

Plano de contingência COVID-19

RESIDÊNCIAS DE ESTUDANTES

Homologo

Presidente do Instituto Politécnico de Portalegre

Albano António Varela e Silva

Assinatura

(17/09/2020)

Versão	Data	Procedimento	Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado por:
1.0	17/09/2020	Criação do Plano	Grupo de trabalho para a conceção do Plano de Contingência	-----	Presidente do Politécnico

Índice

1. Enquadramento	4
1.1. Âmbito	4
1.2. Definição de Caso Suspeito	5
1.3. Transmissão do Covid-19	5
1.4. Prevenção da transmissão do SARS-Cov-2 – Covid-19	5
1.4.1. Principais medidas (gerais) preventivas.....	6
1.4.2. Grupos de Risco	7
2. Plano de Contingência.....	7
2.1. Principais medidas (gerais) de contingência a adotar	7
2.2. Efeitos que a infeção de estudante(s) e/ou trabalhador(es) pode causar na Residência IPP	8
2.3. Preparação do IPP para fazer face a um possível caso de infeção por COVID – 19, de estudante e/ou trabalhador	9
2.3.1. Estabelecimento de “área de isolamento” e circuito até à mesma, em cada Unidade Orgânica ou Edifício:.....	9
2.3.2. Equipamentos e materiais das “áreas de isolamento” das residências:	9
2.3.3. Equipamento e material de limpeza e desinfeção da “área de isolamento” das residências:	9
2.3.4. Procedimentos específicos	10
2.3.5. Disponibilização de Equipamentos e Produtos nas Residências.....	14
2.3.6. Formação e informação aos trabalhadores e estudantes sobre a Covid-19 e Medidas Preventivas	15
2.3.7. Responsabilidades	15
2.4. Considerações finais.....	16
Anexo I: Fluxograma de ações a implementar em caso de suspeita doença COVID-19	17
Anexo II: Fluxograma de ações a implementar após avaliação de suspeita de doença COVID-19	18
Anexo III: Fluxograma de ações a implementar para vigilância de contactos próximos de pessoas com COVID-19	19
Anexo IV: Procedimentos de Boas Práticas - Utilização de Máscara de Proteção	20
Anexo V: Procedimento de Boas Práticas de Higienização das Mãos	21
Anexo VI: Procedimento de Boas Práticas de Etiqueta Respiratória	22
Anexo VII: Procedimentos de Boas Práticas de Desinfeção de Superfícies.....	23

Anexo VIII: Orientações para os estudantes da área da saúde, alojados na residência, que se encontram em Ensino Clínico ou Estágio Clínico	24
---	-----------

1. Enquadramento

O novo Coronavírus SARS-Cov-2, agente causal da doença COVID-19, foi identificado pela primeira vez em seres humanos, em dezembro de 2019, em Wuhan na China, sendo a sua fonte desconhecida. Manifesta-se de forma semelhante a uma gripe comum ou apresenta-se como doença mais grave, pneumonia.

Esta pandemia levou a Organização Mundial de Saúde, a declarar um estado de emergência de Saúde Pública.

O presente documento estabelece os pontos essenciais do Plano de Contingência das Residências de estudantes do Instituto Politécnico de Portalegre, para a Doença COVID-19, em observância com as orientações das autoridades nacionais e internacionais.

Todos os estudantes e colaboradores terão acesso a informação sobre a doença, medidas preventivas e procedimentos a adotar em caso suspeito, através dos meios de divulgação em uso e mais adequados; folhetos e circulares informativas por correio eletrónico, página oficial do IPP e de cada Unidade Orgânica, bem como a afixação de cartazes nos espaços comuns.

O Instituto Politécnico de Portalegre assume o compromisso de assegurar aos estudantes e trabalhadores *condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais da prevenção* (Lei nº 102/2009, de 10 de setembro), *bem como a proteção da segurança e saúde contra os riscos de exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho* (Decreto-Lei nº 135/2013, de 04 de outubro).

1.1. Âmbito

Este Plano de Contingência é aplicável em todas as Residências e alojamentos de estudantes, à responsabilidade do Instituto Politécnico de Portalegre, nomeadamente, residentes, trabalhadores, prestadores de serviços e visitantes. Será revisto sempre que se justifique, sendo disponibilizada a última versão no site do IPP.

Tem como objetivos:

- Prevenir e limitar a probabilidade de doença COVID-19, nos residentes;
- Antecipar o impacto da doença COVID -19, na comunidade académica e no IPP;
- Estabelecer o nível de resposta e ação, para o(s) caso(s) suspeitos de COVID-19;
- Estabelecer medidas gerais de auto-proteção;
- Definir o plano de formação e informação aos trabalhadores e residentes.

1.2. Definição de Caso Suspeito

Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa¹, nos 14 dias antes do início de sintomas;

OU

– Doente com infeção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

OU

– Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia. (Orientação 2A/2020, de 25/01/2020, atualizada em 09/03/2020

Nota: informação atualizada sobre a definição de Caso Suspeito deve ser consultada na página eletrónica da DGS.

1.3. Transmissão do Covid-19

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento à data sobre os casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa a pessoa foi confirmada e julga-se que ocorra durante uma exposição próxima a uma pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas, quando 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 contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, o contacto com boca, nariz ou olhos, pode conduzir igualmente à transmissão da infeção.

