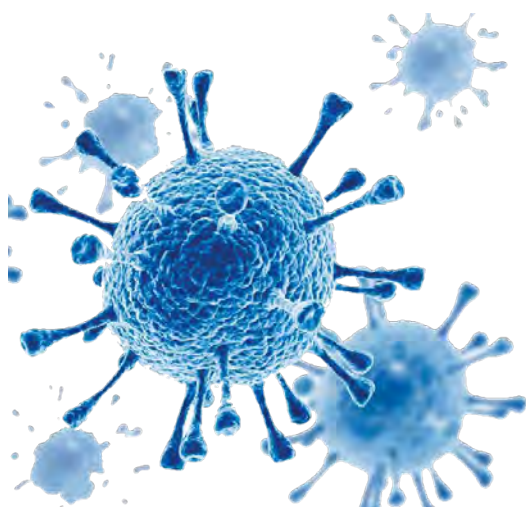




**COVID-19**

**PLANO DE  
CONTINGÊNCIA**

ENTIDADE:



Bairro Quinta da Fonte, lote 2  
2835-304 Lavradio

## Índice

|                                                                                 |           |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Introdução.....</b>                                                       | <b>3</b>  |
| 1.1. Objetivos.....                                                             | 3         |
| <b>2. Informação técnico-científica sobre o vírus.....</b>                      | <b>4</b>  |
| 2.1. Sars-Cov-2 e Coronavírus.....                                              | 4         |
| 2.2. Transmissão.....                                                           | 4         |
| 2.3. Período de incubação e sintomatologia.....                                 | 4         |
| 2.4. Tratamento.....                                                            | 5         |
| <b>3. Medidas de prevenção recomendadas pelas autoridades de saúde.....</b>     | <b>5</b>  |
| 3.1. Regras de prevenção.....                                                   | 5         |
| 3.1.1. Higiene das mãos.....                                                    | 5         |
| 3.1.2. Higienização e limpeza das instalações.....                              | 7         |
| 3.1.3. Alimentos e itens domésticos sem partilha.....                           | 7         |
| 3.1.4. Equipamentos de proteção individual.....                                 | 7         |
| <b>4. Medidas institucionais face ao vírus.....</b>                             | <b>8</b>  |
| 4.1. Fatores facilitadores da contagiosidade.....                               | 8         |
| 4.2. Repercussões nas atividades desenvolvidas.....                             | 8         |
| 4.3. Recursos essenciais ao bom funcionamento dos <i>Ventos Traquinas</i> ..... | 9         |
| 4.4. Trabalhadores de maior risco.....                                          | 9         |
| 4.5. Orientações gerais para o trabalho presencial.....                         | 9         |
| 4.6. Recomendações preventivas no trabalho presencial.....                      | 10        |
| <b>5. Ações institucionais preventivas e em caso de eventual infeção.....</b>   | <b>11</b> |
| 5.1. Equipamentos e meios de prevenção.....                                     | 11        |
| 5.2. Área de isolamento.....                                                    | 11        |
| 5.2.1. Instalação necessária exclusiva para apoio ao caso suspeito/doente.....  | 11        |
| 5.3. Procedimentos gerais de prevenção.....                                     | 12        |
| 5.3.1. Aos colaboradores.....                                                   | 12        |
| 5.3.2. Aos familiares, visitantes e fornecedores.....                           | 12        |
| 5.3.3. Aos trabalhadores ocasionais, incluindo operações de manutenção.....     | 13        |
| 5.4. Ativação do plano de contingência e procedimentos específicos.....         | 13        |
| 5.4.1. Procedimento de identificação e isolamento do caso suspeito.....         | 13        |
| <b>6. Coordenação do Plano de Contingência.....</b>                             | <b>14</b> |
| 6.1. Coordenador.....                                                           | 14        |
| 6.2. Competências do Coordenador.....                                           | 14        |
| <b>7. Contatos diretos para Aplicação do Plano de Contingência.....</b>         | <b>14</b> |
| 7.1. Resposta Social.....                                                       | 14        |
| 7.2. Serviços, Centros e Unidades de Saúde Pública locais.....                  | 14        |
| <b>8. Divulgação do Plano de Contingência.....</b>                              | <b>15</b> |
| <b>9. Desativação do Plano de Contingência.....</b>                             | <b>15</b> |
| <b>10. Avaliação.....</b>                                                       | <b>15</b> |
| <b>11. Anexos.....</b>                                                          | <b>15</b> |

# 1. Introdução

O presente Plano de Contingência para eventual infecção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, assenta nas orientações técnicas da Direção Geral de Saúde e da Organização Mundial de Saúde, bem como nas recomendações dos Órgãos Corporativos (Ordem dos Médicos) e especialistas em Saúde Pública e Pneumologia.

O seu objetivo é o de melhorar os comportamentos inadequados e criar os procedimentos a adotar para garantir prevenção de contagiosidade, bem como os procedimentos a adotar perante um caso suspeito.

O Plano de Contingência dos **Ventos Traquinas**, contém algumas recomendações particulares que se justificam pela coexistência em espaços contíguos, alguns partilhados, de Creche com Berçário, Jardim de Infância e Centro de Estudos, para o que se estabelecerão as recomendações devidamente adaptadas ao tipo de organização da Instituição.

## 1.1. Objetivos

O objetivo fundamental do Plano de Contingência é manter a atividade dos **Ventos Traquinas** em segurança, face aos possíveis efeitos de uma pandemia. Pretende-se evitar ou reduzir o absentismo de educadores e crianças, auxiliares de ação educativa e demais colaboradores e as respetivas repercussões nas atividades escolares, bem como no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa.

