



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Plano de Contingência



Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário e Estrutura Residencial para Idosos

3ª. Versão

Castanheira, 15 de Outubro de 2020



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

INTRODUÇÃO

O presente documento apresenta o Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19) estabelecido pelo Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Conceição, fornece informação aos utentes e trabalhadores do Centro Social Paroquial sobre esta nova doença, sobre as medidas de prevenção e controlo desta infeção e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos ou confirmados.

O Plano de Contingência do Centro Social Paroquial para COVID-19 foi desenvolvido com base nas orientações da Direcção-Geral da Saúde (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento. Os utentes e trabalhadores do Centro Social Paroquial serão informados sobre COVID-19 e sobre as formas de evitar a transmissão através dos meios mais adequados, designadamente informação por correio eletrónico, *site* do Centro Social Paroquial na Internet, afixação de cartazes nos espaços comuns, etc.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do Centro Social Paroquial para COVID-19 será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados e por toda a comunidade.

O Centro Social Paroquial está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus utentes e trabalhadores, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

1. OBJETIVO

O presente documento tem por objetivo definir diretrizes de atuação de forma a mitigar os efeitos de uma possível contaminação da população da terceira idade em ERPI, CD e SAD com o SARS-CoV-2.

2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente plano de contingência aplica-se a todos os utentes e trabalhadores do Centro Social Paroquial e a 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 ou utente com sintomas desta infeção, tem por base a informação disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a Norma 006/2020, de 26/02/2020, e o 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. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção origina sintomas como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou pode apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de COVID-19, é pouco provável que tenha sido contagiada.

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Dificuldade respiratória/ Tosse/ Febre

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias.

4. A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contato próximo (perímetro até 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contato com uma pessoa infetada. As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante. Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

- Assecreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (perímetro até 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.

5. PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus. Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.
- Não cuspir nem expetorar para o chão. Se houver necessidade de remover secreções existentes na boca deve ser utilizado um lenço descartável, diretamente da boca para o lenço e colocar imediatamente no lixo após ser usado.
- Os trabalhadores que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se devem deslocar para a Instituição.

Os trabalhadores devem lavar as mãos:

- *Antes de sair de casa;*
- *Ao chegar à Instituição;*
- *Após usar a casa de banho;*
- *Antes das refeições, incluindo lanches;*
- *Antes de sair da Instituição.*
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Se usar as mãos inadvertidamente para cobrir a boca ou o nariz lavá-las ou desinfetá-las de imediato.
- Evitar contato próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: **808 24 24 24**.
NÃO DEVE DESLOCAR-SE DIRETAMENTE PARA NENHUM ESTABELECIMENTO DE SAÚDE.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt

6. MEDIDAS A ADOTAR

Na elaboração deste Plano de Contingência responde-se às 3 questões que a Norma 006/2020 define como basilares:

1. Quais os efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar na instituição?
2. O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19?
3. O que fazer numa situação em que existe um ou vários trabalhadores suspeitos de infeção na instituição?

Na atual situação de pandemia, grande parte da população deverá ficar isolada e muitos serviços poderão deixar de funcionar; assim, é importante considerar a possibilidade de serviços ou atividades essenciais ou mínimos.

É importante determinar quais os serviços mínimos a manter em funcionamento e as atividades que são dispensáveis e as que são imprescindíveis, assim como quais os recursos humanos destacados para o normal funcionamento desses serviços e as equipas de substituição prontas para entrar ao serviço em caso de necessidade.

Tabela 1: Serviços e atividades imprescindíveis e serviços passíveis de serem reduzidos ou fechados

Identificação dos serviços ou atividades imprescindíveis de dar continuidade	Serviços ou atividades passíveis de serem reduzidos ou fechados
ERPI	Centro de Dia
Cozinha	SAD
Saúde	Animação
Limpeza	Fisioterapia
Aprovisionamento	
Manutenção	

Fonte: Elaboração própria



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Tabela 2: Afetação de trabalhadores e previsão de equipas de substituição

Serviços/ Atividades	Trabalhadores em serviço	Trabalhadores a garantirem a substituição
ERPI	Ajudantes de Ação Direta	Férias/ Folgas/
SAD	Trabalhadores Auxiliares	Fisioterapia/ Animação
CD	Cozinheira	Diretora Técnica/ Enfermeira
Cozinha	Cozinheira	Férias/ Folgas/
Lavandaria Limpeza	Ajudantes de Ação Direta	Fisioterapia/ Animação
	Trabalhadores Auxiliares	Diretora Técnica/ Enfermeira

Fonte: Elaboração própria

É importante ter maior atenção com os trabalhadores que, pelas suas tarefas, poderão ter um maior risco de infeção, como por exemplo, os trabalhadores que fazem atendimento ao público e os que prestam cuidados de saúde, higiene e conforto aos utentes.

Tabela 4: Trabalhadores com potencial risco associado

Grupos de trabalhadores com potencial de risco associado
Auxiliares de ação direta, Trabalhadores Auxiliares, Enfermeira.

Fonte: Elaboração própria

PREPARAÇÃO PARA FAZER FACE A UM POSSÍVEL CASO DE INFEÇÃO

A colocação de um trabalhador ou utente numa área de isolamento visa impedir que outros trabalhadores e utentes possam estar expostos e infetados e tem como principal objetivo evitar a propagação da doença no Centro Social Paroquial e na comunidade.

6.2.1. ÁREA DE ISOLAMENTO

Os espaços de isolamento estão dotados de marquesa, cadeira, telefone e têm disponível no interior, um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico). No acesso a esta área deverá ficar um segundo contentor para, aquando da saída da área, permitir a recolha dos EPI's usados na intervenção, toalhetes de papel, máscaras, luvas descartáveis e termómetro.