O SARS-CoV-2 pode transmitir-se por:

- Gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);*
- Contacto direto com secreções respiratórias infecciosas, com fezes ou com superfícies contaminadas por estas;*
- Via aérea (partículas inferiores a 5 micra), aquando de procedimentos geradores de aerossóis. (Norma nº 007/2020 de 29/03/2020 – DGS)*

1.4. Prevenção da transmissão do SARS-Cov-2 – Covid-19

O SARS-Cov-2, é um vírus que foi recentemente identificado, estando a vacina em fase de teste em seres humanos. O seu tratamento é dirigido apenas para os sinais e sintomas, os antibióticos não são efetivos contra vírus, pelo que não devem ser usados para a sua prevenção ou tratamento, pois podem contribuir para aumentar as resistências antimicrobianas. Para a prevenção da Covid-19 é determinante o cumprimento das principais medidas (gerais) preventivas.

1.4.1. Principais medidas (gerais) preventivas

- Lavar frequentemente as mãos - com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos. Em alternativa pode usar uma solução alcoólica (70%), adequada para o efeito;
- Reforçar a lavagem das mãos em vários momentos durante o dia (antes de sair da Residência, ao chegar a outras instalações do IPP, antes da ingestão de alimentos, sempre que utilize equipamentos de uso comum, após intervalos ou atividades desportivas, após o uso do wc, e sempre que lhe pareça necessário);
- Procurar manter o distanciamento de pelo menos um metro, com qualquer pessoa.
- Evitar o contacto direto com pessoas que manifestem, febre, tosse ou dificuldade respiratória.
- Usar sempre máscara adequada (cirúrgica ou de proteção para a COVID-19), dentro das Residências.
- Usar sempre máscara adequada (cirúrgica ou de proteção para a COVID-19), no espaço exterior das Residências do IPP, desde que não consiga manter o distanciamento de um metro, entre outra pessoa.
- Cobrir a boca e nariz com um lenço de papel descartável sempre que se assoar, e deitar fora num caixote de lixo após a sua utilização, lavando de seguida as mãos.
- Sempre que tossir ou espirrar deverá fazer uso de etiqueta respiratória.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos sujas ou possivelmente contaminadas.
- Limpar devidamente ou desinfetar frequentemente objetos ou superfícies de utilização comum, utilizando material de uso único e descartável, com uma solução alcoólica a 70% ou solução de 0,1% de lixívia (10ml de lixívia para 10L de água);
- Promover regularmente o arejamento dos espaços, nomeadamente salas de estudo e convívio, copas, WC e quartos;
- Os estudantes ou trabalhadores que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória deverão permanecer em casa e contactar a Linha SNS 24: 808242424 e não se deslocar a um estabelecimento de saúde, nem às instalações do IPP, nomeadamente à Residência;
- Os estudantes ou trabalhadores que se encontrem nas Residências do IPP, que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória deverão contactar de imediato o Assistente Designado do edifício e aguardar no seu quarto até receber as devidas instruções;
- Evitar deslocações para fora da zona geográfica da Residência de estudantes, durante o período de atividades letivas.
- Após viagem para fora da zona geográfica da Residência de estudantes, deverá monitorizar o estado de saúde, nomeadamente qualquer sintoma suspeito de COVID-19 (tosse, febre e dificuldade respiratória).

- Consultar regularmente a informação atualizada em www.dgs.pt

1.4.2. Grupos de Risco

São considerados grupos de risco para o COVID 19:

- População com mais de 65 anos;
- Pessoas com doenças crónicas: doença cardíaca, pulmonar, diabetes, neoplasias ou hipertensão arterial;
- Pessoas com compromisso do sistema imunitário: a fazer tratamentos de quimioterapia, tratamentos para doenças auto-imunes (artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla, ou algumas doenças inflamatórias do intestino), infeção VIH/SIDA, ou doentes transplantados
- Pessoas com asma.

2. Plano de Contingência

O IPP estará preparado para:

- Prevenir e limitar a probabilidade de doença COVID–19, nos residentes;
- Adotar medidas que minimizem o impacto da doença COVID -19, na comunidade académica e no IPP;
- Dar a resposta adequada e intervir no(s) caso(s) suspeitos de COVID-19;
- Implementar medidas gerais de autoproteção;
- Implementar plano de formação e informação aos trabalhadores e estudantes;
- Dar resposta à possibilidade de parte ou a totalidade dos seus trabalhadores não poderem ir trabalhar devido a doença COVID-19.

2.1. Principais medidas (gerais) de contingência a adotar

Estabelecem-se as seguintes regras para o funcionamento das residências e alojamentos de estudantes à responsabilidade do IPP:

1. É obrigatório o uso de máscara adequada nos espaços comuns;
2. Os residentes e trabalhadores devem lavar as mãos ou desinfetar com solução alcoólica, com frequência;
3. Será garantida uma distância mínima de 2 metros entre camas, quando os quartos não sejam individuais;
4. Nos beliches só pode ser utilizada uma cama;
5. Os roupeiros, armários, prateleiras, mesas de trabalho ou equivalentes serão de uso individual, sempre que possível;
6. A utilização partilhada de instalações sanitárias será acompanhada do reforço da sua higienização, de acordo com o previsto nas orientações da DGS;

7. A utilização de espaços comuns, incluindo copas ou áreas equivalentes, deve obedecer a um regime de escala, a determinar pelo responsável do edifício, por forma a garantir o distanciamento recomendado;
8. Nos espaços de usufruto comum, designadamente salas de estudo, de convívio ou similares, será imposta lotação máxima, de forma a garantir o distanciamento recomendado entre as pessoas (1 metro);
9. Não será permitido aos estudantes a alteração da disposição do mobiliário, em qualquer espaço da residência;
10. Os horários de entrada e saída da residência serão determinados pelo responsável do edifício;
11. O mobiliário de apoio, nos espaços comuns, será higienizado regularmente, conforme recomendado pela DGS;
12. Enquanto vigorar o Plano de Contingência, deverão ser tomados especiais cuidados com a higiene pessoal, vestuário, roupa de cama, toalhas de uso pessoal e outros objetos de uso pessoal (telemóvel, óculos, chaves do quarto, ...).
13. Os estudantes da área da saúde, alojados na residência, que se encontram em Ensino Clínico ou Estágio Clínico, devem cumprir as orientações descritas no Anexo VIII.

