

MODATEX CENTRO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL
DA INDÚSTRIA TÊXTIL, VESTUÁRIO, CONFECÇÃO E LANIFÍCIOS

PLANO DE CONTINGÊNCIA CORONAVÍRUS COVID19

EDIÇÃO 1, REVISÃO 4
MARÇO 2022



I - INFORMAÇÃO DE CARÁCTER GERAL

1. ENQUADRAMENTO

A COVID-19 foi declarada pela Organização Mundial de Saúde como pandemia, no dia 11 de março de 2020.

A presente atualização do Plano de Plano de Contingência visa informar toda a comunidade MODATEX sobre as medidas definidas para minimizar a transmissibilidade da COVID-19, no seguimento da Orientação 003/2022, emitida pela DGS no dia 15/03/2022.

2. A DOENÇA COVID-19 E AS FORMAS DE TRANSMISSÃO

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- i. Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou entrarem em contacto com a boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas;
- ii. Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular, ou através da inalação de aerossóis contendo o vírus.

3. SINAIS E SINTOMAS

Os sintomas mais frequentes associados à infeção pela COVID-19 são:

- i. Febre (temperatura = ou > a 38°C, sem outra causa atribuível);
- ii. Tosse de novo, ou com agravamento do padrão habitual;
- iii. Dispneia/ dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível;
- iv. Perda total ou parcial de olfato, perda ou alteração do paladar, de início súbito.

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, podendo haver pessoas infetadas sem sintomas (assintomáticas), pessoas com sintomas ligeiros a moderados, como dor de garganta, cansaço e dores musculares, ou casos mais graves, com pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, falência multiorgânica e eventual morte. A maioria das pessoas apresenta sintomas ligeiros a moderados e recuperam das sequelas.

Pessoas sintomáticas

- i. As pessoas com sintomas suspeitos de COVID-19, devem contactar o SNS24 de forma a serem encaminhadas de acordo com a gravidade dos sintomas, e realizar teste para SARS-CoV-2 para confirmação da infeção;
- ii. No caso de o resultado ser negativo, deverão seguir as indicações recebidas, e regressar à sua atividade normal;
- iii. No caso de o resultado ser positivo, é determinado o confinamento obrigatório pela Autoridade de Saúde, e emitido o Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho (CIT), quando clinicamente se justificar;
- iv. As pessoas em isolamento no domicílio devem automonitorizar os seus sintomas, manter o cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção, e contactar o SNS24 caso se verifique o agravamento dos sintomas;

- v. O fim das medidas de isolamento é determinado apenas no momento em que se comprova o cumprimento cumulativo dos seguintes critérios:
- Critérios de melhoria clínica: ausência completa da febre (sem recurso a medicação) e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos;
 - Tempo mínimo de isolamento: 7 dias de isolamento no caso de teste covid positivo, sem sintomas ou com sintomas ligeiros; pelo menos 10 dias de isolamento no caso de teste covid positivo, com sintomas moderados ou graves. Em ambas as situações, não é necessário realizar um novo teste para determinar o isolamento.
- vi. As pessoas que recuperarem de COVID-19 e que cumpriram os critérios de fim de isolamento, não realizam novos testes laboratoriais para SARS-CoV-2, nos 180 dias subsequentes ao fim do isolamento, salvo se desenvolverem novamente sintomas sugestivos de COVID-19.

Pessoas Assintomáticas:

- As pessoas que não apresentam sintomas, mas tenham obtido resultado positivo em teste para SARS-CoV-2, têm indicação para autocuidados e isolamento no domicílio;
- Caso venham a desenvolver sintomas de COVID-19 durante o isolamento, devem contactar o SNS24, de forma a serem encaminhadas de acordo com a sua gravidade.

II - MEDIDAS PREVENTIVAS E DE AUTOPROTEÇÃO

ORGANIZACIONAIS

Para minimizar o risco de infeção por SARS-CoV-2, o MODATEX mantém as seguintes medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19.

- i. (In)formação a toda a comunidade MODATEX das boas práticas e das orientações da DGS em matéria de prevenção da COVID-19, através da afixação de cartazes ou divulgação de flyers:
 - Medidas gerais de controlo de infeção;
 - Procedimentos de lavagem das mãos e de utilização de solução asséptica;
 - Procedimentos de utilização de máscara;
 - Procedimentos de atuação perante situações de caso possível ou provável;
- ii. Obrigatoriedade do uso de máscara facial para acesso ou permanência no MODATEX, salvo nas situações ao ar livre e em espaços de refeição, aquando do consumo de alimentos ou bebidas;
- iii. Por motivos de ordem clínica, deve ser usada máscara cirúrgica em qualquer circunstância, em espaços interiores e exteriores, nas seguintes situações:
 - Pessoas com infeção por SARS-CoV-2 ou com sintomas sugestivos de COVID-19;
 - Pessoas consideradas contacto de um caso confirmado de COVID-19;
 - Pessoas mais vulneráveis, nomeadamente pessoas com doenças crónicas ou estados de imunossupressão com risco acrescido para COVID19 grave.
- iv. Facilitação do acesso a termómetros, em cada unidade local, permitindo a automonitorização de sintomas;
- v. Manutenção e promoção de boas práticas de higiene, nomeadamente através da acessibilidade à lavagem das mãos com água e sabão, e/ou disponibilização de dispensadores de produto desinfetante de mãos, e contentores para a colocação de lixo e restantes resíduos, em todos os locais considerados necessários;
- vi. Limpeza e desinfecção frequente e adequada de equipamentos e superfícies, com a utilização de produtos adequados;
- vii. Ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural, procedendo à abertura de portas e janelas. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC-Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado), desde que esteja garantida a limpeza e manutenção adequada destes sistemas;
- viii. Adoção de medidas que garantam o distanciamento físico em aglomerados de pessoas, nomeadamente nas áreas de espera, de atendimento e de refeição;
- ix. Definição de áreas de isolamento em cada unidade local, com o objetivo de evitar a propagação da doença reduzindo o contacto direto com casos suspeitos de Covid-19.

