidados de saúde, em local bem visível, ao alcance do braço;
- A SABA deve estar acessível aos utentes e profissionais;
- A utilização de luvas não dispensa a higiene das mãos, antes e depois da prestação de cuidados.

#### 3.1.3 - Etiqueta respiratória

- Evitar mexer na face ou tocar nos olhos, boca ou nariz. Se o fizer, deve higienizar de imediato as mãos;
- Evitar tossir para as mãos. Tossir ou espirar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel. Neste caso, deitar o lenço para o contentor de resíduos e higienizar as mãos de imediato;

**3.1.4 - Vigilância da temperatura e registo** da mesma a todos os Utentes e vigilância de temperatura aos colaboradores, diariamente.

**3.1.5 - Promoção da utilização de equipamentos de proteção individual (EPIs)**, nomeadamente a utilização da máscara facial a todos os colaboradores e utentes;

**3.1.6 - Promoção de *stock* de EPIs, dispositivos médicos e medicamentos**, bem como o estabelecimento de uma reserva estratégica dos mesmos, constituindo um aprovisionamento crítico perante uma emergência de saúde pública.

### **3.1.7- Higienização e Desinfecção de Espaços**

O vírus permanece nas superfícies durante um determinado período temporal. A limpeza e desinfestação reduz esse período, assim, devem ser tomadas medidas de modo a diminuir a propagação da COVID-19.

Esta limpeza deve ser sempre húmida e com produtos adequados. O Plano e registo de limpeza está afixado em local visível, identificando as pessoas responsáveis pela mesma e o horário em que é realizada.

#### **3.1.7.1-Frequência de limpeza**

Espaços comuns têm uma limpeza mínima de duas vezes ao dia, ou sempre que se justifique.

No refeitório, as mesas são limpas após cada utilização e o chão após a utilização de cada grupo.

As superfícies de toque frequente (maçanetas, auscultadores de telefone, teclados, agrafadores, furadores, interruptores, entre outros) devem ter uma higienização frequente com soluções alcoólicas, em intervalos de 3h em 3h.

#### **3.1.7.1- Espaços de Isolamento**

Num espaço de isolamento, em que foi confirmada infeção por SARS-CoV-2, a limpeza deve ser realizada 20 minutos após a saída da pessoa infetada.

Os colaboradores devem ir devidamente equipados com EPI's, nomeadamente touca, óculos/viseira, máscara FP2, bata impermeável e perneiras.

Deve ser feita uma primeira lavagem de superfícies com água e detergente, seguida com solução de lixívia, na concentração adequada. A lixívia deve atuar, pelo menos, 10 minutos e posteriormente fazer uma lavagem com água quente. O espaço deve secar ao ar.

### **3.1.8 – Vacinação**

#### **3.1.8.1 – Vacinação Gripe**

Promover a vacinação contra a gripe a todos os Utentes e colaboradores da UCCI, de acordo com a Orientação anual da DGS, decorrente do âmbito do SNS a partir de Outubro.

Infeções por *Streptococcus pneumoniae* - Promover a vacinação contra infeções por *Streptococcus pneumoniae* de grupos com risco acrescido para doença invasiva pneumocócica. Adultos ( $\geq 18$  anos), de acordo com a norma n.º 11/2015 de 23/06/2015.

### **3.1.8.2 – Vacinação Gripe COVID19**

Promover a vacinação contra a gripe COVID19 a todos os Utentes e colaboradores da UCCI, de acordo com as Orientações da DGS

### **3.1.9 – Articulação com o Instituto de Segurança Social (ISS) e com Autoridade Nacional de Proteção Civil (ANPC).**

A nível nacional a articulação com o ISS é concretizada pela ACSS e a articulação com a ANPC pela DGS.

### **3.1.10 – Visitas**

As visitas encontram-se suspensas desde o dia 14/09, até indicação em contrário.

Não obstante, mantém-se todos os contactos e horários, quer por telefone, telemóvel, email, quer por Videochamada, via *whatsapp*, previamente estabelecidos com os familiares.