O direito ao usufruto do serviço de alojamento tem implícito o cumprimento das regras do presente plano de contingência.

Para além das regras estabelecidas no presente documento, deverão também ser observadas as orientações de carácter geral identificadas no **Manual de Procedimentos** criado para o controlo da pandemia no IPP, bem como as regras de funcionamento das residências, estabelecidas para o período de pandemia.

2.2. Efeitos que a infeção de estudante(s) e/ou trabalhador(es) pode causar na Residência IPP

- Atividades imprescindíveis para o funcionamento da Residência

- Serviços de limpeza
- Serviços de vigilância
- Serviço de alimentação
- Serviços de manutenção
- Serviços de informática

Os trabalhadores necessários, para dar continuidade às atividades imprescindíveis, serão designados pelo Administrador dos SAS em articulação direta com o Presidente do IPP.

O Reforço de infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação para responder às eventuais necessidades, será efetuado mediante Despacho do Presidente do IPP, reafectando os meios disponíveis.

2.3. Preparação do IPP para fazer face a um possível caso de infeção por COVID – 19, de estudante e/ou trabalhador

2.3.1. Estabelecimento de “área de isolamento” e circuito até à mesma, em cada Unidade Orgânica ou Edifício:

A colocação de um estudante e/ou trabalhador, classificado como Caso Suspeito, numa “área de isolamento” visa impedir que outras pessoas possam ser expostas e infetadas.

“Áreas de isolamento” em cada Residência:

- Residência de Portalegre – Quarto do Piso 0
- Residência de Elvas – Quarto do Piso 1
- Outros alojamentos – Quarto do próprio

2.3.2. Equipamentos e materiais das “áreas de isolamento” das residências:

- Telefone;
- Contactos SNS24 (808 24 24 24);
- Contacto do Assistente Designado da Unidade Orgânica ou Edifício para acompanhamento da situação;
- Cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do estudante e/ou trabalhador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis, nomeadamente:
 - 1 garrafa de água de 0,5l;
 - 1 minipacote de bolacha “Maria”;
 - 1 minipacote de bolacha de “Água e Sal”;
 - 1 pacote individual de sumo;
 - 1 pacote individual de leite
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico de cor apropriada);
- Solução antisséptica de base alcoólica que tenha pelo menos 70% de álcool (disponível à entrada e no interior desta área);
- Toalhetes de papel;
- 1 Máscara Cirúrgica;
- 1 Par de luvas de nitrilo descartáveis;
- 1 Termómetro.

2.3.3. Equipamento e material de limpeza e desinfeção da “área de isolamento” das residências:

Para limpeza e desinfeção da “área de isolamento”, estará disponível um Kit com o seguinte material:

- Luvas de nitrilo descartáveis;

- Óculos proteção;
- Máscara de proteção FFP2 ou FFP3;
- Toalhetes de papel;
- Dispensador de solução antisséptica de base alcoólica;
- Desengordurante de superfícies;
- Desinfetante de superfícies
- Balde, esfregona e material de limpeza.

Nota 1: A área de isolamento das residências dispõe de uma instalação sanitária devidamente equipada, com doseador de sabão, toalhetes de papel e dispensador de solução antisséptica de base alcoólica (70%), para a utilização exclusiva do estudante e/ou trabalhador classificado como Caso Suspeito.

Nota 2:, Quando um estudante e/ou trabalhador classificado como Caso Suspeito se dirige para a área de “isolamento”, na sua deslocação serão evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

2.3.4. Procedimentos específicos

Comunicação interna no processo de alerta do estudante e/ou trabalhador classificado como Caso Suspeito

Ficará nomeado um Assistente Designado para cada Residência ou Edifício. Será o elemento que acompanhará o Caso Suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário, desencadeará as diligências necessárias, informa a chefia direta e registará os dados das pessoas que contactaram diretamente com o Caso Suspeito.

O estudante e/ou trabalhador com sintomas, ou que identifique outro estudante e/ou trabalhador com sintomas deve contactar o Assistente Designado do seu Edifício, que prestará as informações necessárias até à sua chegada. Quando chegar junto do trabalhador/estudante disponibilizará máscara (caso seja necessário) para colocação e encaminha para a área de isolamento.

Assistente Designado de referência:

- Residência de Portalegre – Alda Cordas - 963931435
- Residência de Elvas – Nelson Vida - 939579129
- Outros alojamentos de estudantes à responsabilidade do IPP – José Polainas - 926033866

Encaminhamento até à área de isolamento

- O Assistente Designado disponibilizará ao Caso Suspeito máscara adequada, se necessário, (deverá ficar ajustada à face, com oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face, que deve ser substituída sempre que se encontre húmida e luvas para colocação imediata), e acompanha até à área de isolamento, assegurando sempre uma distância superior a 1 metro, utilizando uma máscara FFP2 ou FFP3 e luvas descartáveis de nitrilo.

