



**Centro Social Paroquial
de S. Domingos de Rana**

Plano de Contingência Da Covid-19 (Coronavírus)

Data de Elaboração: 9 de Março de 2020



Como é do conhecimento geral, existe a possibilidade de se vir a desenvolver uma pandemia da Covid-19 (coronavírus) em Portugal. Nesse sentido estão a ser divulgadas, por parte da Direcção Geral de Saúde, medidas essenciais à prevenção e contenção da mesma.

Assim, o Centro Social Paroquial de S. Domingos de Rana, está a adoptar as medidas sugeridas para a contenção da Covid-19 (coronavírus).

A Covid-19 (coronavírus) transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados.

Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

As pessoas infetadas podem apresentar:

- febre;
- tosse;
- dificuldade respiratória;
- dores musculares;
- cefaleia;
- fraqueza generalizada.

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

Recomendamos às famílias que estejam atentas a sintomas de constipação e gripe e que se mantenham em casa no caso de suspeitas de doença, contactando o SNS 24 (808 24 24 24) bem como o CSPSDR (214549040).

Como reduzir o risco?

As medidas gerais de higiene, pessoais e do ambiente constituem as medidas mais importantes para evitar a propagação do vírus.

Uma das formas de ajudar é manter-se constantemente informado(a) e colaborar na transmissão da informação correta aos seus contactos, em especial quando identificar situações infundadas de pânico ou alarmismo.

Com efeito, todos os intervenientes deverão conhecer este documento, assumindo cada um o papel que lhe é devido com compromisso, responsabilidade e transparência. Só com a estreita colaboração de todos – colaboradores, clientes e famílias e Autoridades de Saúde, é que podemos contribuir para a contenção da Covid-19 (coronavírus) e o sucesso deste plano.

De acordo com indicações da Direcção Geral de Saúde foram tomadas medidas extraordinárias:

- Elaborar o presente plano de contingência.
- Criar um espaço destinado ao isolamento de todas as pessoas que apresentem sintomas.
- Estabelecer os contactos necessários.
- Redobrada atenção na higiene, limpeza e arejamento dos espaços fechados.
- Maior atenção na limpeza de superfícies, equipamentos, brinquedos e objectos.
- Evitar concentração de pessoas em espaços não arejados.
- Alteração e implementação de novas rotinas, procedimentos.
- Realização de acções de sensibilização com todos os intervenientes.

Plano de Contingência

A finalidade deste plano é zelar pelo bem-estar da comunidade e contribuir para a contenção da Covid-19.

Com efeito, todos os intervenientes deverão conhecer este documento, assumindo cada um o papel que lhe é devido com compromisso, responsabilidade e transparência. Só com a estreita colaboração de todos – colaboradores, voluntários, clientes e famílias e Autoridades de Saúde local, é que podemos contribuir para o sucesso deste plano.

O presente plano de contingência tem como objectivos:

- Diminuir ao máximo a propagação do vírus Covid-19;
- Contribuir para a contenção do vírus;
- Definir uma cadeia de comando e controle com a atribuição de papéis e respectivas competências;
- Optimizar todos os recursos disponíveis;
- Encontrar alternativas/soluções que permitam manter as respostas sociais do CSPSDR em funcionamento.

Coordenação e equipa operativa:

A coordenação será assegurada por Ana Ramalheira tendo como equipa operativa Sofia Mateus, Cristina Simões, Inês Santos e Regina Gonçalves. Esta equipa tem a responsabilidade de antecipar e preparar respostas a uma possível situação de crise.

Competências da equipa operativa:

- Definir todas as medidas concretas e activas face a situações quer de prevenção quer de disseminação do vírus, decidindo caso a caso quais as medidas a tomar;
- Alterar, sempre que necessário, o presente plano de acordo com as necessidades;
- Assegurar todos os contactos necessários;
- Reunir quando necessário com as entidades da tutela bem como as autoridades de saúde e de segurança;
- Identificar as actividades essenciais e prioritárias;
- Assegurar a existência de uma reserva de bens ou produtos cuja falta possa comprometer o exercício das actividades mínimas ou consideradas prioritárias;
- Divulgar e implementar o plano.