### **3.1.11 – Circulação de colaboradores**

A circulação de colaboradores pela instituição deve ser minimizada ao estritamente necessário no desempenho das suas funções.

Todas as entradas e saídas para a Unidade são feitas pela entrada do piso da UCCI.

Não é permitida a entrada de colaboradores da Instituição, que não afetos à Unidade de Cuidados Continuados, salvo para desempenho de funções necessárias à mesma.

Estas entradas devem ser sempre autorizadas pelo colaborador responsável da Unidade, nesse período.

As refeições são levantadas pelos colaboradores na porta direta à cozinha, piso UCCI e os mesmos fazem a sua refeição, em espaço adaptado, por forma a garantir distanciamento social e segurança adequado.

### **3.1.11 – Restrição de saídas de fim-de-semana a casa, dos utentes internados.**

**3.1.12– Diminuição da realização de conferências familiares presenciais, realizando apenas aquelas que ponham em causa a continuidade dos cuidados, e/ou o planeamento da alta em tempo útil; as restantes são efetuadas com recurso a chamadas e videochamadas.**





### **3.1.13 – Rotação e organização das Equipas**

Elaboração de horários em espelho, rotativos, de Auxiliares de Ação Médica e Enfermeiros.

As passagens de turno são feitas em espaço amplo e com as devidas precauções e distanciamento.

### **3.1.14 – Admissão de novos utentes**

A admissão de novos utentes nas instituições reveste-se de uma preocupação acrescida atendendo ao enquadramento da situação atual. Em harmonia, são implementados os seguintes procedimentos:

- Para a admissão de novos utentes, deve ser realizado o teste laboratorial para SARS-CoV-2, com resultado negativo, exceto em utentes com critério de cura (com 20 dias após teste positivo e durante 3 dias consecutivos sem sintomatologia).
- Independentemente da avaliação clínica ou do resultado laboratorial negativo, na admissão de novos utentes estes deverão cumprir um período de quarentena, não inferior a 14 dias;
- Compete aos profissionais de saúde de apoio à instituição, a vigilância, acompanhamento e identificação de sintomatologia sugestiva de infeção COVID-19.

### **3.1.15 - Distanciamento entre pessoas**

O distanciamento social deve ser implementado para todos os doentes com sintomas respiratórios. Devem estar afastados de outras pessoas pelo menos dois metros de distância.

Deve ser evitada a concentração de utentes em espaços não arejados, sempre que possível.

## **4 – CASOS SUSPEITOS**

### **4.1 - Definição de Caso suspeito**

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas instituições.

#### **CRITERIOS CLINICOS:**

Infeção respiratória aguda (febre, tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização

#### CRITÉRIOS EPIDEMIOLÓGICOS:

História de viagem 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 com contacto/surto

#### 4.1.1 – Caso suspeito relativo a Utente

- Perante um caso suspeito o profissional responsável pelo Utente deve colocar logo, antes de iniciar assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis.
- Isolar de imediato o utente, na área de isolamento definida no respetivo Plano de contingência (quarto individual nº 24).
- Colocar máscara cirúrgica, preferencialmente pelo próprio, caso a sua condição clínica o permita, solicitando que após a sua colocação proceda a higienização das mãos. Caso não seja possível o próprio colocar, deve ser o profissional fazê-lo, higienizando de seguida as mãos.
- O responsável pelo Utente teve contactar o Dr. Ricardo Carragozela (pessoa responsável pela gestão de casos suspeitos de SARS-CoV-2), a Direção Técnica, o Diretor Clínico e a Autoridade de Saúde Local através do contacto 212 806 465. Na impossibilidade de realizar estes contactos deve ligar para linha SNS 24 - 808 24 24 24.
- Os Utentes com suspeita devem ser submetidos a um teste laboratorial para o SARS-CoV-2
- Se o caso for caso positivo, todos os profissionais que tenham estado a trabalhar nos 14 dias anteriores, e em contacto com o Utente, devem realizar teste laboratorial sob a orientação da saúde pública local.
- Caso confirmado, que não careça de cuidados hospitalares fica em quarto individual com corte de área (quartos individuais 24, 25 e 26), com profissionais dedicados exclusivamente a estes utentes e com garantia de seguimento clínico assegurado por instituição hospitalar, em articulação com o ACES, até à determinação da cura.