- Se o Caso Suspeito apresentar uma frágil condição de saúde que inviabilize a sua permanência na área de isolamento, deverá ser contactado o INEM e reportada a situação.

Procedimentos na área de isolamento

- O Caso Suspeito na área de isolamento contacta o SNS 24 – 808242424 e reporta a situação;
- Se não se tratar de um Caso Suspeito de Covid-19, o SNS 24 define os procedimentos adequados para a situação clínica;
- Se se tratar de um Caso Suspeito de Covid-19, a situação será reportada pelo SNS 24 para a Linha de Apoio ao Médico da DGS, para validação da suspeição;
- **Se for um Caso Suspeito não validado**, a pessoa será informada da sua situação clínica que ficará encerrada para o Covid-19 e o trabalhador/estudante informa o Assistente Designado;
- **Se for um Caso Suspeito Validado**, a DGS ativa o INEM, o INSA e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O Caso Suspeito será informado da sua situação clínica, que deverá informar de imediato o seu Assistente Designado. Este informará a chefia direta;
- O **Caso Suspeito Validado**, deve manter-se na área de isolamento, com máscara adequada, até à chegada do INEM, que assegura o transporte para o Hospital de referência;
- O acesso à área de isolamento só é permitido ao Assistente Designado, que estará devidamente protegido;
- O Assistente Designado colabora com a Autoridade de Saúde Local para identificação (o mais breve possível) dos contactos próximos do doente;
- O Presidente do IPP fará a informação sobre a existência do Caso Suspeito Validado, conforme procedimentos adequados.

Procedimentos perante o Caso Suspeito Validado

- A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local, e é esta que informará o Presidente do IPP sobre os resultados laboratoriais;
- **Se o Caso Suspeito Validado for Infirmado**, este fica encerrado para o Covid-19. Serão aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção, sendo desativadas as medidas do Plano de Contingência.

- **Se o Caso Suspeito Validado for Confirmado**, a área de isolamento fica interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local.

- Será reforçada a limpeza e desinfeção das superfícies mais manuseadas e utilizadas pelo doente confirmado e com maior probabilidade de estarem contaminadas.

- Os resíduos do Caso Confirmado, deixados na área de isolamento, serão armazenados em saco plástico adequado, devidamente fechado e encaminhado por empresa certificada para gestão de resíduos com risco biológico.

- O estado de saúde dos contactos próximos será comunicado à DGS.

Procedimentos perante caso confirmado de Covid-19

Se se verificar a contaminação num dos residentes, deverá providenciar-se para que o estudante regresse à sua residência habitual e aí permaneça até receber alta médica.

Nas situações em que o estudante esteja impossibilitado de regressar à sua residência habitual e tenha que permanecer na residência de estudantes deverão observar-se os procedimentos estabelecidos na orientação da DGS 10/2020 de 16 de março, designadamente:

O estudante

- Deve permanecer separado das outras pessoas, numa divisão bem ventilada e confortável, com janela para o exterior e com a porta fechada;
- Só deve sair do quarto em situação de extrema necessidade e colocando uma máscara adequada;
- Deve utilizar uma casa de banho diferente dos restantes residentes, assim como toalhas e outros utensílios de higiene;
- Caso necessite de cuidadores, deve limitar o seu número – idealmente a um – sendo que este não deve ser portador de doença crónica ou imunossupressão;
- Deve cumprir as regras de etiqueta respiratória;
- Não deve partilhar a utilização de telemóveis, auscultadores ou teclados;
- Não deve partilhar pratos, copos, talheres, toalhas ou lençóis com outros residentes; sempre que possível deverá ser utilizada loiça descartável;
- As refeições ou outros bens necessários ao conforto do estudante deverão ser deixados em mesa junto à porta do quarto, de modo que não haja contacto entre o estudante e o cuidador.

Deverão ser estabelecidos os procedimentos de higienização definidos na orientação da DGS, designadamente:

- Após a utilização de loiças ou utensílios de cozinha, estes devem ser lavados com água quente e detergente de lavar loiça à mão;
- O vestuário, roupa de cama e toalhas devem ser guardados, em saco fechado, até que os mesmos possam ser lavados, na máquina, na maior temperatura possível (acima de 60 graus), utilizando detergente de máquina. A pessoa que tratou da roupa deve lavar imediatamente as mãos. Evitar sacudir a roupa de cama enrolando-a no sentido de dentro para fora.
- Deve proceder-se à higienização dos espaços e superfícies, de acordo com as normas descritas no anexo VII

Em caso de ocorrência de surto, identificado pelas autoridades de saúde, proceder-se-á à evacuação da residência, em articulação com as autoridades locais de saúde e serviços municipais de proteção civil.

Procedimentos de vigilância de Contactos Próximos

- Considera-se Contacto Próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um Caso Confirmado de Covid-19. O tipo de exposição determina o tipo de vigilância.

Considera-se Pessoa de **Alto Risco de Exposição**:

- 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:
- Numa aeronave:
 - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
 - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
- Num navio:

- Companheiros de viagem do doente;
- Partilha da mesma cabine com o doente;
- Prestação direta de cuidados ao doente;
- Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;

A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

Considera-se pessoa de **Baixo Risco de Exposição (contacto casual):**

- Contacto 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.

Os Contactos Próximos, serão identificados listados e classificados pelo Assistente Designado em colaboração com a Autoridade de Saúde Local;

Será feito o adequado acompanhamento dos Contactos Próximos pelo Assistente Designado.

