



PLANO DE CONTINGÊNCIA
COVID-19

ÍNDICE

1. Enquadramento	3
2. Âmbito	3
3. Responsáveis pelo Plano de Contingência	3
4. Transmissão da COVID-19	4
5. Materiais necessários	4
6. Caso Suspeito	4
7. Procedimentos	5
8. Medidas excepcionais na CESPÚ	8
9. Informar e Formar os Colaboradores.....	10

1. Enquadramento

A Organização Mundial de Saúde (OMS) e a Direção Geral de Saúde (DGS) têm alertado a comunidade, bem como as empresas para as salvaguardas que devem ter, assim como as consequências relativas ao novo Coronavírus (COVID-19), tendo a DGS recomendado a adoção de um Plano de Contingência.

O Plano de Contingência é um documento preventivo, preditivo e reativo, no qual se apresenta uma estrutura estratégica e operativa com o objetivo de ajudar a controlar uma emergência e a minimizar as suas consequências negativas. Este documento apresenta um conjunto de procedimentos alternativos ao funcionamento normal da instituição, sempre que alguma das suas funções usuais se vê prejudicada por uma contingência interna ou externa.

Face ao atual panorama e quadro de continuidade de disseminação da COVID-19, a resposta a esta ameaça passou pela elaboração de um Plano de Contingência específico da CESPU.

2. Âmbito

O presente Plano de Contingência compila o conjunto de ações que a CESPU vai adotar na gestão do surto de COVID-19 na Europa; define procedimentos e responsabilidades aquando de uma emergência, assim como medidas extraordinárias que tenham que vir a ser implementadas.

O presente Plano de Contingência será permanentemente atualizado, de acordo com novas orientações/informações/comunicações emanadas pela Direção Geral de Saúde.

O Plano de Contingência da CESPU apresenta um conjunto de procedimentos alternativos ao bom funcionamento da instituição, salvaguardando as comunicações necessárias a realizar interna e/ou externamente, nomeadamente com trabalhadores docentes e não docentes, estudantes e entidades nacionais de saúde.

O Plano de Contingência da CESPU foi aprovado/validado pelo Conselho de Administração da CESPU.

O Gabinete de Gestão da Qualidade e Auditorias – Higiene e Segurança no Trabalho é o responsável pela elaboração e atualização deste documento.

3. Responsáveis pelo Plano de Contingência

Identificação da equipa CESPU designada para a gestão do surto de COVID-19 e responsáveis pelo Plano de Contingência

Nome	Função
Conselho de Administração	Avaliar a evolução da situação e as orientações da DGS, definir estratégias de gestão do surto de COVID-19
Cristina Vieira	Assessorar e apoiar o CA na definição das estratégias e divulgação das mesmas pelos Departamentos envolvidos
Florinda Antunes	Operacionalizar as estratégias que envolvam a gestão dos Recursos Humanos
Brigite Silva	Elaborar, atualizar e operacionalizar o Plano de Contingência

4. Transmissão da COVID-19

A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados.

Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

5. Materiais necessários

Será assegurada a disponibilidade de:

- Soluções antissépticas de base alcoólica e respetivos dispensadores;
- Informação sobre a correta higienização das mãos afixadas em diversos pontos da instituição;
- Máscaras cirúrgicas para utilização do trabalhador/estudante com sintomas (caso suspeito);
- Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar enquanto medida de precaução, pelos acompanhantes que prestam assistência a um caso suspeito;
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico, junto dos locais onde há utilização de papel de secagem de mãos;
- Detergente desengordurante e desinfetantes para higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos e utensílios, assim como objetos e superfícies que são mais manuseadas (exemplo: corrimões, maçanetas de portas, botões de elevador, impressora, interruptores, teclados, "rato" de computador, etc.).

6. Caso Suspeito

6.1 Fases de contenção e contenção alargada

- Indivíduos que tenham infeção respiratória aguda com febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Indivíduos que viajaram nos últimos 14 dias, antes do início dos sintomas, para áreas de transmissão ativa;
- Indivíduos que tenham tido contato com caso confirmado ou suspeito da COVID-19 nos 14 dias antes do início dos sintomas;
- Profissionais de saúde ou indivíduo que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados os doentes com COVID-19.

6.2 Fase de mitigação (início a 26/03/2020)

Todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia / dificuldade respiratória, são considerados suspeitos da COVID-19.

7. Procedimentos

7.1 Procedimentos de Prevenção

7.1.1 Higienização das mãos

Todos os trabalhadores docentes e não docentes, estudantes ou outros utilizadores dos campus académicos deverão lavar as mãos frequentemente com água e sabão durante pelo menos 20 segundos (o tempo que demora a cantar os “Parabéns”) com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70% disponíveis em dispensadores em diversos pontos estratégicos das instalações.