Medidas adoptadas:

- Redobrada atenção na higiene, limpeza e arejamento dos espaços fechados;
- Manter um cuidado redobrado com a higiene pessoal e vestuário;
- Evitar a concentração de Clientes em espaços não arejados;
- Limpar frequentemente as superfícies, equipamentos, brinquedos e objectos;

- Implementar as regras de lavagem das mãos na rotina de higiene, aumentando o número de lavagens por dia;
- Ter o cuidado de lavar as mãos sempre que há uma entrada do espaço exterior para o CSPSDR;
- Será implementado o plano de higienização (medidas e acções) adequado à situação actual (possibilidade de existência de uma pandemia);
- Informação rápida e eficaz no caso de surgirem clientes com sintomas de gripe (de fora para dentro ou de dentro para fora);
- Os clientes, voluntários e colaboradores que apresentem sintomas não poderão permanecer no CSPSDR;
- Os clientes e colaboradores que tenham familiares infectados não poderão permanecer no CSPSDR, informando-nos;
- Existência de um local de isolamento;
- Cada família manter uma comunicação permanente com as educadoras das respectivas salas e com a coordenadora do departamento sénior de modo a que cada situação possa ser resolvida de acordo com as circunstâncias apresentadas;
- Serão realizadas acções de sensibilização contendo informação acessível e de fácil compreensão;
- Manter a calma e a confiança.

Para Creche, Pré-escolar e ATL

- Redobrada atenção na higiene, limpeza e arejamento dos espaços fechados;
- Os brinquedos serão lavados com mais frequência, em especial nas salas bebés e branca;
- Irão ser retirados alguns brinquedos dos espaços polivalentes e das salas de modo a controlar melhor a limpeza dos mesmos;
- As mesas para o almoço e lanche serão postas por um adulto;
- A fruta e o pão serão levados pelas crianças em caixas fechadas;
- Serão retirados os copos de beberem água e as toalhas individuais de limparem as mãos utilizando apenas as toalhas individuais de papel;
- Serão levados à casa de banho com mais frequência para a lavagem das mãos.
- Serão realizadas acções de sensibilização com as crianças;
- No caso de surgir uma criança ou adulto com sintomas encaminhar de imediato para a sala de isolamento e proceder segundo as indicações.

Aos Pais:

- Informar de imediato o CSPSDR quando a criança apresentar sintomas;
- As crianças que tenham familiares infectados não poderão frequentar o CSPSDR, informando-nos da situação;
- Todos os clientes devem lavar as mãos quando entram no Centro;
- Manter um cuidado redobrado com a higiene pessoal e vestuário;
- Lavar com regularidade o bibe;
- Evitar trazer brinquedos de casa;
- Trazer uma garrafa de água devidamente identificada em substituição dos copos;
- Manter uma comunicação permanente com as educadoras das respectivas salas de modo a que cada situação possa ser resolvida de acordo com as circunstâncias apresentadas;

- Deixar os seus filhos à entrada das salas para a creche, à entrada do polivalente para o pré-escolar e à entrada do ATL;
- Manter a calma e a confiança.

No Centro de Dia e Centro de Convívio:

- Todos os clientes devem lavar as mãos quando entram no Centro;
- Implementar as regras de lavagem das mãos;
- Implementar as regras de etiqueta respiratória;
- Arejar frequentemente os espaços;
- Não cumprimentar as pessoas com beijos e abraços;
- Limpar frequentemente as superfícies, equipamentos e objectos;
- Existência de um local de isolamento;
- Divulgar informação acessível, de fácil compreensão;
- Informar de imediato o CSPSDR quando apresentarem sintomas;
- Os clientes que tenham familiares infectados não poderão frequentar o CSPSDR, informando-nos da situação.

No Apoio Domiciliário:

- Implementar as regras de lavagem das mãos;
- Implementar as regras de etiqueta respiratória;
- Não cumprimentar as pessoas com beijos e abraços;
- Informar de imediato o CSPSDR quando apresentarem sintomas, sendo cancelado de imediato a prestação do serviço.