(Orientação 02A/2020 da DGS, de 25/01/2020, atualizada em 09/03/2020)

- Se se verificarem sintomas da doença Covid-19 e o trabalhador/estudante estiver num dos edifícios do IPP, deverão ser iniciados os Procedimentos de Caso Suspeito.

2.3.5. Disponibilização de Equipamentos e Produtos nas Residências

- Solução antisséptica de base alcoólica (70%) para higienização das mãos em sítios estratégicos:

- Entrada de cada Edifício
- Zonas de estudo e zonas de utilização comum
- Zonas com equipamento de utilização comum (máquinas de venda, computadores, ...)
- Outros pontos que se considerem necessários

- Toalhetes de papel descartáveis, nas instalações sanitárias e nos outros locais de higienização das mãos, de uso comum.

- Contentor de Resíduos com abertura não manual e saco plástico nas instalações sanitárias e noutros pontos que se considerem necessários.

- Material de limpeza (solução desinfetante de base alcoólica a 70% e toalhetes de papel descartável), de uso único, que será eliminado ou descartado após utilização em objetos e superfícies mais manuseadas em espaços livres (corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador) e equipamentos de utilização comum (teclado e rato de computador, secretárias, mesas de refeições, ...)

- Solução desinfetante (ex: Desinfetante grânulos tipo Presept, Ácido Peracético ou hipoclorito de sódio a 0,1%) para utilização em pavimentos.

2.3.6. Formação e informação aos trabalhadores e estudantes sobre a Covid-19 e Medidas Preventivas

Informação e esclarecimento de forma clara e precisa, sobre a transmissão da Covid-19, bem como as medidas preventivas, através de materiais de divulgação da DGS ou do IPP:

- Transmissão da doença - Covid-19;
- Medidas preventivas da COVID-19;
- Recomendações da DGS;
- Procedimentos específicos a adotar perante um Caso Suspeito (Serão divulgados em todas as Unidades Orgânicas ou Edifícios);
- Divulgação do Plano de Contingência nas diferentes Unidades Orgânicas, Edifícios e Serviços, nomeadamente, à Comunidade Académica, Prestadores e Utilizadores de Serviços;
- Promoção da saúde física e mental, em período de teletrabalho ou confinamento
- Outras consideradas adequadas.

2.3.7. Responsabilidades

O Presidente do IPP é o responsável deste Plano de Contingência, visto ser o responsável máximo pela segurança e saúde dos estudantes e trabalhadores. Assume a coordenação geral das operações de prevenção e controlo com os meios próprios e adequados do IPP.

Elementos	Responsabilidades/Funções
Presidente do IPP – Albano Silva	Aprova o Plano de Contingência Ativa o Plano de Contingência Desativa o Plano de Contingência Porta-voz nas comunicações externas oficiais
Vice Presidente do IPP – Luís Loures	Divulgação do Plano de Contingência e Medidas Preventivas (Orientação 6/2020, de 26/02/2020, da DGS)
Chefe de Divisão do GAQ - Isabel Mourato	Coordenação do Grupo de Trabalho para a conceção, implementação e atualização do Plano de Contingência Coordenação da operacionalização do Plano de Contingência
Diretor/Responsável de UO ou edifício	Responsável pela implementação do Plano de Contingência na sua UO/edifício
Gabinete Técnico - João Milheiro	Seleção e gestão de equipamento, material e produtos necessários para a implementação das medidas e procedimentos contemplados no plano de contingência
Grupo de Trabalho para Conceção do Plano de Contingência para o COVID-19 (GT PC): Antero Teixeira Francisco Monteiro Francisco Morais Isabel Mourato João Milheiro Maria do Carmo Maridalho	Conceção e atualização do Plano de Contingência Identificação de necessidades de formação/informação Promoção de ações de formação/informação Seleção e/ou elaboração de material informativo

