



Escola Superior Náutica Infante D. Henrique

PLANO DE CONTINGÊNCIA CORONAVÍRUS/COVID-19

março de 2020

A handwritten signature in blue ink, located in the bottom right corner of the page.

Índice

Índice

1. SITUAÇÃO	3
2. CORONAVÍRUS	3
3. SINTOMAS E CONSEQUÊNCIAS	3
4. TEMPO DE INCUBAÇÃO E FORMAS DE TRANSMISSÃO	4
5. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO RECOMENDADAS PELAS ORGANIZAÇÕES DE SAÚDE	4
6 PLANO DE CONTINGÊNCIA	5
6.1. Identificação dos efeitos que a infecção de colaborador(es)/ estudante(s) pode causar no serviço ou entidade	5
6.2. Medidas de prevenção	6
6.3. Providências a tomar para fazer face a um possível caso de infecção por Covid-19 de trabalhador(es) e/ou estudantes	6
6.4. Outras medidas	7
6.5. Definição de responsabilidades	7
7. Procedimento em caso suspeito	8
8. Procedimentos perante um caso suspeito validado	9
9. Procedimento de vigilância de contactos próximos	9
10. Documentação de suporte	11



1. SITUAÇÃO

Na sequência da publicitação do Despacho n.º 2836-A/2020, de 02.03.2020 e em alinhamento com a Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), considerando a necessidade de todos os empregadores públicos procederem à elaboração dos respetivos Planos de Contingência no prazo de 5 dias úteis, a Escola Superior Náutica Infante D. Henrique (ENIDH), considerando a necessidade de assegurar o cumprimento das disposições legais e bem assim operacionalizar os procedimentos que permitam fazer face aos riscos decorrentes da presente situação, disponibiliza, a toda a comunidade académica o seu Plano de Contingência – COVID-19.

Uma vez aprovado o Plano de Contingência pelo Presidente da ENIDH, o mesmo aplicar-se-á uniformemente em todo o *campus* da ENIDH.

O Plano de Contingência, acompanha os requisitos enunciados na referida Orientação n.º 006/2020 da DGS procurando assim ir ao encontro das expectativas da sua comunidade, enquadrando o problema e apresentando as diversas etapas a cumprir face às situações enumeradas.

O Plano descreve as principais etapas adotadas internamente pela ENIDH, no âmbito da infeção pelo COVID-19, bem como os procedimentos a adotar perante um funcionário com sintomas desta infeção.

Trata-se de um documento dinâmico, passível de atualização a todo o tempo, em função da evolução do quadro epidemiológico da COVID-19 e também das orientações que forem sendo transmitidas pela Direção Geral de Saúde.

Qualquer situação que aparente estar fora do Plano será avaliada individualmente, ainda que seguindo as precauções aconselhadas.

2. CORONAVÍRUS

Os Coronavírus constituem uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano.

A origem do Coronavírus/COVID-19 ainda está a ser investigada e, apesar de só agora ter sido identificado em seres humanos, a sua transmissão pessoa a pessoa encontra-se confirmada, embora ainda não se conheça bem o modo como tal acontece. Existem casos em que o vírus voltou a ser detetado em pacientes dados como curados e já foi confirmada a sua presença em animais domésticos.

COVID-19 é o nome oficial atribuído à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-COV-2), 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, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países. (Fonte: SNS24 <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/coronavirus/covid-19/#sec-0>)

3. SINTOMAS E CONSEQUÊNCIAS

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas semelhantes a uma gripe comum, incluindo febre, tosse seca, cansaço e dificuldade respiratória. Algumas pessoas podem ter ainda dores, congestão e/ou corrimento nasal, garganta inflamada ou diarreia. Em casos mais graves as situações podem evoluir para pneumonia com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte.