Nas áreas definidas para isolamento existe uma instalação sanitária (próxima das imediações) devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do trabalhador com sintomas.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

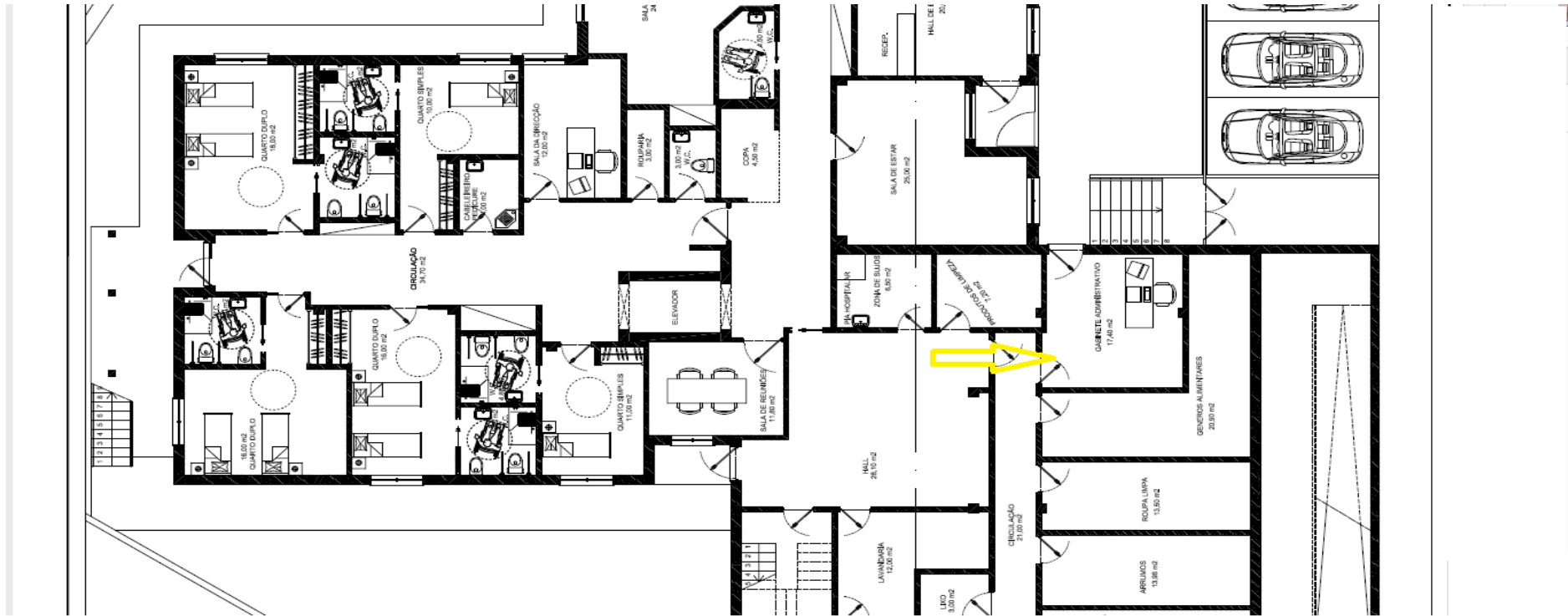
6.2.2. ÁREA DE CONFINAMENTO

Sempre que exista suspeita que utente possa estar infetado, o mesmo deverá ser, de imediato, encaminhado para a área de isolamento. Seguindo as instruções da Autoridade de Saúde, após a confirmação de infeção por COVID-19 e não tendo sintomatologia para ser encaminhado para o Hospital, deverá o utente ser colocado num quarto designado por quarto de confinamento, onde esteja privado de qualquer contacto social.

Estes espaços de confinamento estão dotados de cama, cadeirão, mesa-de-cabeceira, casa de banho, doseador de sabão, desinfetante, toalhetes de papel, balde do lixo (com abertura não manual e saco plástico), máscaras, luvas descartáveis e termómetro.