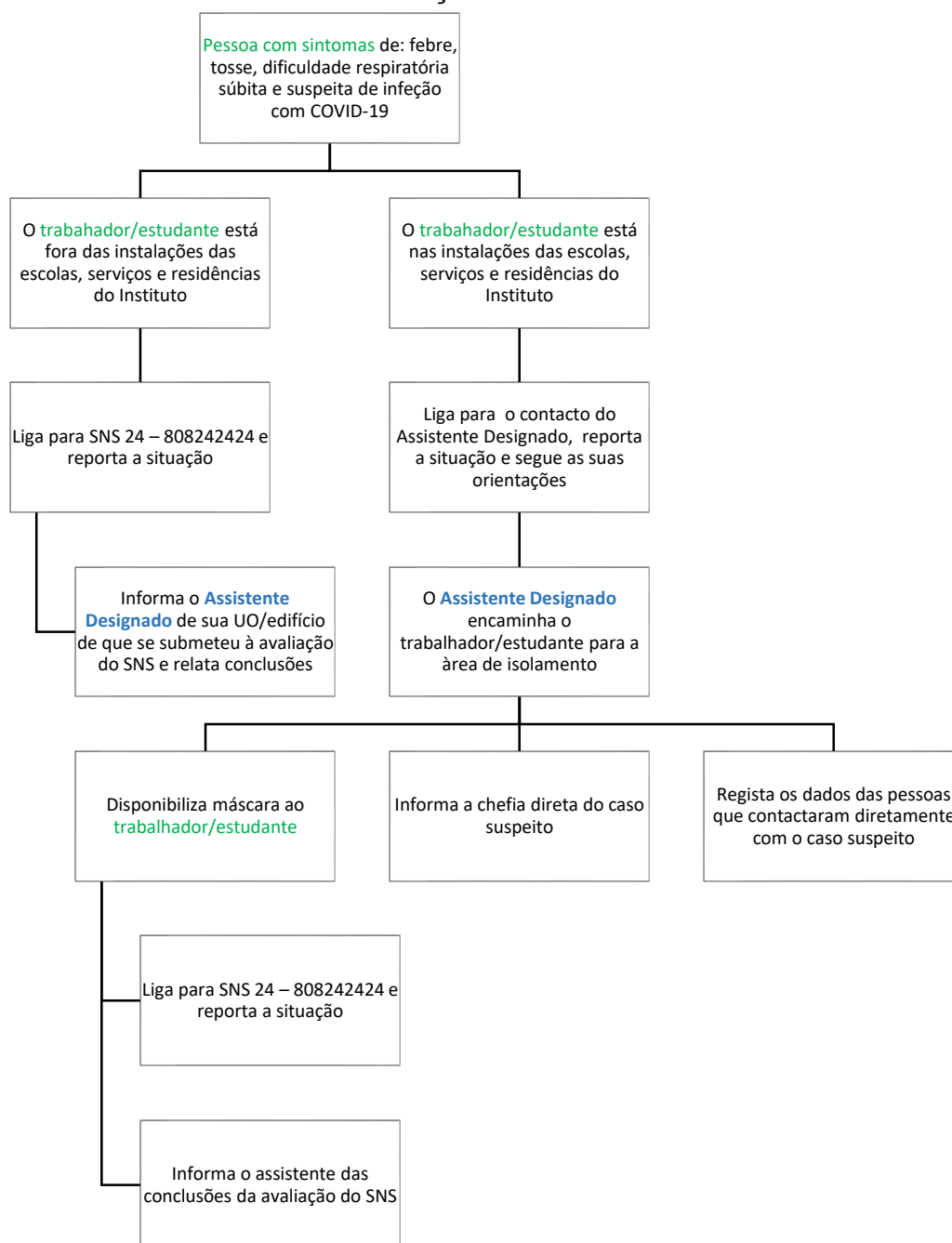
Paula Oliveira	
Assistente Designado de cada Unidade Orgânica ou Edifício	Acompanha o(s) Caso(s) Suspeito(s) e presta esclarecimentos sobre procedimentos previstos. Reporta a informação à Coordenadora deste Plano. Colaboração com a Autoridade de Saúde Local para a identificação dos contactos próximos do Caso Suspeito.
Serviços Administrativos e Financeiros e Gabinete Jurídico	Informação aos trabalhadores e estudantes dos direitos e deveres, em caso de ausência por doença, assistência familiar doente e isolamento profilático

2.4. Considerações finais

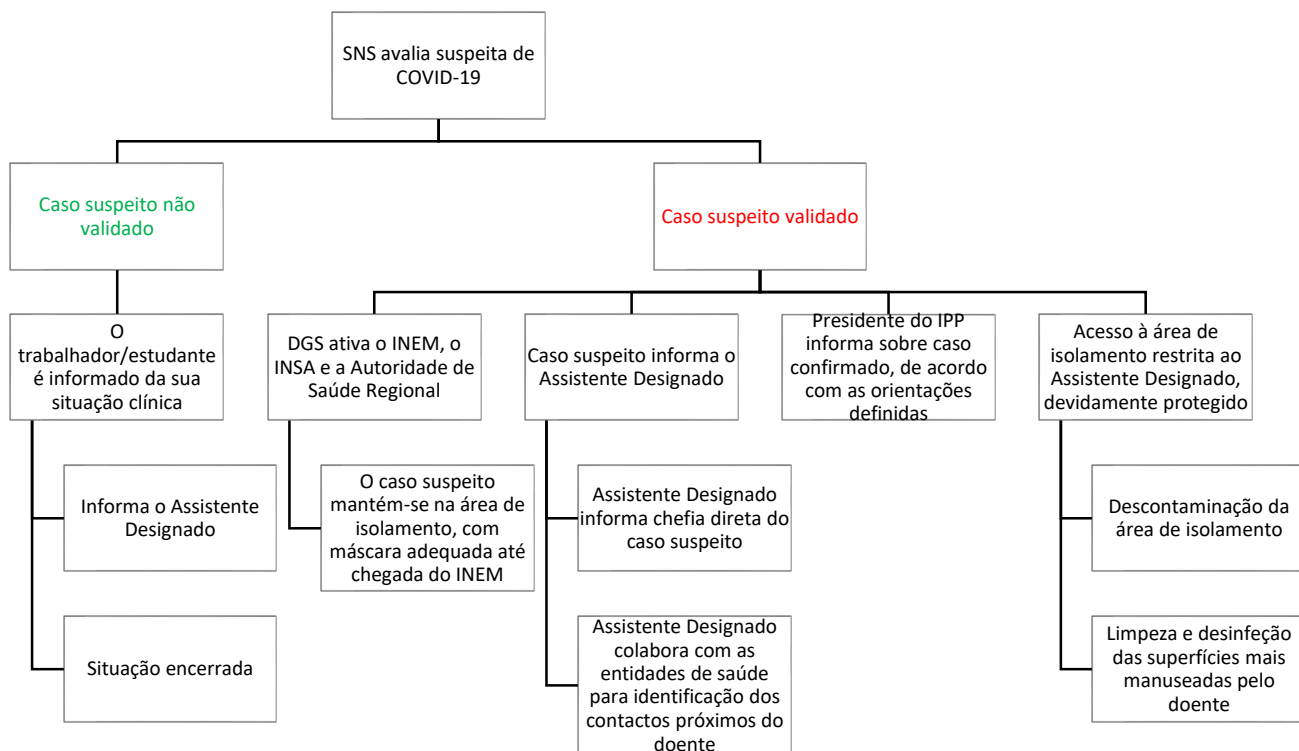
Nesta mobilização coletiva e de solidariedade institucional, apela-se a cada elemento da comunidade académica do Instituto Politécnico de Portalegre, a adoção de uma conduta cívica, manifestada pelo respeito das medidas contempladas neste Plano e nas divulgadas pelas Autoridades de Saúde.