- Todos os profissionais para a prestação a este/s Utente/s devem colocar EPI's adequados. Após a saída do local, estes equipamentos são colocados em contentor próprio e os profissionais devem fazer higienização adequada.
- Durante este período se se verificar agravamento do estado de saúde clínico do utente deve ser contactado o 112 para encaminhamento e assistência hospitalar.
- Após a saída do Utente o quarto deve ser limpo e desinfetado com as soluções adequadas e deve ser requerido à autoridade de saúde local (212 806 465) o levantamento da interdição após descontaminação.

#### **4.1.2 – Caso suspeito relativo a Trabalhador**

Perante uma suspeição de infeção, no domicílio, o colaborador deve de imediato contactar a sua coordenação, permanecer no domicílio e contactar linha SNS 24- 808 24 24 24.

Perante uma possível situação de infeção, entre os trabalhadores da Casa dos Marcos, cujos sintomas se manifestem no local de trabalho (início súbito de febre ou sintomas de infeção respiratória, tosse, cansaço ou dificuldade respiratória) informa chefia direta ou o seu representante que deverá proceder da seguinte forma:

- Proceder ao afastamento do trabalhador do seu posto de trabalho encaminhando de imediato para o local de isolamento (gabinete nº 1, piso superior), utilizando um percurso por onde circule um menor número de pessoas, oferecendo-lhe meios de proteção individual (este gabinete esta de acordo com as indicações das orientações da DGS)
- No gabinete de isolamento terá disponível um telefone e deve contactar o SNS 24 - 808 24 24 24, e seguir as suas orientações.
- Em caso não suspeito, adota o procedimento de acordo com situação clínica.
- Se caso validado, o trabalhador informa o Dr. Ricardo Carragozela, Direção Técnica e Direção Clínica e estes devem informar a autoridade de saúde local (212806465) para que seja feito o controlo epidemiológico e respetivos procedimentos adequados.
- Após a saída do trabalhador o gabinete deve ser limpo e desinfetado com as soluções adequadas.

#### **4.2.3 – Caso positivo relativo a Trabalhador**

Em caso positivo relativo ao trabalhador serão seguidas as indicações e orientações do Delegado de Saúde Pública.

### **5 - ÓBITO NA INSTITUIÇÃO**

Se na Instituição tenham ocorrido casos confirmados de COVID-19 ou em utente ou trabalhador que tenha apresentado sintomas compatíveis com a doença (tosse, febre, dificuldade respiratória), todos os óbitos devem ser considerados um caso suspeito de infeção por SARS-CoV-2, até prova em contrário, isto é, resultado negativo no teste laboratorial para SARS-CoV-2.

Os óbitos que ocorram na Instituição devem cumprir as disposições legais em vigor e as orientações da Direção-Geral da Saúde.

### **6 – TRATAMENTO DE RESÍDUOS**

O material proveniente da prestação de cuidados será considerado contaminado. A sua manipulação é feita de acordo com as recomendações para esta categoria.

Todos os resíduos covid positivos são colocados em duplo saco fechado com abraçadeira, em contentor próprio, devidamente identificado. A recolha é feita pela empresa Ambimend, em circuito seguro.

### **7 – TRATAMENTO DE ROUPA**

A roupa do caso contaminado é colocada em saco individual fechado identificado, e o transporte para a lavandaria, é efetuado por colaborador destinado ao efeito, devidamente equipado.

Este procedimento é efetuado em horário próprio e isoladamente por forma as equipas da lavandaria e UCCI estarem devidamente preparadas para o manuseamento da roupa. Imediatamente apos o transporte o circuito é desinfetado.

### **8 – ALIMENTAÇÃO**

Em caso confirmado toda a palamenta utilizada é descartável.

## 9 - COMUNICAÇÃO E FORMAÇÃO

### a) Comunicação:

Estabelecer adequados circuitos de comunicação, para efetiva divulgação de informação, comunicação do risco e medidas a adotar privilegiando meios como: páginas institucionais (DGS, Portal do Utente, ARS e outras instituições de saúde).

