



Plano de Prevenção e Atuação do IEC Contingência da COVID-19

11 de março de 2020

Instituto de Educação e Cidadania IEC

A escola moderna • Escola Ciência Viva

Mamarrosa • Oliveira do Bairro



Índice

A. OBJETIVO	5
B. INTRODUÇÃO AO COVID-19	5
C. MODO DE TRANSMISSÃO E SINTOMAS DO COVID-19	5
D. MEDIDAS PREVENTIVAS	6
1. Suspende:.....	6
2. Medidas individuais de prevenção diária.....	6
3. Medidas de prevenção adotadas pelo IEC	7
E. PROCEDIMENTOS EM CASOS SUSPEITOS.....	7
1. Procedimentos imediatos.....	7
2. Procedimentos após a validação de um caso suspeito	7
3. Outros procedimentos institucionais após a confirmação de infecção	8



A. Objetivo

No âmbito da contingência da COVID-19, o Plano de Prevenção e Atuação do IEC apresenta um resumo das principais informações sobre a COVID-19, disponíveis à data. Este plano apresenta também as medidas preventivas tomadas pelo IEC, bem como o plano de ação definido para eventuais casos suspeitos que venham a ser detetados. Este plano tem por base as informações divulgadas por organismos internacionais e nacionais, tais como a Organização Mundial de Saúde, o Ministério da Saúde e a Direção-Geral da Saúde.

B. Introdução à COVID-19

A COVID-19 é a doença provocada pelo vírus SARS-CoV-2. Este vírus foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na China, sendo a fonte de infeção ainda desconhecida.

O SARS-CoV-2 faz parte da família dos Coronavírus. Estes vírus são zoonóticos, o que significa que podem ser transmitidos entre animais-animais, animais-pessoas e pessoas-pessoas, podendo causar doenças no ser humano. Normalmente, as infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou apresentar-se como uma doença mais grave, como pneumonia, síndrome respiratório do médio oriente e síndrome respiratório agudo grave.

Dado que se trata de uma descoberta recente, não existe ainda uma vacina ou tratamento específico para esta infeção. O tratamento é dirigido aos sintomas e sinais apresentados por cada indivíduo.

As medidas preventivas centram-se na mitigação da transmissão por via direta (via aérea e por contacto) e transmissão de modo indireto (superfícies/objetos contaminados).

C. Modo de transmissão e sintomas do novo coronavírus

Com base nos conhecimentos atuais, considera-se que o novo coronavírus pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Por contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada, e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima ao indivíduo infetado com o novo coronavírus, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. A transmissão da infeção pode também ocorrer se as mãos que estiveram em contacto com uma

superfície ou objeto com o novo coronavírus contactarem em seguida com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos).

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

Os sintomas e sinais de infeção são semelhantes a uma gripe, e podem incluir:

- Febre;
- Tosse;
- Falta de ar (dificuldade respiratória);
- Cansaço.

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

D. Medidas preventivas

As medidas preventivas têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados). Estas medidas têm como objetivo a autoproteção de todo o pessoal do IEC e seus utentes.

1. Suspender

- Viagens ao estrangeiro;
- Deslocações a locais considerados de risco;
- Alguns Cursos Avançados (em articulação com as escolas e as universidades);
- Estágios Científicos;
- Visitas a universidades e centros de investigação científica;
- Conferências;
- Cerimónias de Entrega de Certificados;
- Atividades no IEC que envolvam aglomerados consideráveis de pessoas.

2. Medidas individuais de prevenção diária

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após das refeições, após o uso da casa de banho, sempre que as mãos estejam sujas e especialmente após o contacto direto com pessoas doentes;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar, e deitar os lenços usados num caixote do lixo, lavando as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar sempre para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Evitar o contacto próximo com pessoas com sintomas e sinais de infeções respiratórias agudas;
- Evitar o contacto com animais.

3. Medidas de prevenção adotadas pelo IEC

- Divulgação de informações difundidas por organismos internacionais e nacionais, tais como a Organização Mundial de Saúde, o Ministério da Saúde e a Direção-Geral da Saúde;
- Sincronização deste plano com os planos de entidades parceiras;
- Implementação de um protocolo reforçado de limpeza e desinfeção de superfícies/objetos, como por exemplo os puxadores das portas;
- Definição e apetrechamento da zona de isolamento: auditório (piso -1 do edifício);
- Definição de um plano de atuação aquando da deteção de casos suspeitos de infeção.

E. Procedimentos em casos suspeitos

1. Procedimentos imediatos

De acordo com a Direção-Geral da Saúde, define-se como caso suspeito quem apresente infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associada a critérios epidemiológicos.

A colocação numa zona de isolamento visa impedir que outros possam ser expostos e infetados, evitando a propagação da doença.

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito deve:

- Dirigir-se à zona de isolamento pelo caminho mais próximo;
- Informar a secretaria do IEC (via telefónica), que deve, em seguida, avisar a direção do IEC;
- Contactar o Serviço Nacional de Saúde (SNS 24): 808 24 24 24.

A zona de isolamento está equipada com uma cadeira e/ou uma marquesa, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, termómetro (de preferência digital), folha de registo de temperatura, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel, água, alimentos não perecíveis e um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico).

Na zona de isolamento, a pessoa deve colocar a máscara, verificando se a máscara se encontra bem ajustada. Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída por outra.

Após a definição dos procedimentos específicos a adotar, veiculados pela Saúde 24, o IEC implementa as medidas aconselhadas pelas autoridades de saúde e as políticas de segurança aconselhadas pelas autoridades nacionais.

2. Procedimentos após a validação de um caso suspeito

Após a identificação de um caso validado, as autoridades de saúde informam a pessoa dos resultados dos testes laboratoriais. A pessoa deve notificar ao IEC os resultados desses testes.

Se o caso for não confirmado, são aplicados os procedimentos habituais, incluindo limpeza e desinfeção.

Se o caso for confirmado, a zona de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pelas autoridades de saúde. Esta interdição só pode ser levantada pelas autoridades de saúde.

Em situação de caso confirmado, o IEC deve:

- Providenciar a descontaminação (limpeza e desinfecção) da zona de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfecção, principalmente de superfícies/objetos frequentemente manuseados pelo doente confirmado;
- Armazenar os resíduos do doente confirmado em saco que, após ter sido fechado (por exemplo, com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para um operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- As autoridades de saúde comunicam à Direção-Geral da Saúde informações sobre as medidas implementadas no IEC, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

3. Outros procedimentos institucionais após a confirmação de infeção

Em situação de caso confirmado, o IEC deve ainda:

- Transitar para o modo de trabalho remoto, mantendo apenas serviços mínimos, nomeadamente a limpeza;
- Identificar, classificar e reforçar a vigilância de todos os que de algum modo entraram em contacto com a pessoa infetada, de acordo com o nível de risco de exposição. Como medida de prevenção, a vigilância ativa dos contactos próximos deve decorrer durante 14 dias desde a data da última exposição ao caso confirmado;
- Aguardar e seguir as indicações das autoridades de saúde e as políticas de segurança das autoridades nacionais que venham a ser impostas;
- Considerar encerrar as instalações voluntariamente, ou realizar o seu encerramento perante recomendação ou imposição das autoridades de saúde ou de segurança.