

# PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19



CENTRO  
COMUNITÁRIO  
PAROQUIAL  
DE FAMÕES

"FAZEI TUDO O QUE ELE VOS DISSER (JO 2,5)"

# Índice

Enquadramento	
Caso Suspeito	3
Contágio	3
Plano de Contingência	
Acessos	4
Material das crianças	4
Atividades	5
Hábitos de higiene	5
Refeições	5
Sestas	5
Proteção	6
Medidas extra	6
Pais e encarregados de educação	6
Recomendações gerais	6
Procedimentos em caso suspeito	7
Procedimentos em caso suspeito validado	8
Procedimentos em caso confirmado	9
Contactos e produtos de segurança, proteção e higienização	9
Informação de “Caso Suspeito”	9

Considerando a atual situação de calamidade, no âmbito da pandemia da doença COVID-19, declarada pela Organização Mundial de Saúde, e depois de anunciadas as alterações às medidas excecionais e temporárias, aprovadas pelo Decreto-Lei n.º 20/2020, de 1 de maio, atendendo às recomendações previstas no Guião Orientador da Resposta Social Creches e Amas, da Secretaria de Estado da Ação Social, e às Medidas de Prevenção e Controlo em Creches, Creches familiares e Amas, da Direção Geral de Saúde, a Direção do Centro Comunitário Paroquial de Famões (CCPF) definiu e aprovou as linhas gerais do seu Plano de Contingência Interno para o SARS-CoV-2 e COVID-19 para a reabertura das respostas sociais Creche e Creche Familiar, que se podem estender para a reabertura da resposta social de Pré-Escolar.

### 1. Caso Suspeito

Considera-se **Caso Suspeito** de infeção por COVID - 19 a pessoa que evidencie **sintomas de infeção respiratória aguda**, tais como:

- i. Tosse, especialmente tosse seca (de novo ou persistente)
- ii. Febre
- iii. Cansaço
- iv. Dificuldades respiratórias (em casos mais graves)

ou,

Contacto com doente a quem tenha sido diagnosticado **Caso Confirmado (ou provável)** de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas,

ou ainda,

Contacto com pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

### 2. Contágio

Tanto quanto já se sabe, a transmissão de pessoa para pessoa (contágio) pode ocorrer nas seguintes situações:

- **Exposição próxima** (contacto físico ou a menos de 2 metros de distância) a **gotículas respiratórias**, ainda que invisíveis, emitidas por tosse, espirro ou fala de **pessoa contaminada com COVID-19**, as quais podem ser inaladas ou absorvidas pela sua boca, nariz ou olhos.

- **Contacto das mãos com uma superfície ou objeto infetados com o vírus**, seguido de contacto dessas mãos com boca, nariz ou olhos (os vírus contidos nas gotículas respiratórias expelidas por pessoas contaminadas podem manter-se ativos por várias horas nas superfícies ou objetos onde essas gotículas possam ter caído)

Ainda tanto quanto atualmente se sabe parece ser muito reduzido o risco de transmissão da doença a partir de pessoa já contaminada mas em que a doença ainda não se tenha manifestado externamente, isto é, no período de incubação da doença em que o doente ainda não apresenta quaisquer sintomas (doente assintomático).

### 3. Plano de Contingência

Por mera precaução, ao abrigo das acima citadas recomendações da Secretaria de Estado da Ação Social e da DGS, o CCPF apresenta o presente Plano de Contingência específico para a reabertura da Creche e Creche Familiar, podendo estender-se à reabertura do Pré-Escolar.

#### Medidas de segurança a implementar dentro das instalações:

##### *Acessos*

- O acesso ao interior do estabelecimento será exclusivo a funcionários, voluntários e crianças utentes da instituição, com exceção de quem se queira dirigir à Secretaria. Como tal, a entrega e recolha das crianças será realizada à entrada do edifício.
- Sempre que possível, de acordo com as características de cada edifício (polo), utilizar-se-ão acessos diferenciados para funcionários e utentes de diferentes respostas sociais, evitando a aglomeração de pessoas e o contacto de objetos.
- Será apurada a temperatura corporal de cada funcionário e de cada criança à chegada e saída do edifício (sem lugar a qualquer registo). Caso seja apurada a temperatura corporal de 37,8.º ou superior, a pessoa em causa não poderá entrar. Neste caso, no dia seguinte deverá permanecer em casa até se determinar a origem dessa temperatura.

##### *Material das crianças*

- As mochilas e bibes das crianças permanecem no respetivo cabide, sendo devolvidos no final da semana.
- As fraldas devem vir nos pacotes e não avulso.

- As crianças não podem trazer brinquedos ou outros objetos não necessários de casa para a creche.
- Os sapatos da rua que trazem calçado devem ficar devidamente acondicionados à entrada da área da creche ou da casa da ama.

#### *Atividades*

- As atividades serão organizadas para que, dentro dos possíveis, as crianças permaneçam apenas em junto do mesmo grupo e com os mesmos prestadores de cuidados infantis todos os dias.
- Privilegiar-se-á o uso do espaço exterior.
- Para o efeito, fica pendente a realização de sessões de atividades extracurriculares presenciais.