4. TEMPO DE INCUBAÇÃO E FORMAS DE TRANSMISSÃO

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgênero. Assim, estima-se que o período de incubação da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

Relativamente à transmissão da doença, a COVID-19 pode transmitir-se através de:

- gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- contacto direto com secreções infetadas;
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo as nebulizações).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através de:

- disseminação de gotículas respiratórias as quais se espalham quando a pessoa infetada tosse, espirra ou fala, podendo ser inaladas ou depositarem-se na boca, nariz ou olhos das pessoas que estão próximas;
- contacto das mãos com uma superfície ou objeto infetado com o SARS-CoV-2 e se, em seguida, existir contacto com a boca, nariz ou olhos pode provocar infeção.

De acordo com informação da Organização Mundial da Saúde, não há evidência de que os animais domésticos, tais como cães e gatos, tenham sido infetados e que, conseqüentemente, possam transmitir a COVID-19.

5. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO RECOMENDADAS PELAS ORGANIZAÇÕES DE SAÚDE

- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão, nomeadamente sempre que se assoar, espirrar ou tossir e, especialmente, após contacto direto com pessoas doentes;
- Evitar levar as mãos à boca, ao nariz ou aos olhos, porque as mãos podem ser vias de transmissão do vírus;
- Manter o mínimo de 1 metro de distância de qualquer pessoa que evidencie sintomas gripais;
- Evitar o contacto próximo com pessoas com infeções respiratórias e, no caso de o ter, utilizar máscara, luvas e bata;
- Evitar os cumprimentos típicos de socialização;
- Evitar o contacto desprotegido com animais selvagens ou de quinta;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória, como tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir com lenço de papel ou com o braço (nunca com as mãos), e deitar o lenço de papel no lixo logo após a sua utilização, lavando as mãos de seguida;
- Se tiver febre, tosse, espirros e dificuldades de respiração ligar de imediato para a Linha de Saúde, mantendo-se na sua residência;

- Todos os viajantes regressados de áreas afetadas há menos de duas semanas que apresentem sintomas sugestivos de doença respiratória, durante ou após a viagem, devem permanecer em casa e ligar para a Linha de Saúde, informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, e seguindo as orientações que vierem a ser indicadas;
- Nos 14 dias seguintes à sua chegada de fora da Região de Lisboa, os viajantes devem avaliar a temperatura corporal duas vezes ao dia e, no caso de terem febre, informar a Linha de Saúde, mantendo-se na sua residência.

6 PLANO DE CONTINGÊNCIA

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção. Nesse sentido a Plano de Contingência da ENIDH vai procurar responder a três questões fundamentais:

- Que efeitos pode causar na ENIDH a infeção de colaborador(es) e/ou estudante(s) por SARS-CoV-2 (COVID-19)?
- Que providências tomar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) de colaborador(es) e/ou estudantes?
- O que fazer numa situação em existem colaborador(es) e/ou estudante(s) suspeito(s) de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) na ENIDH?

6.1. Identificação dos efeitos que a infeção de colaborador(es)/ estudante(s) pode causar no serviço ou entidade

Os serviços da ENIDH procuram estar preparados para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus funcionários/estudantes não ir trabalhar/comparecer às aulas, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento, entre outras situações possíveis.

Face ao exposto, os responsáveis da ENIDH e do SAS:

- devem avaliar quais as atividades que são imprescindíveis (que não podem parar) e quais aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar.
- devem avaliar os funcionários que são essenciais para garantir atividades imprescindíveis ao funcionamento da ENIDH, devendo ponderar formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, recorrendo, nomeadamente ao teletrabalho, realização de reuniões por videoconferência, teleconferências e acesso remoto;
- devem ainda avaliar quais os funcionários que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão correr maior risco de infeção por COVID-19 (ex. funcionários que realizam atividades de atendimento ao público, funcionários que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade);
- devem garantir a existência de equipamentos de proteção e produtos de desinfeção, higiene e limpeza, a fim de prevenir caso de falta de qualquer um destes equipamentos/produtos.