6.2.2.1. ÁREA DE ISOLAMENTO

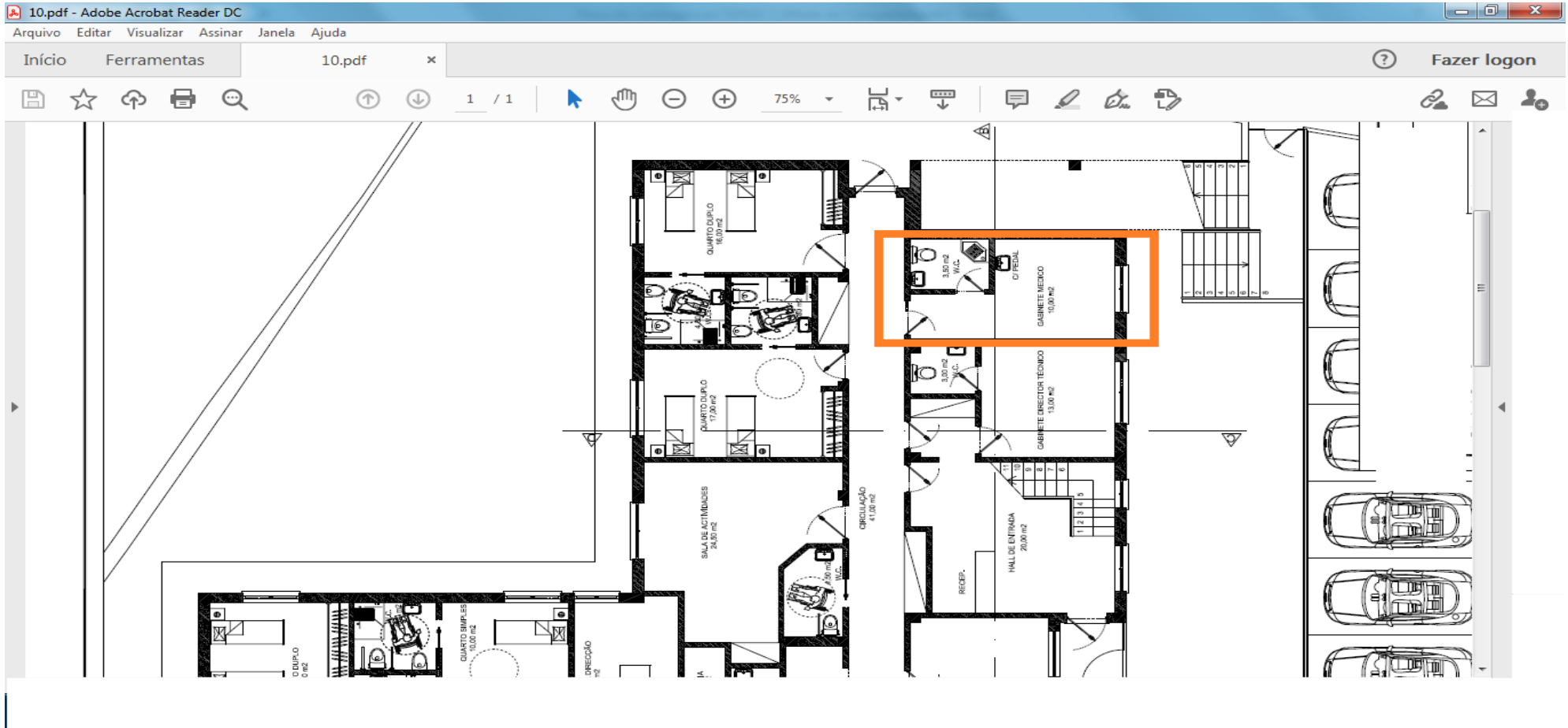
Figura 1: Área de Isolamento – Piso 0



Fonte: Elaboração própria

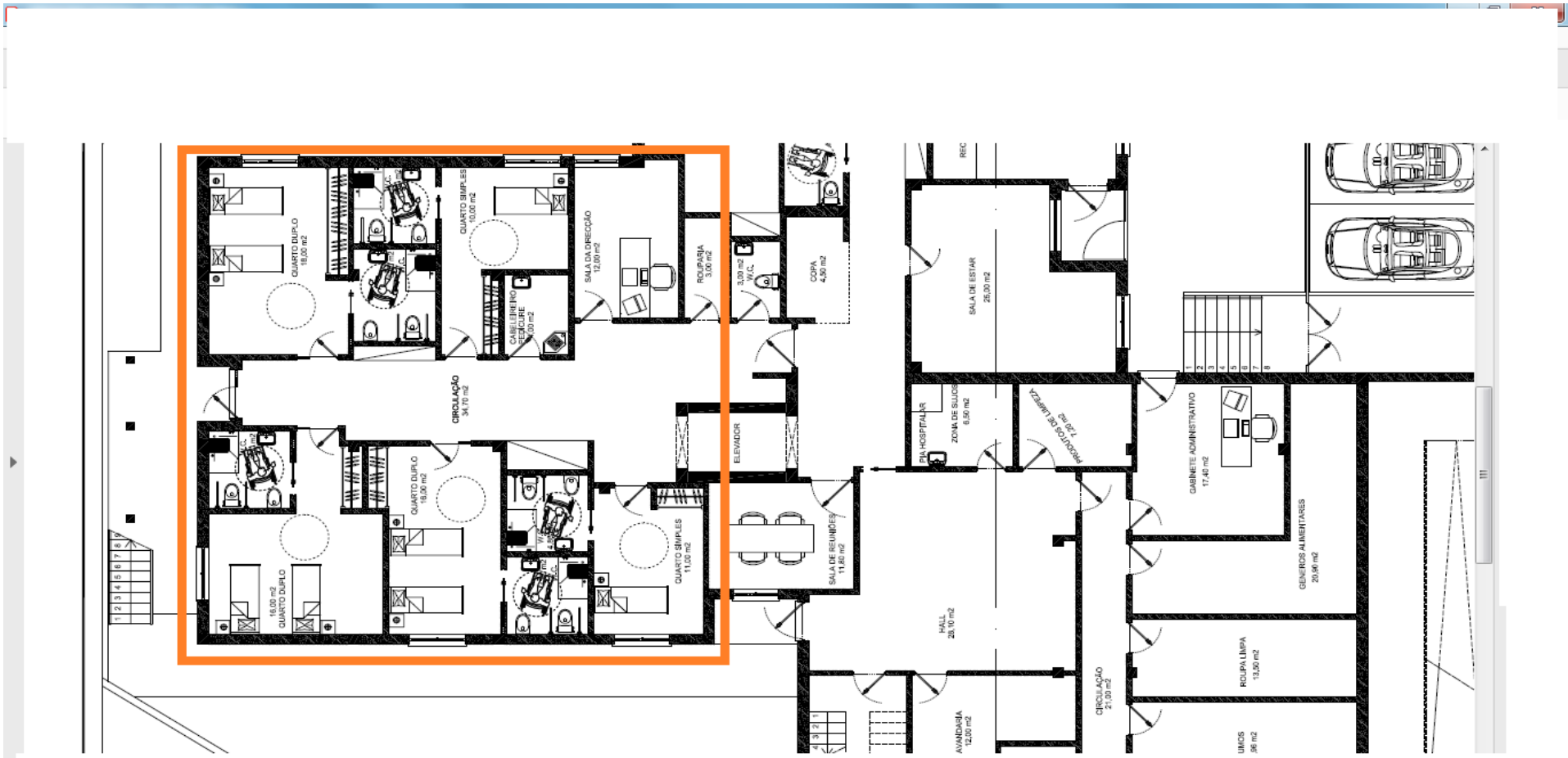
6.2.1.1. ÁREAS DE CONFINAMENTO

Figura 2: Zona Isolamento profilático – Piso 0



Fonte: Elaboração própria

Figura 3: Ala de Isolamento



Fonte: Elaboração própria



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

6.2.3. IMPLEMENTAÇÃO DE PROCEDIMENTOS INTERNOS ESPECÍFICOS

O Centro Social Paroquial, ao longo de todo o período do vírus, implementou as seguintes medidas:

1. Procedimentos básicos para higienização das mãos: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, conforme descrito nas imagens da Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019, de 16/10/2019, afixadas no Centro Social;
1. Procedimentos de etiqueta respiratória (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);
2. Utilização de uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilização da mesma em locais estratégicos e espalhados por todo o edifício;
3. Utilização de toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
4. Utilização de máscara cirúrgica durante todo o período de trabalho;
5. Reforço do uso de luvas para o desempenho dos cuidados aos utentes;
6. Criação e identificação de percursos definidos por todo o edifício;
7. Reforço da higienização e limpeza dos equipamentos e utensílios, assim como dos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. mesas, cadeiras, cadeirões, sofás, corrimões, puxadores de portas, botões de elevador, comandos, telefones, interruptores);
8. Reforço na frequência da limpeza e desinfecção das superfícies obedecendo aos planos de higiene de cada espaço;
9. Obedecer ao código de cores estabelecida na Instituição – nomeadamente na utilização dos utensílios para a limpeza e higienização dos equipamentos e espaços;
10. Desinfecção de equipamentos e produtos à entrada da Instituição;
11. Desinfecção do calçado à entrada da Instituição – o calçado usado no exterior deve ser guardado dentro de um saco próprio e nos espaços criados para o efeito;
12. Desinfecção dos equipamentos e viaturas após cada utilização do serviço de apoio domiciliário;
13. Proceder à renovação de ar das salas e espaços fechados, de preferência com 6 a 12 renovações por hora;

Utentes:

1. Divisão dos utentes da ERPI pelas diversas salas do edifício – estipulando e identificando para cada utente cadeirão/ sofá próprio e pessoal;
2. Criação de dois turnos para refeições e desinfecção dos equipamentos e espaços entre cada



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

utilização;

3. Procedimentos de utilização de loiças descartáveis em caso de utente com COVID-19;
4. O planeamento de lavagem de roupa separada que deve integrar: pré-lavagem e lavagem a temperatura de 70 a 90°C;

Trabalhadores:

1. Avaliação e registo da temperatura na entrada ao serviço em impresso próprio;
2. Realização de teste COVID aos trabalhadores que se encontram ausentes por motivo de férias (ausências superiores a 8 dias) ou em caso de identificar alguma situação/ relação com casos suspeitos ou ainda em caso de apresentação de sintomas compatíveis com COVID-19.
3. Temporariamente o registo biométrico dos trabalhadores encontra-se suspenso e o registo diário das presenças é realizado em impresso próprio;
4. Utilização de uma farda diária que após o final do horário de trabalho deve ser lavada na Instituição;
5. Nas deslocações aos domicílios o funcionário deve-se utilizar os EPI's recomendados (avental, e máscara) e calçado próprio para o exterior. Ao chegar à instituição deve trocar novamente de calçado e de farda, além da desinfeção abundante das mãos durante e após o percurso;
6. Procedimentos de como colocar a máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
7. Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os utentes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais).
8. No caso de ser encaminhado para isolamento profilático (tendo em conta os critérios epidemiológicos), deve ser assegurada a entrega de uma Ficha de Registo Individual de Sintomas aos casos registados (ver anexo V) - 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 (orientação da DGS009_2020).

6.2.4. DEFINIÇÃO DE PROCEDIMENTOS DE COMUNICAÇÃO E RESPONSABILIDADES

No Centro Social Paroquial são adotados os seguintes procedimentos:

1. Divulgação das medidas gerais de prevenção e contenção e atualização regular da informação sobre a doença;



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

2. Elaboração e divulgação do Plano Contingência para a pandemia Coronavírus, interna e externamente;
3. Afixação de cartazes com medidas de prevenção e sintomatologia;
4. Formação ministrada aos trabalhadores com potencial de risco associado.

PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS A ADOTAR PERANTE UM CASO SUSPEITO NA INSTITUIÇÃO

A comunicação deve ser rigorosa, rápida e segura e deve envolver o trabalhador, a chefia, enfermeira e o presidente da direção.

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

Nas situações em que o trabalhador ou o utente com sintomas necessita de acompanhamento (por exemplo, por dificuldade de locomoção), fica definido que é o trabalhador 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, tal como definido nas partes seguintes.

Figura 9: Caso suspeito



Fonte: Elaboração própria



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

6.3.1. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO, APÓS CONTACTO COM A ASL

6.3.1.1. FUNCIONÁRIO (VER ANEXO I)

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

Nas duas situações, o trabalhador deverá ser tratado de forma adequada, do ponto de vista clínico, seguindo as orientações da ASL.

- Caso suspeito validado:
 - 1) O trabalhador permanece na área de isolamento até à chegada do INEM para transporte até ao hospital de referência, ou até transferência para outro local a determinar;
 - 2) Vedar acesso à área de isolamento;
 - 3) Identificar os contactos próximos do trabalhador e transmitir à ASL;
 - 4) Informar os trabalhadores do edifício e demais utilizadores, sobre os procedimentos a adotar;
 - 5) Assegurar a limpeza e desinfeção da área de isolamento;
 - 6) Comunicar à ASL a limpeza e desinfeção da área de isolamento e solicitar o levantamento da interdição da área de isolamento.

6.3.1.2. UTENTE (VER ANEXO II)

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

Nas duas situações, o utente deverá ser tratado de forma adequada, do ponto de vista clínico, seguindo as orientações da ASL.

- Caso suspeito validado:
 - 1) O utente permanece na área de isolamento até à chegada do INEM para transporte até ao hospital de referência, ou até transferência para uma área de confinamento;
 - 2) Vedar acesso à área de isolamento;
 - 3) Identificar os contactos próximos do utente e transmitir à ASL;
 - 4) Informar os trabalhadores do edifício e demais utilizadores, sobre os procedimentos a adotar;
 - 5) Assegurar a limpeza e desinfeção da área de isolamento;



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

- 6) Comunicar à ASL a limpeza e desinfeção da área de isolamento e solicitar o levantamento da interdição da área de isolamento.

6.3.2. PROCEDIMENTO PARA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS ASSINTOMÁTICOS DE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19

6.3.2.1. TRABALHADOR ASSINTOMÁTICO

- Identificação dos contactos próximos;
- Contacto com a Delegado de Saúde em estreita articulação com a ASL, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição ou alto risco de exposição;
- Para as pessoas determinadas com **baixo risco de exposição**: assegurar a monitorização diária dos sintomas – ver **anexo III** - (febre, tosse, dificuldade em respirar);
- Para as pessoas determinadas com **alto risco de exposição**: seguir as indicações dadas pela ASL, nomeadamente encaminhar os trabalhadores para casa (período de restrição social), monitorização diária dos sintomas –ver **anexo III** - (febre, tosse, dificuldade em respirar);
- Passado o período de 14 dias e se nenhum sintoma surgir, após o regresso, encaminhar os trabalhadores para realização de teste COVID.