Ajudantes Familiares:

- Utilizar, sempre, as luvas descartáveis na prestação de cuidados;
- Utilizar a solução anti-séptica com base alcoólica sempre que saem ou entram nos domicílios.

Cozinha:

- Utilizar sempre recipientes com tampa para o pão, fruta, salada e outros alimentos;
- Manter todos os procedimentos de limpeza e higiene rigorosa anteriormente implementados;
- Aumentar o stock de produtos alimentares de forma a assegurar uma autonomia de pelo menos duas semanas de refeições;
- Reforçar a periodicidade da lavagem das mãos.

Limpeza:

- Limpar sistematicamente (várias vezes ao dia) com produto desinfectante das mesas, cadeiras, maçanetas das portas, torneiras, telefones e outros objectos de utilização permanente;
- Aumentar o stock mínimo de produtos de higiene e limpeza, tais como detergente, gel de mãos e toalhetas;
- Limpeza e desinfecção imediata da sala de isolamento e locais de passagem logo após a permanência de um cliente com sintomas.

Motorista:

- Higienizar frequentemente as mãos;
- Limpar o interior da carrinha logo após o transporte de clientes;
- Assegurar a compra de produtos em falta em situações de impossibilidade de entrega por parte dos fornecedores habituais.

Secretaria:

- Estabelecer os contactos com as Entidades de Saúde competentes.
- Procurar fornecedores alternativos de produtos essenciais.
- Manter registo dos funcionários com baixa de doença e estabelecer contactos no sentido de obter informação acerca do motivo da baixa, estado de saúde e previsão de regresso.
- Manter actualizada listagem dos suspeitos, infectados ou regressados após desaparecimento dos sintomas, quer se trate de colaborador ou cliente.
- Fazer as encomendas de produtos essenciais logo que solicitadas pelos respectivos serviços e controlar se as mesmas são entregues dentro dos prazos estipulados.
- Assegurar a requisição de produtos de limpeza na eventualidade da Chefe de Limpeza (Regina Gonçalves) faltar.
- Apoiar e articular com a Cozinheira e Ajudante de Cozinha na requisição de produtos alimentares, na falta da Chefe de Cozinha.

Medidas de isolamento

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.

No CSPSDR estão definidos como espaços de isolamento:

Sala de reuniões, para o edifício sede;

Cozinha para a creche do zambujal;

Sala de leitura para o edifício do Centro de dia.

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, é encaminhado para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta-se a linha SNS 24 (808 24 24 24) e a família.

Depois de uma avaliação do profissional de saúde do SNS 24, 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.

Em caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do cliente ou colaborador.

Em caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. De seguida será contactado o delegado regional de educação da área de Cascais.

Recursos humanos mínimos:

Num cenário de elevado absentismo de colaboradores, as condições mínimas identificadas para assegurar o funcionamento do CSPSDR são:

Salas Bebés e Branca	2 Adultos	Máximo de 10 Crianças
Salas Rosa e Azul	2 Adultos	Máximo de 15 Crianças
Salas Laranja e Amarela	2 Adultos	Máximo de 20 Crianças
Creche Zambujal	2 Adultos	Máximo de 12 Crianças
Pré-escolar	2 Adultos	Máximo de 40 Crianças
ATL	2 Adultos	Máximo de 50 Crianças
Centro de Dia	2 Adultos	
Apoio Domiciliário	2 Adultos	
Centro de convívio	1 Adulto	
Serviços Administrativos	1 Adulto	
Portaria	1 Adulto	
Cozinha	3 Adultos	
Limpezas	3 Adultos	Um em cada resposta social
Transportes	1 Adulto	

Para garantir o funcionamento do CSPSDR, poderá ser necessário ajustar os horários de abertura e encerramento.

O encerramento do CSPSDR será efectuado se determinado pelo Delegado de Saúde Escolar. No caso de não estarem assegurados os recursos humanos mínimos, de acordo com o quadro acima, para dar resposta aos clientes, caberá à Direcção, sempre em articulação com o Instituto de Segurança Social tomar decisões.

No caso do encerramento das escolas básicas EB1 de S. Domingos de Rana e P. Agostinho da Silva, as crianças inscritas no ATL não o poderão frequentar.