

---

## PLANO DE CONTINGÊNCIA - COVID-19

Versão 4.0 de 19 de outubro 2020

### 1. INTRODUÇÃO

No seguimento das recomendações da Direção-Geral de Saúde, e considerando a necessidade de proteger todas as crianças e jovens e animadores/voluntários da Candeia, a Direção da Candeia aprovou o presente Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo **Coronavírus SARS-CoV-2**, agente causal da **COVID-19**.

Este plano define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta da Candeia, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde das crianças e jovens, assim como dos animadores/voluntários, assegurando a continuidade da atividade.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

Os animadores da Candeia podem ser convidados, na qualidade de voluntários, a apoiar Casas de Acolhimento na gestão da crise provocada pela COVID-19, o que é prestado em primeira linha na qualidade de voluntários de cada Casa de Acolhimento, sendo abrangidas pelo seguro aplicável aos demais voluntários. Nesse caso, devem seguir o Plano de Contingência em vigor em cada Casa de Acolhimento e as orientações da DGS.

O documento **Atividades 2020-2021 - boas práticas** especifica as medidas relativas às atividades realizadas pela Candeia.

### 2. COVID-19

A COVID 19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo um novo Coronavírus (SARS-COV2) que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos no final de 2019 na cidade chinesa de Wuhan, tendo sido confirmados casos em outros países.

Os coronavírus são um grupo de vírus que pode causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a síndrome gripal comum ou evoluir para uma doença mais grave como pneumonia.

O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 1 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

Os sinais e sintomas mais frequentes são febre (temperatura axilar superior a 38°C), tosse e falta de ar (dificuldade respiratória). Outros a ter em conta são cansaço extremo, alteração do odor (anosmia) e do paladar (ageusia).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, 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. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infecção.

### 3. PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

#### MEDIDAS DE PREVENÇÃO GERAIS

- Lavagem frequente das mãos com água e sabão;
- Em caso de tosse ou espirro utilizar um lenço de papel que posteriormente deverá ser inutilizado, se não existir lenço, tossir para o antebraço, nunca para as mãos;
- Evitar o contacto das mãos com a boca, nariz e olhos;
- Não partilhar utensílios, alimentos, bebidas, etc;
- Limpar frequentemente superfícies sujeitas a contacto manual de várias pessoas (ex: teclados de computadores, corrimãos, puxadores das portas);
- Arejar as salas e espaços interiores;
- Perante a ocorrência de sintomas de coronavírus, permanecer em casa e evitar o contacto com outras pessoas durante 14 dias após o início dos sintomas.

Pede-se às Casas de Acolhimento que, em nenhuma circunstância, inscrevam ou enviem crianças e jovens para atividades da Candeia com febre ou sintomas suspeitos (não administrar antipiréticos que poderão mascarar os sintomas).

Pede-se aos Animadores que, em nenhuma circunstância, participem em atividades com febre ou sintomas suspeitos.

Pede-se a todos que informem imediatamente a Direção da Candeia perante a suspeita de contágio, identificando a criança/jovem ou animador(a) e a(s) atividade(s) frequentada(s) e que colaborem com a Candeia no reforço das medidas preventivas.

#### **MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS**

- Informação sobre o Plano de Contingência às Casas de Acolhimento, Animadores e famílias ApV;
- Colocação de informação essencial sobre medidas preventivas da Candeia no site da Candeia e na respetiva sede;
- Informação e formação dos animadores;
- Distribuição de soluções antissépticas em locais diversos, por forma a facilitar a desinfecção das mãos;
- Informação sobre as situações em que se torna obrigatório o uso de máscara;
- Arejamento das salas e espaços após cada utilização;
- Reforço das ações de limpeza;
- Rigorosa proibição de partilha de utensílios de cozinha (copos, talheres, ...), alimentos, bebidas, etc.;
- Eliminação de todas as atividades e dinâmicas que, pela sua natureza, não acautelem ou ponham em causa qualquer medida de prevenção geral.

#### **4. PLANO DE CONTINGÊNCIA**

O Plano de Contingência deve responder a três questões basilares:

- Quais os efeitos que a infeção de crianças e jovens e animadores pode causar nas atividades da Candeia?
- O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção?
- O que fazer numa situação em existe alguma criança/jovem ou animador suspeito(s) de infeção?

O presente Plano é dinâmico e será atualizado sempre que haja necessidade. Cada versão terá um número próprio.

O presente Plano será divulgado a toda a Candeia através dos canais de comunicação - site e email.

---

#### 4.1. ATIVAÇÃO E COORDENAÇÃO

A ativação/desativação do Plano de Contingência é declarada pela Direção da Candeia.

Os animadores da Candeia obrigam-se ao seu cumprimento rigoroso, de forma responsável, respeitando as orientações nele contidas.

Os responsáveis das atividades obrigam-se ao registo rigoroso dos participantes e animadores presentes em cada atividade.

O contacto direto com a Direção da Candeia, para este assunto, faz-se através dos telemóveis: 916098215 - Margarida Fonseca e 917028297 - José Oliveira.