6.3.2.2. UTENTE ASSINTOMÁTICO

- Identificação dos contactos próximos;
- Contacto com o Delegado de Saúde em estreita articulação com a ASL, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição ou alto risco de exposição;
- Para os utentes identificados com **baixo risco de exposição**: assegurar a monitorização diária dos sintomas – ver **anexo IV** - (febre, tosse, dificuldade em respirar);
- Para os utentes identificados com **alto risco de exposição**: seguir as indicações dadas pela ASL, nomeadamente encaminhar os utentes para quarto isolado fazendo monitorização diária dos sintomas – ver **anexo IV** - (febre, tosse, dificuldade em respirar);
- Passado o período de 14 dias e se nenhum sintoma surgir, avaliar a situação com a ASL.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

7. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS

O Centro Social Paroquial implementou as seguintes medidas com efeito imediato, com o objetivo de minimizar a propagação da pandemia do COVID-19 e tendo em especial atenção os utentes e as suas famílias, bem como aos trabalhadores da Instituição:

- Limitação de visitas aos utentes em regime de ERPI, conforme informação constante no presente plano e que poderão ser suspensas em caso de necessidade;
- Suspende temporariamente as saídas de utentes para o exterior, exceto para consultas médicas e exames médicos de carácter de urgência, devidamente justificadas pela equipa da saúde;
- Condicionar a entrada de utentes ou o seu regresso após hospitalização ou estadia com familiares ao resultado negativo do teste à COVID-19 e a quarentena obrigatória em isolamento de 14 dias;
- Continuidade de encerramento do Centro de Dia;
- Encerramento dos serviços de apoio domiciliário referenciados como casos suspeitos de COVID;
- Não admissibilidade na instituição de utentes, familiares ou trabalhadores que manifestem febre ou outros sinais de COVID-19 a fim de evitar o contágio de outras pessoas;
- Apenas permitir a entrada das pessoas estritamente necessárias ao funcionamento da Instituição (trabalhadores, fornecedores e manutenção);
- Os responsáveis pelo utente podem solicitar autorização para levar o seu familiar para casa, mantendo o lugar na Instituição, mediante pedido escrito à Direção do Centro Social;
- Toda e qualquer pessoa, não sendo utente nem trabalhador, mas que tenha necessidade imperiosa de entrar nas instalações da Instituição deve cumprir rigorosamente os procedimentos de prevenção e proteção em vigor;
- As atividades planificadas deverão ser realizadas pelos utentes afetos a cada sala. Sempre que possível privilegiadas atividades em pequenos grupos ou no espaço exterior da instituição;
- Nas atividades deverão ser utilizados materiais de fácil desinfeção;
- Distribuição das refeições dos trabalhadores por mesas individuais, respeitando as regras de distanciamento social;
- Nos momentos de pausa dos trabalhadores devem ser seguidos comportamentos seguros e responsáveis;
- Nos momentos de troca e passagem de turno devem ser prestadas as informações necessárias, evitando o aglomerado de pessoas no mesmo espaço e sempre que possível de porta aberta.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

Nestes momentos de interação não devem ser aligeirados os cuidados;

- Sempre que possível, implementação de regime de trabalho com as equipas ao serviço e em casa, funcionando em modo de “espelho”;
- Fixação de trabalhadores com possibilidade de afetação a uma única área de intervenção;
- Reorganização de entrada de trabalhadores ao serviço, evitando o contato com diversas áreas de atuação;
- Avaliação da temperatura corporal e verificação de sintomas dos trabalhadores na entrada ao serviço.

8. ORGANIZAÇÃO DAS VISITAS

As visitas à Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) podem efetuar-se através do cumprimento das orientações seguintes:

- É permitida a entrada de um familiar (ou dois desde que coabitem) na zona corta-vento da instituição (entrada principal);
- O utente ficará dentro da instituição, havendo a separação física de vidro entre os dois;
- Só é permitida uma visita por utente por semana;
- Todas as visitas devem ser agendadas por telefone e marcação prévia. O agendamento deve ser realizado durante o período da manhã entre as 10:30h e 12:30h com a máxima antecedência possível;
- As visitas devem ter uma duração máxima de 30 minutos;
- O horário de visitas passa a ser: 14:00h, 15:00h e 17:00h;
- Todas as visitas devem trazer máscara e permanecer com ela durante todo o tempo da visita;
- Os visitantes não devem trazer objetos pessoais, géneros alimentares ou outros produtos;
- A instituição terá organizado um registo de visitantes, por data, hora, nome, contacto e residente visitado;
- As pessoas com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 ou com contacto com um caso suspeito ou confirmado de COVID-19 nos últimos 14 dias, não devem realizar ou receber visitas;
- Os visitantes que testem positivo a COVID-19 devem informar a Instituição e a autoridade de saúde local, caso tenham visitado a instituição até 48 horas antes do início dos sintomas.



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

7. TRABALHO EM EQUIPA/ REFORMULAÇÃO DE HORÁRIOS DE TRABALHO

Em caso de necessidade a Instituição pode realizar alterações nos horários de todos os profissionais, tendo como objetivos fundamentais a prestação dos cuidados básicos a todos os utentes.