Tendo em consideração o elevado grau de imprevisibilidade da ocorrência de pandemia SARS-COVID-19, o Plano tem como principais objetivos estratégicos, num possível cenário de elevado absentismo:

- Informar a comunidade educativa sobre os procedimentos a ter na prevenção do COVID-19 ou, no caso de se registar, de uma pandemia;
- Garantir a continuidade das atividades letivas bem como a prestação de outros serviços a vários níveis;
- Fornecer uma resposta ágil que minimize as condições de propagação da pandemia e mantenha os serviços essenciais em funcionamento;
- Preparar o restabelecimento da atividade normal de forma tão rápida e segura quanto seja possível.

### São objetivos operacionais deste Plano:

- Manter os serviços em funcionamento;
- Definir as estruturas de decisão e coordenação;
- Definir a coordenação com entidades/autoridades externas (Centro de Saúde, Direção-Geral de Saúde, Direção Regional de Educação, Segurança Social);
- Assegurar serviços mínimos em situação de crise;
- Reduzir o risco de contaminação nos locais de atividades;
- Preparar respostas para evitar/diminuir a propagação do vírus ou da pandemia;
- Planificar procedimentos que permitam proteger a saúde de todos os elementos da comunidade educativa;
- Garantir fluxo de informação constante junto do público interno e externo;
- Monitorizar e acompanhar, em permanência, o processo.

## 2. Informação técnico-científica sobre o vírus

O coronavírus são um grupo de vírus, da ordem *Nidovirales* e da família *Coronaviridae*. Este possui um núcleo de RNA envolvido num revestimento com pequenas "espículas", as glicoproteínas de superfície, que se ligam aos recetores das células que infetam, conferindo-lhe assim uma forma idêntica a uma coroa - por esse motivo o nome coronavírus.

O vírus infeta sobretudo animais mamíferos e as aves. Contudo, é possível verificar alguns casos de coronavírus que podem infetar humanos. Por motivo de mutações virais ou contacto próximo entre animais e seres humanos. Até à data são conhecidos 8 coronavírus que infetam e podem causar doença no Homem.

Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

O Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) e o Síndrome Respiratória do Médio Oriente (MERS) são doenças com alguma gravidade de alguns vírus desta família, identificados, respetivamente, na China em 2003 e na Arábia Saudita em 2012.

### 2.1. Sars-Cov-2 e Coronavírus

Um novo coronavírus designado por SARS-CoV-2, que significa *Severe Acute Respiratory Syndrome* (Síndrome Respiratória Aguda Grave) - Coronavírus - 2, foi identificado pela primeira vez na China, na cidade de Wuhan, em dezembro de 2019.

O termo Covid-19 (*Coronavírus Disease*) foi determinado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para identificar a doença provocada pelo novo vírus SARS-CoV-2, fazendo referência ao ano em que foi descoberta, em 2019.

### 2.2. Transmissão

As formas de transmissão ainda não estão totalmente determinadas pelas autoridades de saúde. No entanto, a transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada. Assim, quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, são disseminadas gotículas infetadas que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contato das mãos com uma superfície ou objeto contaminado por secreções/particulares com o novo coronavírus e o posterior contato com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos) é outra via de transmissão.

Portanto, à data, reconhece-se que o Covid-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem.

### 2.3. Período de incubação e sintomatologia

O período de incubação situa-se entre 2 a 14 dias, isto é, o tempo de manifestação dos sintomas associados ao vírus. Consequentemente, e como medida de prevenção, a vigilância ativa dos contactos próximos sucedesse ao longo de 14 dias, desde a data da última exposição a um caso confirmado.

Os sintomas mais frequentes que uma pessoa infetada apresenta são:

- Febre (<80%);
- Tosse (<80%);
- Dificuldades respiratórias (>30%);
- Dor muscular;
- Cansaço.

## 2.4. Tratamento

Atualmente não existe nenhuma vacina ou tratamento específico que previna a doença Covid-19. O tratamento é realizado conforme os sinais e sintomas que os doentes apresentam, e tem como intenção aliviar e oferecer um maior conforto ao doente.

## 3. Medidas de prevenção recomendadas pelas autoridades de saúde

A resposta a um surto de uma doença infecciosa não diz respeito apenas ao setor da saúde. É antes uma responsabilidade partilhada por todos. No atual surto de COVID-19 as medidas de prevenção devem ser lembradas e reforçadas, não só junto da população, mas também junto de toda a equipa da instituição.

Não existe atualmente uma vacina, pelo que a prevenção é a melhor forma de evitar o COVID-19.

### 3.1. Regras de prevenção

A equipa da instituição deve promover, para si próprios, para as crianças e para os pais ou encarregados de educação, a adoção de medidas gerais de prevenção para evitar o contágio/propagação de infeções.

Para além da lavagem frequente das mãos deve-se adotar regras de etiqueta respiratória:

- Evitar frequentar espaços fechados com elevado número de pessoas;
- Evitar o contacto próximo inferior a um metro de distância e dois metros em espaços fechados principalmente com pessoas que revelem sintomas de infeção respiratória;
- Tapar o nariz e a boca ao espirrar ou tossir, com o antebraço ou com um lenço descartável (que deve ser descartado após a utilização);
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Evitar tocar na boca, nariz ou olhos sem lavar as mãos.

#### 3.1.1. Higiene das mãos

A higiene das mãos é essencial para prevenir e reduzir a transmissão das infeções da população em geral. A higiene correta das mãos deve ser feita:

- Com água e sabão durante 40 a 60 segundos;
- Com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA) durante 20 a 30 segundos.