Colaboram com a Direção da Candeia, para este fim, de forma prioritária face a outras temáticas Candeia, todos os membros da Direção, “Esquadrão” responsáveis das Atividades.

Cabe à Direção da Candeia, no que respeita ao COVID-19, o seguinte:

- Coordenar a implementação do Plano de Contingência, promover a sua revisão, e proceder à sua divulgação;
- Garantir o contacto com as autoridades (serviços de saúde, Direção-Geral da Saúde, Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares);
- Acompanhar a evolução de cada situação relativa a casos suspeitos ou confirmados de contaminação;
- Manter registo de todos os casos suspeitos;
- Gerir a comunicação interna e externa;
- Avaliar o cancelamento de atividades já previstas no plano de atividades.

Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte de pessoa deverá ser esclarecida junto da Direção.

## 4.2. REAÇÃO EM CASO DE SUSPEITA DE INFEÇÃO E MEDIDAS DE ISOLAMENTO

### CASO SUSPEITO

A definição de caso suspeito está de acordo com a decorrente da Direção Geral de Saúde:

a. Quadro clínico sugestivo de infeção respiratória aguda com pelo menos um dos seguintes sintomas:

- tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual, ou associada a cefaleias ou mialgias, ou;
- febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ) sem outra causa atribuível, ou;
- dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.

b. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

### PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO

Quem, no decorrer de uma atividade da Candeia, apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa de imediato o Responsável por essa atividade que, por sua vez, informa a Direção da Candeia e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. No caso de se tratar de uma criança/jovem, informa de imediato qualquer animador(a), o qual deverá fazer as comunicações acima.

Ao dirigir-se (ser dirigido no caso de criança/jovem) para o espaço definido como sala de isolamento, a pessoa não deve tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros. Deve ser colocada uma máscara cirúrgica no caso de esta não ser portadora de uma previamente.

Tratando-se de criança/jovem, é imediatamente avisado o Diretor da Casa de Acolhimento ou respetivos pais, consoante o caso.

Já na área de “isolamento” o animador que acompanhar a criança/jovem contacta a linha [SNS 24 \(808 24 24 24\)](tel:808242424). No caso de se tratar de animador, caso se encontre em condição de o fazer, deverá ser o próprio a contactar a linha SNS24.

Em cada atividade com alojamento é definido um local de isolamento temporário de qualquer criança/jovem ou animador que evidencie sintomas de risco.

Nas atividades sem alojamento, a criança/jovem deverá regressar de imediato à sua Casa de Acolhimento (utilizando uma máscara que lhe será fornecido pelo Animador responsável), onde será conduzida já por responsáveis da Casa de Acolhimento à respetiva área de isolamento.

Nos espaços de isolamento temporário existem máscaras, luvas, lenços de papel, desinfetante para as mãos, termómetro e outro equipamento que se revele útil para minimizar o perigo de contaminação. Os espaços são dotados com telefone, acesso à Internet e outros bens ou meios que se revelem necessários.

A localização e os percursos para os espaços de isolamento temporário são devidamente assinalados através de sinalética apropriada.

Enquanto em uso, é vedado o acesso à sala de isolamento a todas as outras pessoas exceto se a pessoa em isolamento for aluno menor, caso em que estará acompanhado por um adulto especialmente protegido e formado.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 encaminha o doente suspeito para autocuidados no domicílio, avaliação clínica em áreas dedicadas nos Serviços de Saúde Primários ou Serviço de Urgência ou necessidade de ativar o INEM.

#### 4.3. PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- se o caso for confirmado: a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de caso confirmado, a Candeia:

- providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- reforça a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;

- dá especial atenção à limpeza e desinfecção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- armazena os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

#### 4.4. PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com um caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

##### 1. “Alto risco de exposição”:

Pessoa com:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
  - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
  - Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19 sem medidas de proteção adequadas;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

##### 2. “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

Pessoa com:

- contato esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19
- contato frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos;
- contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros OU durante menos de 15 minutos.

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição ao caso confirmado.

---

Perante a identificação de um caso de COVID-19 entre os animadores e/ou crianças e jovens participantes, a Direção da Candeia procederá ao rastreio de contactos avaliando o risco de acordo com os critérios acima descritos.

#### **4.5. AÇÃO EM CASO DE AUSÊNCIA DE UM NÚMERO SIGNIFICATIVO DE ANIMADORES**

A Direção faz uma monitorização das condições de funcionamento, parcial ou total, das atividades programadas, decidindo manter, adiar ou cancelar atividades e campos de férias, em função da evolução da situação.

#### **5. FONTES DE INFORMAÇÃO PERMANENTE**

É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

- Direção Geral da Saúde (DGS) <https://www.dgs.pt/>
- Organização Mundial da Saúde (OMS); <http://www.who.int/en/>
- Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) [https://europa.eu/european-union/index\\_pt](https://europa.eu/european-union/index_pt)