Adicionalmente:

- os serviços Financeiro e de Aprovisionamento providenciarão a substituição/reforço de materiais de proteção e equipamentos de desinfecção, higiene e limpeza, sempre que necessário, priorizando a respetiva aquisição/distribuição relativamente a outros processos;
- o Gabinete de Relações Públicas e Observatório Profissional efetuará a divulgação de informação atualizada nomeadamente no que respeita a medidas de prevenção relativas ao COVID-19 emanadas pela DGS, bem como internamente aprovadas para a ENIDH. Tal incluirá o presente Plano e respetivas atualizações;
- o Serviço de Informática velará para que a infraestrutura tecnológica se mantenha em perfeitas condições de funcionamento, incluindo no caso de teletrabalho.

6.2. Medidas de prevenção

Em todas as instalações da ENIDH deve existir informação, nomeadamente a disponibilizada pela DGS, relativamente a:

- procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis, utilizar um desinfetante para as mãos que tenha, pelo menos, 70% de álcool, cobrindo toda a superfície das mãos e esfregando-as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
- procedimentos de etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos, utilizando o procedimento identificado no ponto anterior, após o contacto com secreções respiratórias);
- procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).

No âmbito do serviço de limpeza contratado, a ENIDH desenvolverá esforços com vista ao reforço das atividades de limpeza e desinfecção das superfícies com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

No que respeita às deslocações em serviço, estas serão analisadas caso a caso com a seguinte ressalva:

- Não serão autorizadas deslocações em serviço que abranjam as áreas com transmissão comunitária ativa identificada pela DGS.
- Não existem restrições a deslocações para outras zonas.
- Os trabalhadores deslocados deverão seguir as medidas de prevenção.
- São desaconselhadas deslocações no âmbito de programas de mobilidade até à garantia de que a epidemia está controlada.

Todos os procedimentos atrás enunciados devem ser observados com rigor.

6.3. Providências a tomar para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 de trabalhador(es) e/ou estudantes

No sentido de atuarem com eficácia e celeridade na eventualidade de um caso de infeção os responsáveis da ENIDH, e do SAS estabelecem uma área ou sala de "isolamento" bem como

o(s) percurso(s) a efetuar para chegar à mesma. Este procedimento visa impedir a propagação a outros funcionários/estudantes. O local escolhido deve:

- estar perfeitamente identificado;
- possuir ventilação natural ou mecânica e telefone, caso seja possível;
- ter assento ou marquesa para descanso e conforto do funcionário/estudante enquanto aguarda a validação de caso suspeito e o eventual transporte pelo INEM;
- estar equipado com kit de água e alimentos não perecíveis, se possível contentor de resíduos (com abertura não manual e sacos de plástico) de solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área), toalhetes de papel, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis e termómetro;
- no caso alguém suspeito de estar infetado deverá ser utilizado o menor percurso possível.

No sentido de minorar o risco de contágio, deverá ser mantida uma distância de segurança do(a) potencial infetado(a). Recorrer ao uso de equipamento de proteção e de produtos de desinfeção.

Os responsáveis e o SAS devem ter devidamente identificados os contactos e os serviços de saúde a contactar em caso de necessidade.

Os responsáveis e o SAS disponibilizam equipamentos de proteção e produtos de desinfeção, higiene e limpeza de acordo com o seguinte:

- Solução Antisséptica de Base Alcoólica (SABA), colocada em sítios estratégicos de média e grande circulação (ex. zona de refeições, registo biométrico, zona principal de entrada, junto de WC, sala de "isolamento"), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos.

6.4. Outras medidas

Em caso de necessidade deverão ainda ser equacionadas medidas adicionais, tais como:

- redução ou suspensão do(s) período(s) de atendimento;
- suspensão de eventos ou iniciativas de carácter público que impliquem concentração de pessoas em espaços fechados ou mesmo em espaços abertos;
- suspensão de atividade letivas e de formação presencial;
- suspensão de funcionamento de bar, refeitório, biblioteca e outros lugares de uso comum.