As mãos devem ser lavadas frequentemente, em particular após tossir ou espirrar, antes de manusear alimentos, após utilização da casa de banho e após o contacto com pessoas doentes ou com animais. Se as mãos estiverem visivelmente sujas deve ser preferida a lavagem com água e sabão.

| TÉCNICAS DE HIGIENE DAS MÃOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| COM ÁGUA E SABÃO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | COM “SABA”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Remover anéis, pulseiras e relógios, mas assegurar que estão devidamente limpos antes de os voltar a colocar;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Remover anéis, pulseiras e relógios, mas assegurar que estão devidamente limpos antes de os voltar a colocar;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Molhar as mãos com água;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Aplicar o produto numa mão, em forma de concha;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Aplicar sabão em quantidade suficiente para cobrir toda a superfície das mãos;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Esfregar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As palmas das mãos, uma na outra;</li> <li>• A palma da mão direita sobre as costas da mão esquerda, entrelaçando os dedos (vice-versa);</li> <li>• As palmas da mão, uma na outra, com os dedos entrelaçados;</li> <li>• A parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados;</li> <li>• O polegar esquerdo, em sentido rotativo, na palma direita (e vice-versa);</li> <li>• Os dedos da mão direita (de forma rotativa) na palma da mão esquerda (e vice-versa);</li> </ul> |
| <p>Esfregar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As palmas das mãos, uma na outra;</li> <li>• A palma da mão direita sobre as costas da mão esquerda, entrelaçando os dedos (e vice-versa);</li> <li>• As palmas das mãos, uma na outra, com os dedos entrelaçados;</li> <li>• A parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados;</li> <li>• O polegar esquerdo, em sentido rotativo, na palma direita (e vice-versa);</li> </ul> | <p>Proceder ao passo anterior até a solução antisséptica de base alcoólica secar</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| O polegar esquerdo, em sentido rotativo, na palma direita (e vice-versa);                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Os dedos da mão direita (de forma rotativa) na palma da mão esquerda (e vice-versa);                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Enxaguar as mãos com água;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Utilizar o toalhete descartável para fechar a torneira e descartá-lo de seguida.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Secar as mãos com uma toalha ou toalhete descartável (quando é um local partilhado);                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

Caso sejam utilizadas luvas, a lavagem das mãos deve ocorrer antes e após o uso das mesmas. Quando não se tem maneira de lavar as mãos, podem usar-se os géis desinfetantes, mas apenas os que têm álcool a 70%. Também a sua eficácia depende da utilização, ou seja, devem ser esfregados nas mãos como se estivesse a lavá-las.

Essas indicações da DGS e da entidade congénere americana CDC devem-se ao facto de apenas o álcool a 70% matar todos os coronavírus que atualmente se conhecem. Aliás, as indicações da OMS são de que o gel desinfetante dever ser produzido com álcool etílico a 96 graus.

### 3.1.2. Higienização e limpeza das instalações

A higiene, limpeza e desinfecção dos espaços face à situação epidémica atual obriga à adoção de novas práticas e rotinas institucionais, obedecendo às recomendações das autoridades de saúde. A frequência e os produtos utilizados vão ao encontro das normas estabelecidas em todos os espaços da instituição, inclusivamente, nas áreas destinadas ao isolamento.

Desse modo, sublinham-se as seguintes normas a adotar:

- Desinfecção dos equipamentos de limpeza após a sua utilização;
- Uso exclusivo de equipamento para a limpeza e desinfecção da área dos espaços e materiais utilizados por possíveis casos suspeitos;
- Desinfecção diária dos espaços da instituição;
- Desinfecção periódica ao longo do dia de superfícies e objetos com contacto frequente (maçanetas das portas, corrimãos, balcões, telefones, computadores, walkie-talkie, interruptores da luz, etc.);
- Proceder à abertura das janelas no local, fechando a porta (sempre que possível) para promover a ventilação natural;
- Na desinfecção das superfícies deve-se utilizar água quente e detergente, aplicar a lixívia diluída em água;
- A limpeza das instalações sanitárias deve acontecer usando produtos de limpeza mistos com detergente e desinfetante.

### 3.1.3. Alimentos e itens domésticos sem partilha

A partilha de alimentos e itens domésticos deve ser evitada devido ao risco de transmissão do Covid-19. Desse modo, destacam-se alguns dos objetos a não partilhar:

- Equipamentos tecnológicos e objetos similares pessoais. Caso não seja possível, devem ser desinfetados antes e depois de cada utilização;
- Alimentos e bebidas embaladas que sejam manipulados com as mãos;
- Louça e utensílios de cozinha e similares, após utilizados devem ser lavados com água quente e sabão (detergente) ou na máquina de lavar louça;
- As roupas (fardas, toalhas, lençóis e similares) devem ser lavadas na máquina com temperaturas acima de 60° e, se possível, utilizar máquina de secar e ferro na temperatura mais elevada.

### 3.1.4. Equipamentos de proteção individual

Segundo a DGS a utilização de máscaras pela população é um ato de altruísmo, já que quem a utiliza não fica mais protegido, contribuindo, isso sim, para a proteção das outras pessoas, quando utilizada como medida de proteção adicional.

É também importante atender à posição da OMS e ECDC que continuam a alertar para a necessidade do uso da máscara pela população não diminuir a sustentabilidade de acesso a máscaras pelos doentes e profissionais de saúde, que constituem os grupos prioritários para o uso de máscaras cirúrgicas.

**Máscaras cirúrgicas vs Máscaras não-cirúrgicas (comunitárias ou de uso social)**

A principal diferença entre máscaras cirúrgicas e máscaras não-cirúrgicas prende-se com o fim para o qual se destinam e nos testes realizados para a sua colocação no mercado. Enquanto as máscaras cirúrgicas são consideradas dispositivos médicos, as máscaras não-cirúrgicas são classificadas como Equipamentos de Proteção Individual.