Todas as situações não previstas no presente Plano serão determinadas e comunicadas pelo Presidente do Instituto Politécnico de Portalegre.

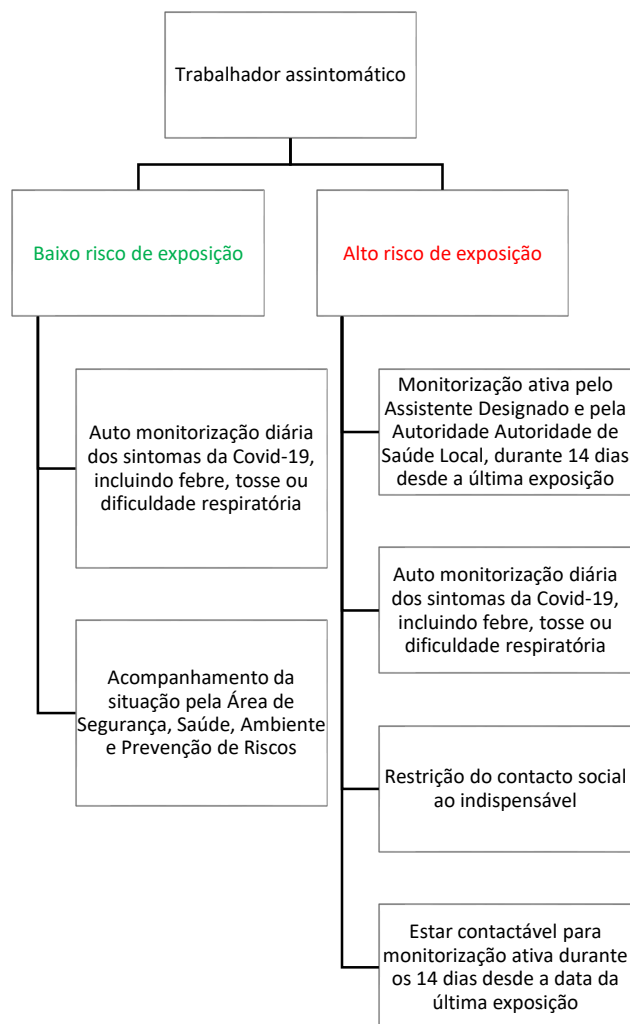
Anexo I: Fluxograma de ações a implementar em caso de suspeita doença COVID-19



Anexo II: Fluxograma de ações a implementar após avaliação de suspeita de doença COVID-19



Anexo III: Fluxograma de ações a implementar para vigilância de contactos próximos de pessoas com COVID-19



Anexo IV: Procedimentos de Boas Práticas - Utilização de Máscara de Proteção

- A máscara selecionada deve ser adequada ao seu uso.
- A máscara deverá ser usada em todos os locais, no interior das instalações do IPP ou no exterior das instalações do IPP, desde que não se consiga manter o distanciamento de um metro entre duas pessoas.
- Antes de colocar a máscara, (se possível) lave as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, ou utilize um desinfetante à base de álcool (70%).
- Coloque a máscara adequada, ajustando-a à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em pessoas com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida, complementando com um lenço de papel.
- Evite tocar na máscara durante a utilização. Caso o faça, lave as mãos com sabão e água, ou utilize um desinfetante à base de álcool (70%)
- Sempre que a máscara estiver húmida, deve substituí-la por outra. Não reutilize máscaras de utilização única.
- Para retirar a máscara, comece pela parte posterior e descarte para o recipiente adequado.
- Depois de retirar a máscara, lave as mãos com água e sabão ou utilize um desinfetante à base de álcool (70%)

Anexo V: Procedimento de Boas Práticas de Higienização das Mãos

As mãos devem ser lavadas, preferencialmente, com água e sabão durante pelo menos 20 segundos. Se estes não estiverem disponíveis, utilize um desinfetante para mãos que tenha pelo menos 70% de álcool.

Procedimentos básicos para uma correta higienização das mãos:

Com água e sabão:

- Molhar as mãos em água à temperatura corporal;
- Aplicar a quantidade de sabão suficiente para cobrir ambas as mãos em todas as suas superfícies e os punhos;
- Friccionar as mãos durante no mínimo 15 segundos;
- Enxaguar bem as mãos;
- Não tocar na torneira após Higiene das Mãos (usar um toalhete de papel para fechar a torneira de acionamento manual);
- Secar bem as mãos com toalhete de uso único;
- Depositar os toalhetes usados em contentor de acionamento por pedal;
- A duração do procedimento total deve ser de pelo menos 40 segundos.

Por desinfecção com solução alcoólica 70%:

- Não usar solução alcoólica nas mãos visivelmente sujas;
- Aplicar a quantidade suficiente de solução alcoólica para cobrir ambas as mãos em todas as suas superfícies e punhos;
- Friccionar as mãos entre 20 a 30 segundos, até evaporar completamente a solução alcoólica, garantindo a secagem das mãos.