Neste sentido, apresentam-se as seguintes regras:

- Instituição dos serviços mínimos (3 trabalhadores turno da Manhã/ 2 trabalhadores turno da Noite/ 1 na Cozinha)
- Permanência de um, ou no máximo dois, dos membros da equipa técnica por cada dia de trabalho;
- Horários de trabalho alargados para todos os profissionais (máximo de 12 horas diárias);
- Estabelecimento de equipas de trabalho e em espelho:

	Semana I					Semana II						Semana III						Semana IV						Semana V						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	4ª	5ª	6ª	Sab	Dom	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sab	Dom	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sab	Dom	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sab	Dom	2ª	3ª	4ª	5ª
Cozinheiro 1	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	B	B
Cozinheiro 2	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	DC	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	DC	DC
Trabalhador 1															M	M	M	M	M	M	M									
Trabalhador 2	N	N	N	N	N	N	N															M	M	M	M	M	M	M		
Trabalhador 3								M	M	M	M	M	M	M															N	N
Trabalhador 4	M	M	M	M	M	M	M															N	N	N	N	N	N	N		
Trabalhador 5	N	N	N	N	N	N	N															M	M	M	M	M	M	M		
Trabalhador 6	M	M	M	M	M	M	M															N	N	N	N	N	N	N		
Trabalhador 7															N	N	N	N	N	N	N									
Trabalhador 8								N	N	N	N	N	N	N															M	M
Trabalhador 9															M	M	M	M	M	M	M									
Trabalhador 10															N	N	N	N	N	N	N									
Trabalhador 11								N	N	N	N	N	N	N															M	M
Trabalhador 12								M	M	M	M	M	M	M															N	N
Trabalhador 13	M	M	M	M	M	M	M															M	M	M	M	M	M	M		
Trabalhador 14															M	M	M	M	M	M	M									
Trabalhador 15								M	M	M	M	M	M	M															M	M
Suplente 1	SUPLENTE					SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						
Suplente 2	SUPLENTE					SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						
Suplente 3	SUPLENTE					SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						SUPLENTE						



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

8. NOTAS FINAIS

É importante sublinhar que:

- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o utente ou trabalhador estiver na Instituição, devem-se iniciar os PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

7. CONTACTOS IMPORTANTES

- SNS24 – 808242424
- Emergência médica – 112
- Delegado de Saúde da Guarda – 968064831/ 927820605
- Presidente da Direção – 966191151
- Diretora Técnica – 966929922
- Enfermeira da Instituição – 966794223
- Médica da Instituição – 919869058/ 968845641
- Secretaria da saúde pública - 924448067