Esta diferença de classificação significa que as primeiras são colocadas no mercado com vista à utilização em contexto de cuidados de saúde e testadas para garantir a proteção do doente e controlo de infeção. Já as máscaras não-cirúrgicas visam a proteção individual em ambiente de trabalho de alto risco, químico e/ou biológico.

Assim, em linha com as recomendações da OMS e ECDC, a DGS informa que:

Deve ser considerada a utilização de máscaras cirúrgicas a todos os profissionais de saúde, pessoas com sintomas respiratórios e pessoas que entrem e circulem em instituições de saúde. Define também que as pessoas mais vulneráveis, nomeadamente idosos (mais de 65 anos de idade), com doenças crónicas e estados de imunossupressão, devem usar máscaras cirúrgicas sempre que saiam de casa.

Deve ser considerada a utilização de máscaras não-cirúrgicas por qualquer pessoa em espaços interiores fechados com múltiplas pessoas (supermercados, farmácias, lojas ou estabelecimentos comerciais, transportes públicos, etc).

## 4. Medidas institucionais face ao vírus

### 4.1. Fatores facilitadores da contagiosidade

Os dados relativos à contagiosidade e às características deste vírus não são ainda totalmente claros. Baseado nas informações disponibilizadas pelas autoridades de saúde, a instituição tem presente os fatores facilitadores da contagiosidade da Covid-19. Desse modo, tendo em conta o âmbito do trabalho realizado na instituição, existem fatores de risco que têm uma maior relevância e que devem ser acautelados, sendo eles:

- A necessidade/obrigatoriedade do distanciamento social entre educador/criança ser menor do que o recomendado pelas autoridades de saúde perante esta pandemia;
- Circulação relevante de pais, encarregados de educação e outros familiares no transporte das crianças de e para dentro da instituição, podendo funcionar como vetores de transmissão da Covid-19;
- Contacto exterior dos próprios trabalhadores que, por motivos de filhos em idade escolar ou dependentes idosos a seu cargo com ou sem apoio social, necessitam de contactar diariamente com outros locais públicos ou muito frequentados, constituindo igualmente um vetor de transmissão da doença;
- As características próprias das crianças que, entre elas, estabelecem contactos sociais muito próximos, sendo muito difícil controlar o seu distanciamento social. Dessa forma, há o risco de estabelecerem cadeias de transmissão, tanto dentro, como fora da instituição.

### 4.2. Repercussões nas atividades desenvolvidas

O objetivo dos **Ventos Traquinas** é o acompanhamento e educação de crianças/jovens.

O impacto duma infeção por Covid-19 na Instituição será determinado pelo número de pessoas infetadas e, consequentemente, afastadas até à remissão da doença, do número de pessoas com indicação de vigilância em isolamento social após contacto com caso suspeito confirmado, e do número de pessoas ausentes ao serviço por motivo de apoio a filhos ou outros dependentes a cargo, cujas escolas ou locais de acolhimento, tenham sido encerradas. A generalidade dos trabalhadores desloca-se em viatura própria, de modo individual e não partilhado, não sendo de prever impacto relevante em caso de suspensão de transportes públicos como medida de prevenção de saúde pública.

Num eventual cenário de trabalhadores ausentes em número que possa afetar o normal funcionamento da empresa, quer por infeção, indicação de isolamento ou apoio a terceiros, serão adotadas medidas, ajustadas à gravidade da situação a cada momento, sob a responsabilidade dos **Ventos Traquinas**, e seguindo as orientações técnicas da DGS, do Ministério da Segurança Social e do Ministério da Educação, já em vigor ou que venham a ser publicadas.

#### **4.3. Recursos essenciais ao bom funcionamento dos Ventos Traquinas**

Atividade inerente à instituição implica um conjunto de serviços e recursos essenciais para um funcionamento minimamente seguro e positivo. Dessa forma, no sentido de manter a atividade institucional será obrigatório o seguinte:

- Mínimo de um elemento na zona determinada como receção (exterior da creche) como forma de receber e entregar as crianças;
- Mínimo de um trabalhador com licença para o transporte de crianças;
- Mínimo de uma educadora ou uma ajudante de ação educativa por sala (no Berçário, 2 ajudantes de ação educativa);
- Mínimo de uma cozinheira na creche;
- Pelo menos, um elemento da Direção contactável;
- Ter afixado em diversos locais, o número de contacto da Saúde 24.

#### **4.4. Trabalhadores de maior risco**

Segundo as informações das autoridades de saúde pública, na instituição identifica-se como de maior risco em contrair a infeção por Covid-19 os trabalhadores:

- Que trabalhem a distâncias inferiores a 2 metros de outros trabalhadores ou crianças;
- Tenham idade superior a 70 anos;
- Com doenças crónicas, nomeadamente com doença cardíaca, pulmonar, diabetes, neoplasias ou hipertensão arterial, entre outras;
- Imunodeprimidos devido a tratamentos oncológicos (quimioterapia), tratamentos para doenças autoimunes como artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla e algumas doenças inflamatórias do intestino ou doentes transplantados.

#### **4.5. Orientações gerais para o trabalho presencial**

Como forma de prevenção geral, devem adotar-se alterações às rotinas de trabalho implementando novas estratégias de comunicação:

- Reuniões: o mínimo possível;
- Comunicações internas: privilegiar o contacto telefónico ao contacto frente a frente;
- Deslocações para visitas, atividades culturais ou lúdicas serão suspensas ou adiadas;
- Contacto com exterior (familiares de crianças): evitar proximidade e privilegiar o contacto telefónico, e-mail ou Plataforma Educabiz;
- Acolhimento administrativo: restringir o contato social ao absolutamente indispensável e privilegiar modos de pagamento por via eletrónica, bem como a comunicação remota para informações ou orientações aos pais através da Plataforma Educabiz (registos de presenças, de entrega das crianças, menús, etc...).