Todas as Unidades Orgânicas/Serviços terão em locais estratégicos, dispensadores de solução alcoólica, todas as instalações sanitárias em uso, terão disponível água, sabão e toalhetes.

Estarão afixados materiais informativos da DGS sobre a correta higienização nas instalações sanitárias.

Anexo VI: Procedimento de Boas Práticas de Etiqueta Respiratória

Procedimentos de Boas Práticas relativas a Etiqueta Respiratória:

- Cobrir a boca e nariz com um lenço de papel descartável sempre que se assoar, e descartar em contentor adequado após a sua utilização, lavando de seguida as mãos.
- Sempre que tossir ou espirrar deverá fazer uso de etiqueta respiratória colocando o antebraço à frente da boca e nariz (nunca colocar a mão).
- Na presença de sintomas respiratórios, em contexto social, assegurar uma distância mínima de dois metros entre as pessoas;
- Desaconselha-se o cumprimento social de apertos de mão, abraços ou beijos.

Anexo VII: Procedimentos de Boas Práticas de Desinfecção de Superfícies

- É imperativo como medida preventiva e de controlo da infeção, uma limpeza e desinfecção, diferenciadas, das superfícies, devendo recorrer-se à utilização de soluções desengordurantes e desinfetantes adequadas.
- As superfícies mais manuseadas ou pisos que se encontrem sujos, devem em primeiro lugar, ser lavados com detergente desengordurante de uso comum.
- Para a desinfecção de superfícies mais manuseadas, nomeadamente, corrimãos, maçanetas das portas, balcões, botões de elevador, máquinas de venda, ratos e teclados de computadores partilhados, torneiras, telefones partilhados ou outros equipamentos de trabalho, deve pulverizar-se com solução desinfetante, espalhar o desinfetante e limpar os resíduos com material seco descartável.
- Para a desinfecção de pisos poder-se-á recorrer a outros desinfetantes do tipo: pastilhas de Presept, Ácido Peracético, ou Hipoclorito de sódio a 0,1% (10ml de lixívia para 10 litros de água).

Orientações de lavagem e desinfecção

LOCAIS	ÁREAS A DESINFETAR	PERIODICIDADE	COM QUÊ	QUEM
Instalações Sanitárias	Maçanetas interiores e exteriores das portas	Duas vezes por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
Quartos	Maçanetas interiores e exteriores das portas, interruptores de luzes, manípulos de estores, tampo de mesas ou secretárias	Uma vez por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
Gabinetes	Maçanetas interiores e exteriores das portas e interruptores	Uma vez por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
	Secretárias, teclado e rato do computador ou outras superfícies mais manuseadas pelo utilizador	Pelo menos 1 vez por dia	Solução desinfetante	Utilizador
Áreas de estudo	Maçanetas interiores e exteriores das salas de aula, interruptores de luzes, manípulos de estores, tampo de mesas ou secretárias, teclado e rato de computador	Duas vezes por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
	Tampo de mesas ou secretárias Teclado e rato do computador	Antes e após a utilização	Solução desinfetante	Utilizador
Elevadores	Botões dos elevadores	Duas vezes por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
Escadas	Corrimãos	Duas vezes por dia	Solução desinfetante	Equipa de limpeza
Recepção	Balcão e telefone	Quatro vezes por dia	Vigilantes	Vigilantes

Nota: Os procedimentos descritos para as equipas da limpeza serão registados em modelo para o efeito. Durante o período de suspensão de atividades letivas e não letivas, estes procedimentos serão adaptados às circunstâncias e utilização de cada espaço.

Anexo VIII: Orientações para os estudantes da área da saúde, alojados na residência, que se encontram em Ensino Clínico ou Estágio Clínico

Cuidados pessoais, roupa e calçado:

- Sempre que possível deve trocar de calçado à entrada da residência. O calçado que utiliza na residência não deve ser o mesmo que utiliza nas instalações onde decorre Ensino/estágio clínico e quando se desloca para o mesmo.
- Deve tomar banho e lavar o cabelo, diariamente, imediatamente quando regressa à residência, após realização do período de Ensino/estágio clínico.
- Ao terminar o período do Ensino/estágio clínico deve guardar a bata que usou nesse dia, em saco fechado, até que a mesma possa ser lavada. Diariamente, deverá proceder à lavagem da bata e da roupa que usou nesse dia, no menor espaço de tempo possível, por forma evitar que o eventual foco de contaminação esteja no seu quarto. A lavagem desta roupa deve ser feita de forma separada de toda a outra roupa, utilizando água a pelo menos 60 graus, adicionando sempre que possível lixívia adequada ao detergente.
- Deve lavar o calçado que utiliza em contexto de Ensino/estágio clínico uma vez por semana.
- Diariamente, deve desinfetar com solução desinfetante (diluição de 10ml de lixívia em 1 litro de água) a sola do calçado que utiliza em contexto de Ensino/estágio clínico.
- Quando chegar à residência, deve encaminhar-se imediatamente para o seu quarto, evitando circular pela residência, antes de tomar banho e proceder a todos os cuidados anteriormente descritos.

Limpeza dos quartos:

- Deve higienizar, diariamente, com produto desinfetante (ou diluição de 10ml de lixívia em 1 litro de água) e toalhetes descartáveis, as maçanetas das portas, interruptores e outras superfícies do seu quarto, com as quais tenha contacto no regresso à residência.
- **Nota:** as presentes orientações foram elaboradas tendo como base as boas práticas aplicadas aos profissionais de saúde.