6.5. Definição de responsabilidades

Para toda a ENIDH a cadeia de responsabilidades é a seguinte:

- todos os funcionários/estudantes devem reportar à sua chefia direta/coordenador de curso, qualquer situação de doença enquadrada como Indivíduo com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- sempre que for reportada uma situação de Indivíduo com sintomas de infeção por COVID-19 a qualquer dos coordenadores de curso, ou à Administradora da ENIDH e SAS, o Presidente da ENIDH é imediatamente informado do facto pelo meio que for considerado mais adequado;

- nas situações em que o Indivíduo com sintomas necessitar de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o(s) colaboradores) que o acompanha(m)/presta(m) assistência devem estar devidamente protegidos com equipamentos tais como luvas e máscaras de proteção.

7. Procedimento em caso suspeito

Qualquer funcionário/estudante com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique alguém com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia direta/coordenador de curso (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência.

O dirigente deve contactar, de imediato, o Presidente da ENIDH. Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) deve ser assegurada a prestação de assistência adequada ao funcionário/estudante até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

O(s) funcionário(es) / estudante(s) que acompanha(m) / presta(m) assistência ao Indivíduo com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o Indivíduo doente.

O doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta a Linha SNS 24 através do número 808 24 24 24.

Este Indivíduo deve usar uma máscara cirúrgica se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída por outra.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o doente:

- se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;
- se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:

Caso Suspeito Não Validado

Este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do Indivíduo. O funcionário/estudante informa chefia direta/diretor da não validação encerrando-se o processo.

ou

Caso Suspeito Validado

Neste caso a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A Autoridade de Saúde Local informa a ENIDH do facto.

Na situação de **Caso Suspeito Validado**:

- o indivíduo doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- o acesso dos outros elementos à área de “isolamento” fica interdito (exceto no caso de colaboradores designados para prestar assistência);
- A ENIDH, através dos seus canais de comunicação informa os restantes funcionários/estudantes da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

8. Procedimentos perante um caso suspeito validado

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

- se o Caso não se confirmar, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais na ENIDH, incluindo 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 interdita 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** será:

- efetuada a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- reforçada a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Será dada especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho ou do alojamento (residência de estudantes em caso de estudante alojado) do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- os resíduos do Caso Confirmado serão armazenados em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o Presidente da ENIDH, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na ENIDH e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

9. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um indivíduo 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 do contacto próximo determinará o tipo de vigilância.

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

“Alto risco de exposição”, sendo definido como:

- funcionário do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;
- funcionário/estudante que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- funcionário/estudante que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

“Baixo risco de exposição” (casual), sendo definido como:

- funcionário/estudante que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- funcionário(es)/estudante(s) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos);
- perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia.

Para efeito de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a ENIDH, deve:

- identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário);
- o período de incubação estimado da COVID-19 é de 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.

A vigilância de contactos próximos deve ser efetuada de acordo com as indicações constantes da tabela abaixo.

Vigilância de contactos próximos	
“Alto risco de exposição”	“Baixo risco de exposição”
<ul style="list-style-type: none">• Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar• Restringir o contacto social ao indispensável• Evitar viajar• Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	<ul style="list-style-type: none">• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar• Acompanhamento da situação ao nível dos responsáveis e SAS

Fonte: Orientação n.º 6/2020 Direção Geral de Saúde

Importa ainda referir o seguinte:

- a auto monitorização diária, feita pelo próprio, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- se se verificarem sintomas da COVID-19 e o colaborador/estudante se encontrar nas instalações da ENIDH, devem-se iniciar os “**Procedimentos num Caso Suspeito**”, estabelecidos no ponto 7;
- se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

10. Documentação de suporte

Na elaboração do presente Plano de Contingência foram utilizados como referenciais os seguintes documentos:

Despacho n.º 2836-A/2020 de 2 de março – Ordena aos empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral de Saúde, no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19);

Orientação n.º 006/2020 de 26 de fevereiro de 2020 da Direção Geral de Saúde – Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas;

Linha Saúde 24.

<https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/coronavirus/covid-19/#sec-0>

[Consultado em 2020-03-04].

Aprovado em 6 de março de 2020

O Presidente da ENIDH



Professor Doutor Luís Filipe Baptista