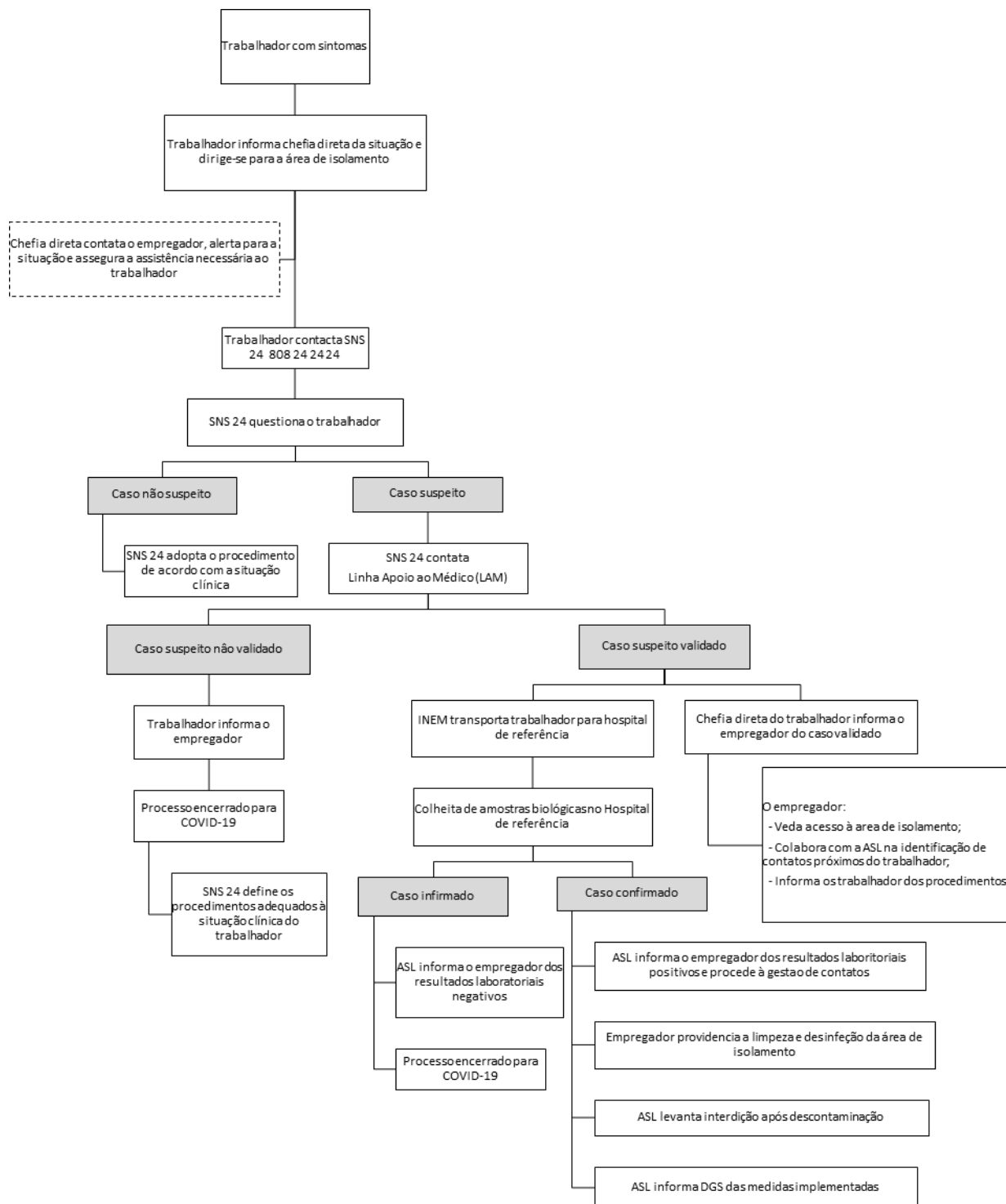


CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

ANEXO I

Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID-19



Fonte: Elaboração própria

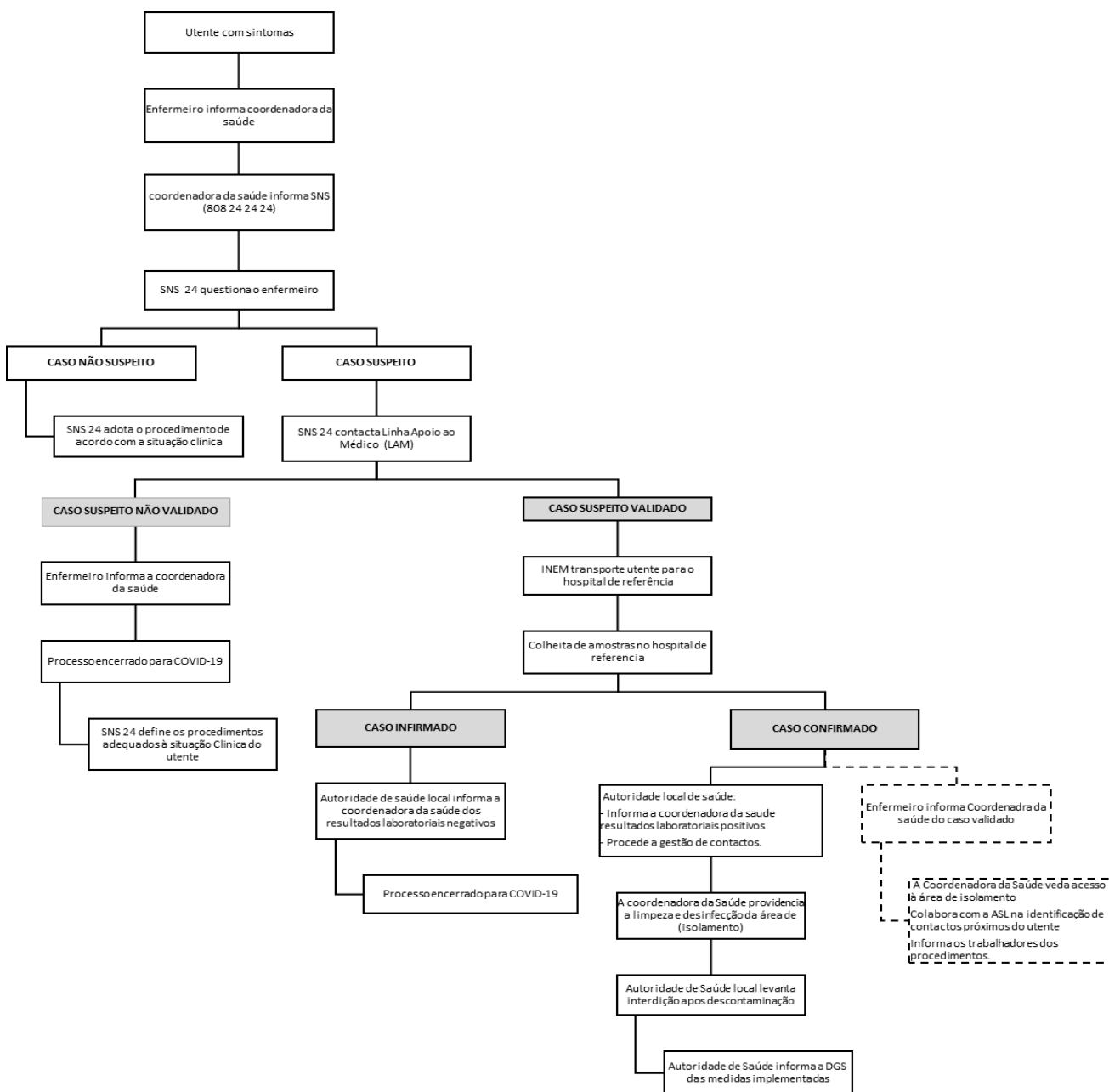


CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

ANEXO II

Fluxograma de situação de utente com sintomas de COVID-19



Fonte: Elaboração própria

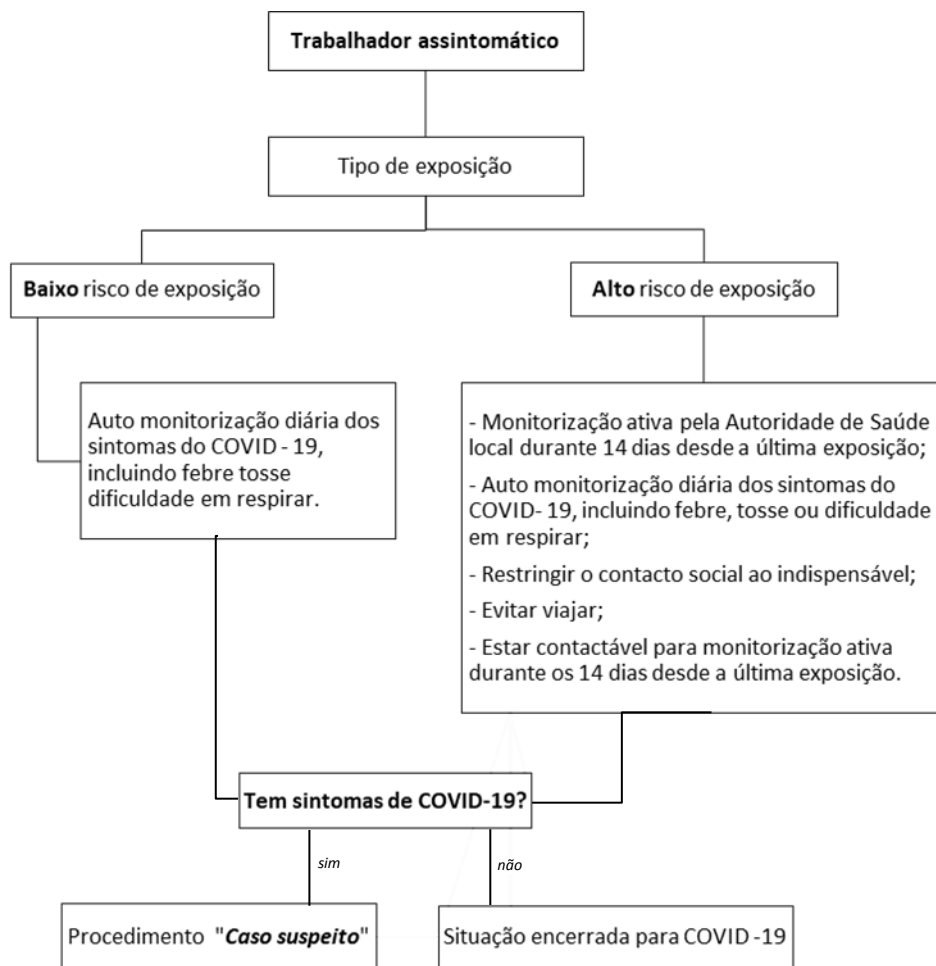


CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

ANEXO III

Fluxograma de procedimento de vigilância



Fonte: Elaboração própria

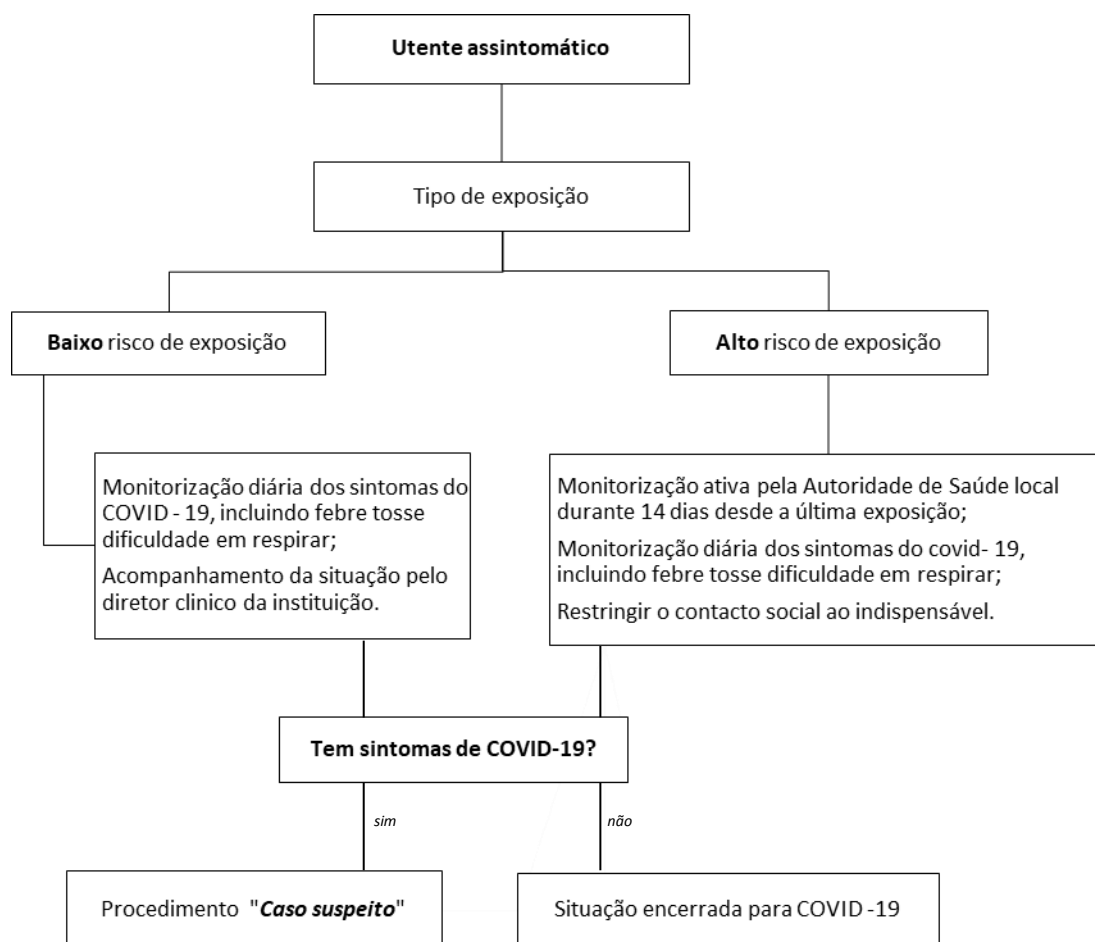


CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

ANEXO IV

Fluxograma de procedimento de vigilância



Fonte: Elaboração própria



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

LAR DE IDOSOS, CENTRO DE DIA E SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO
ANEXO V

Registo individual em caso de isolamento profilático

Nome			
Data de Nascimento			

Dia	Registo de temperatura Avaliação 1: __° C (Hora: __h__); Avaliação 2: __° C (Hora: __h__); Avaliação 3: __° C (Hora: __h__);	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Registe. Avaliação n.º__ Avaliação n.º __ Avaliação n.º__ Avaliação n.º __
	Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, diarreia, dores musculares...):	