#### *Hábitos de higiene*

- Cumprir, com as crianças, bons hábitos de saúde e higiene como a lavagem frequente das mãos, e cobrir tosses e espirros com o cotovelo (*etiqueta respiratória*).
- Evitar-se-á tocar na face, olhos ou boca da criança sem ter as mãos higienizadas;
- Serão lavadas as mãos, o pescoço e qualquer local tocado pelas secreções de uma criança, e sempre que houver limpeza das secreções será realizada com lenço/papel higiénico que é de imediato colocado no lixo;
- É assegurada a higienização frequente dos brinquedos, materiais pedagógicos (i.e. lápis, pincéis, etc.) e equipamentos utilizados pelas crianças (fraldário, berços e/ou catres) com produtos adequados.
- É assegurada a higienização dos locais mais suscetíveis de contaminação (mesas, equipamentos e brinquedos, corrimãos, maçanetas e puxadores de portas e janelas, torneiras, etc.).
- Manter-se-ão arejados todos os locais e pelo maior tempo possível.
- Deve ser evitado ou limitado ao mínimo o uso de joias/bijuterias/adornos (p. e anéis, brincos, pulseiras) no local de trabalho de forma a manter a higienização mais eficaz.

#### *Refeições*

- Sempre que possível, promover-se-á a ocorrência de turnos para refeições.

#### *Sestas*

- Ao deitar, as crianças serão colocadas com a cabeça de uma para os pés da outra.

### *Proteção*

- Todos os nossos funcionários terão ao dispor equipamentos de proteção individual (máscara e viseira) e gel desinfetante nas salas. Os funcionários poderão utilizar máscaras não cirúrgicas, sociais ou de uso comunitário, desde que sigam as instruções do fabricante ou que tenham proteção contra as partículas e os microrganismos (incluindo um filtro de “tecido não tecido”/TNT ou de polipropileno).
- Todos os espaços que não são de acesso às crianças estarão fechados.
- Encontra-se disponível uma sala de isolamento que será utilizada em caso suspeito.

### *Medidas extra*

- Manteremos, dentro do possível, que todos os funcionários do CCPF que possam realizar teletrabalho, assim permaneçam.

### Pedimos aos pais e encarregados de educação para que:

- Estejam atentos aos sinais das crianças e, caso estejam doentes, não as levar à Creche.
- Providenciem um par de calçado extra para o respetivo educando usar no espaço adstrito à Creche, e que esteja devidamente identificado com o nome da criança.
- Sempre que se desloquem às instalações do CCPF, devem fazer-se apresentar com uso obrigatório de máscara.
- Devem fazer os possíveis por só um dos pais/encarregados de educação se deslocar ao CCPF.
- Os pais/encarregados de educação não assinam a entrada e saída das crianças, este registo será feito apenas pelas educadoras e/ou auxiliares.
- Comuniquem à instituição as ausências e o motivo para tal, em tempo útil.
- Cumpram os protocolos e as orientações da DGS quanto às medidas de higiene.
- Cumpram as orientações da Instituição.

### Recomendações gerais aos utentes, trabalhadores e visitantes

- devem lavar as mãos:
  - Antes de sair de casa;
  - Ao chegar à Instituição;
  - Após usar a casa de banho;
  - Após intervalos e atividades fora de sala;

- Antes das refeições, incluindo lanches;
- Antes de sair da Instituição
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos;
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória;
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum;
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24. Não deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde;
- Consultar regularmente informação em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt);

### **Procedimentos em caso suspeito no CCPF**

1. Qualquer criança ou funcionário com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique criança ou funcionário nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o respetivo coordenador da resposta social e a Direção Executiva, devendo de imediato dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.
2. Será prestada à criança ou funcionário toda a assistência necessária. O coordenador da resposta social ou a Direção Executiva deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma pelos circuitos definidos, com o equipamento de proteção individual devidamente colocado. Sempre que possível, deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 2 metros) da pessoa em causa.
3. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar o uso de ascensores, de forma a evitar contaminação de superfícies. Deverão preferencialmente ser utilizadas escadas, não devendo idealmente ser usados os corrimãos como apoio.
4. No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19 ou quem acompanha deve contactar a Linha SNS 24 (808 24 24 24). No caso de ser uma criança, os encarregados de educação devem ser de imediato contactados para levar a criança e contactar o SNS 24, procedimento este que deverá ser realizado na própria creche.
5. Após avaliação, a Linha SNS 24 informa o caso suspeito e quem o acompanha:
  - **Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19:** define os procedimentos adequados à situação clínica da pessoa em causa;

- **Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19:** a Linha SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM) da Direção-Geral da Saúde (DGS), para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

- **Caso Suspeito Não Validado:** O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da pessoa em causa. Será informado quem acompanhou e a instituição.
- **Caso Suspeito Validado,** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Local, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. Quem acompanha informa a Direção da instituição da existência de um caso suspeito de COVID-19 validado.

#### **Procedimentos num caso suspeito validado**

O doente deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para realização de exames laboratoriais.

O acesso dos outros utentes e funcionários à área de isolamento fica interdito.

O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste caso com outras pessoas. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da unidade orgânica.

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

- Se o caso for infirmado, devem ser aplicados os procedimentos habituais da unidade orgânica, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- 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 Local.



### **Procedimentos em caso confirmado**

Na situação de caso confirmado, a Direção da instituição deve:

- 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, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção das salas, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico nos termos regulamentares comunicados internamente;
- Avaliar o encerramento temporário do edifício em causa.

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

#### **4. Contactos e Produtos de segurança, proteção e higienização**

O CCPF assegurará a publicação em local acessível dos contactos úteis dos serviços adequados à pandemia e disponibilizará, de acordo com a disponibilidade de mercado, os produtos adequados e necessários ao cumprimento dos procedimentos específicos que forem sendo definidos.

#### **5. Informação de “Caso Suspeito”**

O CCPF informará os utentes e seus familiares e trabalhadores da existência de Caso Suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação que forem estabelecidos.

Mantendo uma atitude prudente, todos poderemos contribuir para minimizar de forma significativa o eventual impacto desta pandemia.

*A Direção do Centro Comunitário Paroquial de Famões*