#### 4.6. Recomendações preventivas no trabalho presencial

No geral, a natureza da atividade da instituição implica o trabalho presencial dos trabalhadores a partir do momento em que as restrições de funcionamento impostas pelas autoridades sejam retiradas. Nesse sentido, a instituição irá adotar algumas medidas e procedimentos técnicos recomendados pela Direção Geral de Saúde:

- Sensibilizar os trabalhadores a não comparecer ao local de trabalho sem antes confirmar que não existe risco de contágio. Para isso são efetuados testes COVID. A existência do risco engloba trabalhadores que evidenciem sintomas associados à Covid-19 ou se tiver tido contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos. Nestes casos deve obrigatoriamente contactar linha de Saúde 24 (808242424);
- Realização da monitorização diária da temperatura individual corporal à entrada das instalações, recorrendo a termómetros digitais de infravermelhos sem contacto;
- Evitar a realização de atividades que impliquem ajuntamentos de pessoas, respeitando todas as recomendações relativamente à ocupação máxima dos espaços;
- Divulgação do Plano de Contingência a todos os trabalhadores, informando-os das atualizações e da evolução da pandemia;
- Os trabalhadores devem lavar as mãos à chegada e saída do local de trabalho e ainda com frequência e sempre que contactarem com outros trabalhadores e crianças, bem como no uso de equipamentos de uso partilhado;
- Dar preferência pela ventilação natural, através do arejamento dos locais de trabalho;
- Garantir medidas que assegurem a redução do contacto pessoal entre trabalhadores/crianças/pais/encarregados de educação e acautelar o distanciamento social.;
- Nas situações em que não é possível assegurar o distanciamento físico, deve ser fornecido aos trabalhadores o equipamento de proteção individual (EPI) adequado;
- Nas áreas comuns (vestiários e refeitório) deve ser assegurado o distanciamento físico, dispondo mesas e cadeiras com a distância de segurança e, se necessário, alargar e desencontrar os horários de refeição;
- Controlar e restringir sempre dentro do possível, a limitação da capacidade máxima dos espaços de acordo com as regras de distanciamento físico;
- A lotação dos veículos/transportes deve ser reduzida, fixando e limitando o número de ocupantes, mantendo o distanciamento recomendado e utilizando os EPI's aconselhados;

- Os veículos devem estar equipados com produtos de higiene e desinfecção das mãos, toalhetes de papel, sacos de lixo, registo de operações de desinfecção e respetivas instruções;

## 5. Ações institucionais preventivas e em caso de eventual infeção

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito, quem apresente sintomas clínicos de infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos. Foram estabelecidas medidas, a concretizar perante sintomas compatíveis com a definição de caso suspeito, como forma de impedir ou restringir o seu contacto direto aos restantes trabalhadores e utentes, como forma de evitar a propagação da doença na Instituição e na comunidade.

### 5.1. Equipamentos e meios de prevenção

Independentemente de se tratar de um caso suspeito, a utilização destes equipamentos deve ser obrigatória e imediata. Para o efeito:

- Deverão estar disponíveis e em fácil acesso, máscaras, luvas descartáveis e solução antisséptica de base alcoólica - SABA.
- O trabalhador com sintomas respiratórios ou, pessoa externa que, em determinado momento, esteja na instituição e evidencie sintomas (caso suspeito), deverá, de imediato, deslocar-se para a área de isolamento.

### 5.2. Área de isolamento

A área de isolamento é o local onde um caso suspeito, se deverá manter, enquanto comunica e aguarda instruções da DGS /Linha saúde 24, ou enquanto aguarda eventual transporte pelo INEM.

A área de isolamento definida é a sala frontal ao portão de entrada, identificada na própria porta como “SALA DE ISOLAMENTO” sendo o acesso pelo refeitório, reunindo as condições mínimas necessárias para um isolamento temporário em condições de segurança, conforto e acessibilidade, com instalações sanitárias próximas e de acesso único. Este espaço garante:

- Suficientes condições de conforto: ventilação e iluminação natural;
- Caixa de primeiros socorros;
- Mínimas condições de mobiliário: 1 marquesa, 1 catre, 1 banco e telefone (necessário para entrar em contato com os serviços da Saúde 24, que deverá ser feita pelo próprio doente, no caso de ser um adulto).

#### Equipamentos mínimos para controlo e sobrevivência:

- Kit com água e bolachas (alimentos não perecíveis);
- Contentor de resíduos de abertura por pedal, forrado com saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron);
- Termómetro, máscaras e luvas descartáveis, em local visível; o Solução antisséptica de base alcoólica - SABA - disponível à entrada da área;

#### 5.2.1. Instalação necessária exclusiva para apoio ao caso suspeito/doente

Na impossibilidade de ter uma sala com instalação sanitária privada, a adequada e mais próxima e, como tal, por isso selecionada, será a casa de banho dos adultos (instalação sanitária n.º 1). Esta, durante a possível utilização pelo caso suspeito/doente, será de uso exclusivo. Este espaço garante:

- Instalação sanitária bem higienizada, com doseador de sabão e toalhetes de papel, e balde para recolha dos papéis (balde de pedal, forrado com saco de plástico);
- Recomendar ao doente caso suspeito, que se desloque às instalações sanitárias o menos possível e que o faça com todo o equipamento preventivo necessário para evitar a propagação e possível contágio.
- Garantir que puxadores das portas de acessos ao WC sejam abertas com papel a resguardar a mão.
- Após uso pelo caso suspeito, a instalação sanitária terá de ser desinfetada antes de ser utilizada por outra pessoa.