Dia	Registo de temperatura Avaliação 1: __° C (Hora: __h__); Avaliação 2: __° C (Hora: __h__); Avaliação 3: __° C (Hora: __h__);	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Registe. Avaliação n.º__ Avaliação n.º __ Avaliação n.º__ Avaliação n.º __
	Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, diarreia, dores musculares...):	
Dia	Registo de temperatura Avaliação 1: __° C (Hora: __h__); Avaliação 2: __° C (Hora: __h__); Avaliação 3: __° C (Hora: __h__);	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Registe. Avaliação n.º__ Avaliação n.º __ Avaliação n.º__ Avaliação n.º __
	Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, diarreia, dores musculares...):	
Dia	Registo de temperatura Avaliação 1: __° C (Hora: __h__); Avaliação 2: __° C (Hora: __h__); Avaliação 3: __° C (Hora: __h__);	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Registe. Avaliação n.º__ Avaliação n.º __ Avaliação n.º__ Avaliação n.º __
	Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, diarreia, dores musculares...):	
Dia	Registo de temperatura Avaliação 1: __° C (Hora: __h__); Avaliação 2: __° C (Hora: __h__); Avaliação 3: __° C (Hora: __h__);	Fez a toma de alguma medicação como Brufen® ou Ben-u-ron®? Registe. Avaliação n.º__ Avaliação n.º __ Avaliação n.º__ Avaliação n.º __
	Sintomas/Queixas (tosse, expetoração, falta de ar, diarreia, dores musculares...):	