Deve também ser comunicada informação sobre potenciais efeitos do frio extremo na saúde, bem como medidas a observar tendo em atenção os efeitos diretos e indiretos, tendo especial atenção para descompensação de doenças crónicas como a diabetes e a doença cardiovascular.

- Informação sobre infeções respiratórias, com destaque para a gripe e a respetiva vacinação, bem como sobre as medidas de saúde pública a adotar para minimizar a transmissão do vírus e prevenir surtos com picos muito acentuados.
- Difusão do Plano de Contingência – envio da informação por *e-mail* e imprimir uma versão que esteja acessível para consulta em cada departamento;
- Difusão de mensagens de higienização e etiqueta respiratória, dirigida aos colaboradores, utentes/ famílias, visitantes, voluntários, parceiros e fornecedores;

### b) Formação:

- Realização de ações de capacitação destinada a colaboradores e utentes, de acordo com as normas da DGS.

## 10 - RESPONSABILIDADE NO ÂMBITO DO PLANO

### Compete:

- À Direção da Rarissimas – Casa dos Marcos aprovar o Plano de Contingência;
- Ao GCI desenvolver, implementar e manter o Plano de Contingência, bem como, as medidas e procedimentos dele decorrentes;
- Às Coordenações desenvolver, implementar e manter o Plano de Contingência, medidas e procedimentos dele decorrentes, bem como, a afixação e divulgação de cartazes informativos dos procedimentos, nos locais de passagem e entradas dos departamentos.

## **BIBLIOGRAFIA**

**DGS** – Orientação n.º 003/2020 de 30.01.2020 da DGS – prevenção e controlo de infeção 2019, n COV

**DGS** – Orientação n.º 006/2020 de 26.02.2020 da DGS – empresas

**DGS** – Orientação n.º 009/2020 de 11.03.2020 da DGS – Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Procedimentos para Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados

**DGS** – Orientação n.º 009/2020 de 11.03.2020 da DGS – ATUALIZAÇÃO: 27/03/2020 - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Procedimentos para Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados

**DGS** – Orientação n.º 011/2020 de 11.05.2020 da DGS - Visitas a Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI) e outras respostas dedicadas a pessoas idosas

**DGS** – Plano para operacionalização das visitas à Unidade de Cuidados Continuados Integrados Casa dos Marcos

**DGS** – Orientação n.º 009/2020 de 11/03/2020 atualizada a 07/04/2020, da DGS - COVID-19: Fase de Mitigação - Procedimentos para Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI), Unidades de Cuidados Continuados Integrados (UCCI) da Rede Nacional de Cuidados Continuados (RNCCI) e outras respostas dedicadas a pessoas idosas; instituições de acolhimento de crianças e jovens em risco

**ARSLVT** – “Plano de Contingência Regional para temperaturas Extremas Adversas – Modulo Inverno”, Lisboa, 2016, [[http://www.arslvt.min-saude.pt/uploads/writer\\_file/document/3304/Plano\\_de\\_Contingencia\\_Vagas\\_Frio\\_ARSLVT.pdf](http://www.arslvt.min-saude.pt/uploads/writer_file/document/3304/Plano_de_Contingencia_Vagas_Frio_ARSLVT.pdf)];

*[Handwritten signature]*

DGS – “Plano de Contingência para Temperaturas Extremas Adversas - Módulo Inverno”, Lisboa, 2015, [<https://www.dgs.pt/a-direccao-geral-da-saude/comunicados-e-despachos-do-director-geral/plano-de-contingencia-de-temperaturas-extremas-adversas-modulo-inverno.aspx>];

DGS - Norma nº 006/2019 – “Vacinação contra a gripe. Época 2019-2020”, Lisboa, 14 de Outubro de 2019

DGS – Plano da Saúde para Outono-Inverno 2020-21, Setembro 2020

DGS - Norma 004/2020 - COVID-19: Abordagem do Doente com Suspeita ou Confirmação de COVID-19, 23/03 atualizada a 14/10/2020.