INDIVIDUAIS

É da responsabilidade de toda a comunidade MODATEX adotar comportamentos que minimizem o risco de transmissão da COVID-19, nomeadamente através de:

- i. Vacinação (se recomendado);
- ii. Automonitorização diária dos sinais e sintomas sugestivos de doença COVID-19;

- iii. Autoisolamento perante quaisquer sinais e sintomas suspeitos de Covid-19, realizar teste de diagnóstico e/ ou contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24), ou de forma complementar contactar o médico de família ou a respetiva unidade de saúde familiar, ou outra entidade a que habitualmente recorra;
- iv. Uso adequado de máscara facial, respeitando as condições de higiene e segurança durante a sua colocação, utilização, remoção e substituição, de acordo com as orientações existentes, principalmente nas situações em que existe risco acrescido de transmissão da Covid-19;
- v. Higienização frequente das mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, ou utilização de solução desinfetante com álcool a 70%;
- vi. Adoção de medidas de etiqueta respiratória, tossindo ou espirrando para um lenço de papel que deve ser imediatamente colocado no contentor de resíduos. Em alternativa pode ser utilizada a prega do cotovelo com o antebraço fletido;
- vii. Adoção de medidas que promovam um distanciamento físico seguro entre pessoas, principalmente por pessoas mais vulneráveis, ou que não se encontrem vacinadas com esquema vacinal completo.
- viii. Respeito pela lotação e organização dos espaços, evitando a aglomeração de pessoas e garantindo a distância de segurança necessária;
- ix. Ventilação adequada dos espaços, através da abertura de portas e/ou janelas, podendo ser utilizada ventilação mecânica de ar;
- x. Colaboração na implementação de medidas de prevenção da COVID-19;

III - PLANO DE CONTINGÊNCIA

ÁREAS DE ISOLAMENTO

O MODATEX dispõe de uma área de isolamento em cada unidade local, nos termos definidos na Orientação nº 006/2020 publicada pela DGS e atualizada em 29/11/2021.

Na área de isolamento consta o fluxo de atuação perante um caso suspeito de COVID-19.

O circuito a privilegiar em caso de necessidade de fazer chegar a pessoa com sintomas à área de isolamento é definido por cada Unidade Local, devendo sempre ser utilizado o percurso mais rápido e direto, evitando os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

O acesso à área de isolamento é restrito a pessoas/ casos suspeitos, e respetivos encarregados de educação, e colaboradores designados para prestar a assistência.

Após utilização da sala de isolamento por uma pessoa com suspeita ou confirmação de COVID-19, a mesma deve ser arejada, e posteriormente iniciados os procedimentos de limpeza e desinfeção em segurança. Terminados estes procedimentos, a área de isolamento pode voltar a ser utilizada.

ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO DE COVID-19

Perante a identificação de um caso suspeito devem ser desenvolvidos os seguintes procedimentos:

- i. Ativar os procedimentos constantes no Plano de Contingência;
- ii. Encaminhar a pessoa/ caso suspeito, acompanhada por um adulto, caso se trate de um menor, para a sala de isolamento, através dos circuitos definidos para o efeito;
- iii. Tratando-se de um menor, o coordenador do curso ou o responsável de cada Unidade Local contacta o encarregado de educação, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor;
- iv. Na área de isolamento, a pessoa/ caso suspeito, ou o encarregado de educação, contacta o SNS 24 (808 24 24 24), ou de forma complementar o médico de família ou a respetiva unidade de saúde familiar, ou outra entidade a que habitualmente recorra;
- v. O profissional de saúde encaminha a situação de acordo com a gravidade dos sintomas.

Rastreio de contactos

- i. No atual contexto epidemiológico, é privilegiada a identificação dos contactos de alto risco, preferencialmente pelo próprio caso confirmado;
- ii. São contactos de alto risco as pessoas que:
 - Coabitam com o caso confirmado;
 - Tenham um contacto, com um nível de exposição elevado, com um caso confirmado e: a) trabalhem em instituições de apoio ou acolhimento a populações mais vulneráveis; b) ou sejam profissionais de saúde;
- iii. As pessoas identificadas no ponto anterior são consideradas contactos de baixo risco, caso tenham tido COVID nos 180 dias antes do contacto com o caso confirmado, ou tenham recebido a dose de reforço há pelo menos 7 dias;
- iv. Os contactos de alto e baixo risco não têm indicação para isolamento profilático, e devem cumprir as recomendações emitidas pela DGS.



FLUXOGRAMA DE ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO

O CASO SUSPEITO

Dirige-se para a área de isolamento

Informa o vigilante/ receção
ou responsável de curso

Na sala de isolamento:
Contacta SNS 24 (808 24 24 24)
Segue as orientações

Se SNS 24 confirmar suspeita
de COVID-19, encaminha o caso

Autocuidado
(isolamento)

Avaliação em
Serviços
de urgência

Avaliação em
áreas dedicadas
(cuidados de
saúde primários)

INEM



SEJA UM AGENTE
DE SAÚDE PÚBLICA
PROTEJA-SE A SI
E AOS OUTROS