### 5.3. Procedimentos gerais de prevenção

**Ventos Traquinas** é responsável por assegurar as condições de segurança e saúde dos seus trabalhadores em todos os aspetos relacionados com o trabalho (Código do Trabalho, Art.º 281), devendo, por isso, assegurar a implementação das medidas necessárias à prevenção da transmissão da COVID-19 e informar e consultar os trabalhadores sobre a aplicação das medidas de prevenção.

Os trabalhadores têm direito a prestar o trabalho em condições de segurança e saúde, devendo cumprir as respetivas prescrições e cooperar ativamente na avaliação dos riscos e na implementação das medidas (Código do Trabalho, Art.º 281), devendo, por isso, nesta situação da pandemia por COVID-19, adotar rigorosamente as práticas recomendadas e ter um comportamento responsável.

Assim, definiram-se procedimentos na instituição para todos os colaboradores e utentes, bem como os familiares, visitantes e trabalhadores ocasionais, para garantir as condições de segurança e prevenção necessárias a toda a comunidade institucional.

#### 5.3.1. Aos colaboradores

De forma a informar e promover práticas e comportamentos seguros, procedeu-se:

- À afixação de cartazes, panfletos e comunicados fornecidos pela DGS e outras entidades de saúde,
- Disponibilizou-se os equipamentos de proteção individual necessários;
- Reforço das medidas de higienização e desinfecção em todas as instalações;

#### 5.3.2. Aos familiares, visitantes e fornecedores

De forma a informar e promover práticas e comportamentos seguros, devem:

- Apresentar-se munidos dos equipamentos de proteção individual;
- Aguardar junto ao portão de entrada autorização para entrar nas instalações, cumprindo as regras de afastamento social;
- Limitar a sua circulação.

### 5.3.3. Aos trabalhadores ocasionais, incluindo operações de manutenção

De forma a informar e promover práticas e comportamentos seguros, devem-se:

- Apresentar munidos dos equipamentos de proteção individual
- Restringir ao máximo as atividades por estes desenvolvidas;
- Limitar a circulação e o tempo de permanência na instituição;
- Sempre que possível as atividades complementares (ed. Física e ed. Musical), atividades extracurriculares e diferentes terapias (fala e psicologia) devem ser adiadas;

## 5.4. Ativação do plano de contingência e procedimentos específicos

### 5.4.1. Procedimento de identificação e isolamento do caso suspeito

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19:

- Informa a Direção dos **Ventos Traquinas**
- Caso se encontre na Instituição, dirige-se para a área de isolamento (*anexo 1*), definida no plano de contingência, percorrendo a via mais curta e de menor contato com outros colegas e/ou crianças (caso necessário poderá fazer-se pelo exterior);
- Deve cumprir todas as medidas de prevenção, presentes no ponto 3;
- Nas situações necessárias de acompanhamento, o responsável conduzirá o caso suspeito até à área de isolamento, permanecendo com este no caso de se tratar de uma criança;
- Já na área de isolamento, contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24), este deverá ser efetuado pelo acompanhante no caso de se tratar de uma criança;
- Comunicar aos respetivos encarregados de educação (quando aplicável).

| MEDIDAS A IMPLEMENTAR PELO EMPREGADOR                                                                               |                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| APÓS CASO SUSPEITO VALIDADO                                                                                         |                                                                                                                                                                                     |
| Referentes ao doente                                                                                                | Referentes à prevenção de novos casos                                                                                                                                               |
| Manter o trabalhador ou criança doente, na área de isolamento, com máscara, desde que a condição clínica o permita; | Interditar a área de isolamento aos outros trabalhadores e crianças (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência) até que o doente saia e a sala seja desinfetada; |
| Evitar deslocações do trabalhador ou criança doente, como forma de evitar contágio de outras pessoas.               | Colaborar na Identificação dos contactos próximos do doente, o que deve ser efetuado pela Autoridade de Saúde Local;                                                                |
|                                                                                                                     | Informar o médico de trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;                                                                                                  |
|                                                                                                                     | Informar os restantes trabalhadores e pais ou encarregados de educação da existência de caso suspeito validado a aguardar resultados de testes laboratoriais.                       |

## 6. Coordenação do Plano de Contingência

### 6.1. Coordenador

- Denise Louro da Silva Salema – Diretora da Instituição e Sócia-Gerente

### 6.2. Competências do Coordenador

- Implementar e coordenar o Plano de Contingência;
- Garantir, na medida do possível, o funcionamento dos **Ventos Traquinas**
- Em caso de infeção, providenciar a substituição provisória do trabalhador infetado;
- Assegurar que a lista de contactos de todos os elementos da comunidade educativa
- Articular com as entidades responsáveis pelo fornecimento de bens e serviços essenciais aos **Ventos Traquinas**, de modo a garantir continuidade dos serviços, através de identificação de soluções alternativas;
- Avaliar sistematicamente o Plano de Contingência, decidindo as reformulações a introduzir ao longo do seu desenvolvimento e identificando as contribuições que são dadas para a sua realização;
- Garantir a aplicação de medidas que o Delegado de Saúde vier a aconselhar;

## 7. Contatos diretos para Aplicação do Plano de Contingência

### 7.1. Resposta Social

|                                                               |                  |
|---------------------------------------------------------------|------------------|
| Denise Louro da Silva Salema (Coordenadora Geral)             | Tel. 926 986 714 |
| Marta Filipa Assunção Quintas (Diretora Técnica e Pedagógica) | Tel. 966 068 875 |

### 7.2. Serviços, Centros e Unidades de Saúde Pública locais:

|                                                                          |                                         |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Linha SNS 24                                                             | Tel. 808 24 24 24                       |
| Unidade de Saúde Familiar (USF) Ribeirinha                               | Tel. 21 206 9900                        |
| Unidade de Saúde Pública (USP) Arnaldo Sampaio - Pólo Barreiro (Lavrado) | Tel. 21 206 9810                        |
| Centro de Saúde da Quinta da Lomba                                       | Tel. 21 217 0840                        |
| Hospital de referência: Centro Hospitalar Barreiro Montijo               | Tel. 21 214 7300                        |
| Delegada de Saúde do Barreiro – Catarina Oliveira                        | catarina.m.oliveira@arslvt.min-saude.pt |
| Direção Geral de Saúde                                                   | Tel. 21 843 05 00                       |
| Administração Regional de Saúde e Lisboa e Vale do Tejo                  | geral@arslvt.min-saude.pt               |
| Diretora do CDSS de Setúbal: Natividade Coelho                           | cdsssetubal-direccao@seg-social.pt      |
| Presidente da Câmara Municipal do Barreiro: Frederico Rosa               | frederico.rosa@cm-barreiro.pt           |

## 8. Divulgação do Plano de Contingência

- As orientações do presente plano de contingência são de divulgação obrigatória a todos os colaboradores e pais ou encarregados de educação das crianças.
- Em caso de dúvidas, os colaboradores, pais ou encarregados de educação devem solicitar apoio e informações complementares às respetivas coordenações.
- Nas instalações estão disponibilizados os anexos referidos como documentos de informação e formação aos colaboradores, tendo sido alguns afixados em locais de trabalho de fácil acesso.
- Os documentos que suportam a informação e formação aos trabalhadores são constituídos por material de divulgação disponibilizado no sítio da internet da DGS: <https://www.dgs.pt/corona-virus/materiais-de-divulgacao.aspx>

## 9. Desativação do Plano de Contingência

- O Plano é desativado pela Diretora da Instituição: Denise Louro da Silva Salema de acordo com as diretrizes das entidades competentes.

## 10. Avaliação

- O Plano de Contingência será reavaliado e atualizado sempre que necessário, em articulação com as Entidades competentes e de acordo com as novas orientações emanadas.
- Uma vez terminada esta pandemia, a Direção da Instituição elaborará um relatório, evidenciando os aspetos que correram bem e as situações que sejam alvo de um plano de melhoria.
- Esta análise contribuirá para melhorar o Plano de Contingência e a capacidade de resposta a situações de crise que possam ocorrer futuramente.

## 11. Anexos

- Planta do piso inferior com a localização da sala de isolamento
- Preparação Prévia à Abertura da Resposta Social Creche e Medidas Gerais
  - Ventos Traquinas implementaram todos os procedimentos exequíveis
- Medidas gerais de prevenção e proteção
- Diversos documentos explicativos de procedimentos





## MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA

### ENTRADA E SAÍDA DAS CRIANÇAS

- A entrega de crianças no momento da entrada ou da saída será efetuada na porta de entrada da creche.
- Os Pais ou Encarregados de Educação não poderão entrar nas instalações, salvo motivos de força maior e devidamente autorizados.
- Será medida a temperatura das crianças na entrada e antes da sesta (não serão efetuados registos). A temperatura corporal depende de vários fatores, nomeadamente do local de medição. Considera-se febre:
  - temperatura retal  $\geq 38^{\circ}\text{C}$
  - temperatura axilar e na testa com termómetro de infravermelhos  $\geq 37,6^{\circ}\text{C}$
  - temperatura timpânica  $\geq 37,8^{\circ}\text{C}$
  - temperatura oral  $\geq 37,6^{\circ}\text{C}$
- Com temperatura que se enquadre nestes valores a criança não pode ser admitida e terá de consultar o médico. Só será admitida com declaração de aptidão médica.

### CALÇADO

- Obrigatoriamente, a criança tem de trazer calçado para usar exclusivamente na creche (de preferência sem atacadores, tipo crocs). O calçado é mudado na entrada, ficando o que veio de casa dentro de um saco junto à sala da criança e devidamente identificado. Na saída é efetuada a operação inversa.

### HORÁRIOS

- O horário para entrega das crianças na entrada e na saída passará a ser o seguinte:

**Manhã.: das 7 às 9.30 horas**  
**Tarde...: das 17 às 19 horas**

### DESINFEÇÕES

- Antes da abertura foi efetuada uma desinfeção geral por empresa certificada para o efeito. Contratualizámos com esta empresa a desinfeção mensal durante um período de 6 meses.
- Diariamente e após o fecho (a partir das 19 horas, serão efetuadas desinfeções cuidadas em toda a área interior e nos brinquedos).
- Dispensadores automáticos de solução de álcool gel na entrada e no acesso ao 1.º Piso e dispensadores manuais em todas as salas.

## ORGANIZAÇÃO DAS SALAS E REFEIÇÕES

### SALAS DE ATIVIDADES:

- Distanciamento sempre que possível de 2 metros.
- Tentar manter sempre as janelas e portas abertas de forma a tornar os espaços o mais arejados possível.
- Não são permitidos brinquedos trazidos de casa.
- Removeram-se todos os brinquedos e materiais desnecessários.
- Tentar promover a prática da unipessoalidade dos brinquedos.

### SESTA:

- Catres e berços marcados com o nome das crianças.
- Disposição dos catres e dos berços com a maior distância possível entre eles e com sentido inverso de modo a promover o maior distanciamento possível entre crianças.

### REFEIÇÕES:

- Sempre que possível privilegiar-se-ão as refeições no jardim.
- Mesas marcadas com o nome das crianças de forma aos lugares serem fixos.
- Utilização do refeitório por fases. Nunca juntar salas diferentes. Quando se manifeste necessário, poder-se-á dividir a sala em dois turnos para fazer as refeições.
- Entre fases, o espaço será sempre desinfetado.

## FUNCIONÁRIOS

### TESTES COVID-19

- Todos os funcionários foram testados ao COVID-19, estando todos negativos.

### EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO:

- Será obrigatoriamente usada máscara cirúrgica.
- Serão usadas luvas de proteção.

### EM CASO DE DOENÇA DE FUNCIONÁRIO:

- Será efetuada a substituição do(s) funcionários de acordo com o Plano de Contingência.

## SALA DE ISOLAMENTO

Foi criada uma sala de isolamento equipada com:

- Marquesa, catre e ovo.
- Balde com abertura por pedal adequado à contenção de lixos infetados.
- Máscaras e luvas.
- Dispensador manual com solução de álcool gel.
- Dispensador de toalhetes de papel e dispensador de papel tipo mecha.
- Telefone.
- Caixa de primeiros socorros devidamente equipada.
- Água e conjunto de alimentos não perecíveis.

## CALÇADO

- Foi colocada diversa sinalética normalizada de fácil leitura.
- Foi criada uma divisória de forma a passar a existir 2 corredores para o percurso de entrada e saída.

COVID-19

# MEDIDAS PREVENTIVAS EM CRECHES



RESTRICÇÕES DE VISITAS: OS PAIS DEVEM DEIXAR E IR BUSCAR OS FILHOS NO EXTERIOR DA CRECHE



OS PROGRAMAS E ATIVIDADES ESCOLARES DEVEM SER ORGANIZADOS EM PEQUENOS GRUPOS\*



SUSPENSÃO DE TODAS AS EXCURSÕES E VISITAS DE ESTUDO



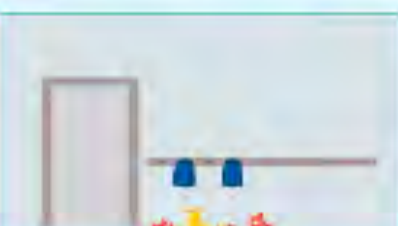
AS CRIANÇAS DEVEM DIRIGIR-SE DIRETAMENTE ÀS SUAS SALAS DE AULA AO CHEGAR À ESCOLA



MAXIMIZAR A DISTÂNCIA ENTRE PESSOAS, INCLUINDO NO PERÍODO DE REFeições



NÃO LEVAR BRINQUEDOS OU OUTROS ARTIGOS QUE NÃO SEJAM INDISPENSÁVEIS PARA A ESCOLA



NAS SALAS EM QUE AS CRIANÇAS SE SENTEM OU CIRCULAM NO CHÃO, DEVEM DEIXAR O CALÇADO À ENTRADA



RETIRAR DA SALA OBJETOS E BRINQUEDOS NÃO ESSENCIAIS E LIMPAR E DESINFETAR REGULARMENTE OS RESTANTES

## NÃO ESQUECER:

- LAVA BEM AS MÃOS
- MANTEM JANELAS E PORTAS ABERTAS
- NÃO PARTILHES OBJETOS

\* A COMUNIDADE ESCOLAR (ALUNOS, DOCENTES E NÃO DOCENTES) DEVE MANTER O SEU GRUPO E EVITAR CONTACTAR COM PESSOAS DE OUTROS GRUPOS

#SEJAUMAGENTEDESAÚDEPÚBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODAGS



COVID-19

# LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESAÚDEPÚBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



COVID-19

MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

# DISTANCIAMENTO SOCIAL

**Mantenha a  
distância de  
segurança das  
outras pessoas de  
1,5 - 2 metros**

**1,5 - 2 metros**



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

**COVID-19**

# MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

## Continuamos juntos nesta nova etapa



## Sem esquecer os cuidados para vencer o vírus

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)

**COVID-19**

# MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

**SE TIVER ALGUM DOS  
SEGUINTE SINTOMAS:**



**TOSSE**



**FEBRE**



**DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA**

**LIGUE SNS 24** 

**808 24 24 24**

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



# HIGIENE DAS MÃOS

**Lave  
frequentemente  
as mãos** com  
água e sabão ou  
use uma solução  
à base de álcool



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

# ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando **espirrar** ou **tossir**, tape o **nariz e a boca** com um lenço de papel ou com o **braço**.

Deite o lenço no lixo



#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

COVID-19

# MEDIDAS GERAIS

15 DE MAIO 2020

## MÁSCARA

Em espaços  
públicos fechados  
**utilize máscara**



#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



Protegida pelo Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos (D.L. 63/85, de 14 de março)



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

SAÚDE



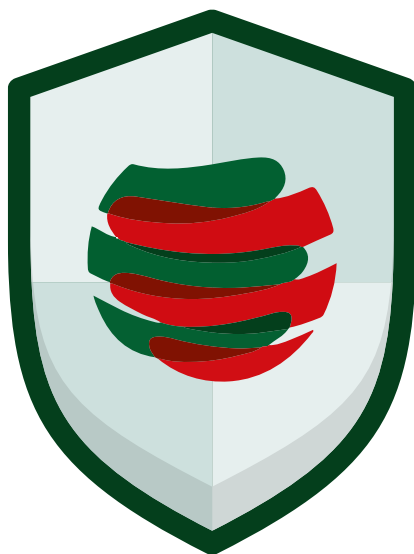
SNS  
SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE 1978-2018

120  
anos



DGS  
desde  
1899

Direção-Geral da Saúde



**SEJA UM AGENTE DE  
SAÚDE PÚBLICA**

**PROTEJA-SE A SI E AOS  
OUTROS**

**A PROTEGER A SUA SAÚDE**