7.1.2 Etiqueta respiratória

- tapar o nariz e a boca quando espirrar ou tossir, com um lenço de papel ou com o antebraço, nunca com as mãos, e deitar sempre o lenço de papel no lixo;
- Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto direto com pessoas doentes. Deve lavá-las durante 20 segundos (o tempo que demora a cantar os “Parabéns”) com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70%;

7.1.3 Distanciamento social

- Promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, exceto absoluta necessidade (excetuam-se as atividades letivas e profissionais)
- Evitar cumprimentos com contacto físico;

7.1.4 Máscara cirúrgica

Os casos suspeitos (que apresentem sintomatologia compatível com a COVID-19), os casos confirmados ou os trabalhadores que os acompanhem deverão utilizar máscara cirúrgica e, sempre que possível, garantir as seguintes práticas na sua utilização:

- Higienizar as mãos antes de colocar a máscara e depois de removê-la;
- As máscaras cirúrgicas devem ser substituídas a cada duas horas ou quando estão húmidas no caso suspeito ou no caso confirmado, e descartada no contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico disponíveis nas salas de isolamento

7.2 Como atuar em caso de sintomas da COVID-19 (Coronavírus)

7.2.1 Trabalhador/Estudante com sintomas

Trabalhador ou Estudante que apresente pelo menos um dos critérios clínicos e pelo menos um dos critérios epidemiológicos de infeção por COVID-19,

Critérios Clínicos:

- Febre OU tosse OU dificuldade respiratória;

E

Critérios Epidemiológicos:

- História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa da COVID-19 (China, Coreia do Sul, Singapura, Irão, Japão e norte de Itália) nos 14 dias antes do início dos sintomas; OU

- Contacto com caso confirmado o ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19; OU

- Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

7.2.2 Informar a Chefia Direta/Docente e dirigir-se para a área de “isolamento” criada para o efeito

Qualquer Trabalhador ou Estudante com sinais e sintomas da COVID -19 e ligação epidemiológica, ou que identifique alguém com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deve informar a chefia direta ou o docente responsável (preferencialmente telefonicamente) e deve dirigir-se para a sala de isolamento criada para o efeito:

Campus Universitário de Gandra – Ed. IV, sala 4011

Campus Académico de Famalicão (ESS-VA) – Sala 401

Campus Académico de Penafiel (ESS-VS)– Sala Multiusos

A chefia direta/docente informa a Higiene e Segurança do Trabalho (HST) – Ext. 11105 ou os Seguranças – ext. 11127, que acompanham a ocorrência.

A HST ou os Seguranças informam o Conselho de Administração/as Direções de Escola ou Reitoria do caso.

Em caso de necessidade, (ex. dificuldade de locomoção) prestar o auxílio necessário ao Trabalhador/Estudante na locomoção até à área de isolamento.

Sempre que possível assegurar a distância de segurança do caso suspeito (superior a 1 m).

Quem prestar auxílio ao Trabalhador/Estudante com sintomas, deve previamente colocar máscara cirúrgica e luvas descartáveis, e higienizar as mãos após contacto com o possível infetado.

7.2.3 Trabalhador/Estudante contacta o SNS (808 24 24 24)

O Trabalhador/ Estudante suspeito da COVID-19, já na área de “isolamento”, contacta o SNS24 através do número de telefone 808 24 24 24.

Este Trabalhador/ Estudante deve usar máscara cirúrgica, se a sua condição lhe permitir, máscara esta que deve ser colocada por si próprio.

7.2.4 SNS 24 questiona o Trabalhador/Estudante

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador/Estudante doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito da COVID-19. Após avaliação, o SNS24 informa o Trabalhador/Estudante de como proceder.

7.2.5 Caso não suspeito

O SNS24 define os procedimentos adequados à situação clínica do Trabalhador/Estudante.

O Trabalhador/Estudante contacta a HST (11105) ou os Seguranças (11127) a informar a sua situação clínica.

A HST ou os Seguranças informam o Conselho de Administração/as Direções de Escola ou Reitoria da situação clínica do Trabalhador/Estudante.

A CESPÚ providencia a limpeza e desinfeção da área de "isolamento", do posto de trabalho ou áreas frequentadas pelo Trabalhador/Estudante.

7.2.6 Caso suspeito

O SNS24 contacta a Linha de Apoio ao Médico da Direção-Geral de Saúde (DGS), para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser Não Validado ou Validado.

7.2.7 Caso suspeito não validado

Este caso fica encerrado para COVID-19.

O SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica do Trabalhador/Estudante.

O Trabalhador/Estudante contacta a HST (11105) ou os Seguranças (11127) a informar a sua situação clínica.

A HST ou os Seguranças informam o Conselho de Administração/as Direções de Escola/Reitoria da situação clínica do Trabalhador/Estudante.

No caso de um Trabalhador, a HST/os Seguranças informa o Médico do Trabalho.

A CESPÚ providencia a limpeza e desinfeção da área de "isolamento", do posto de trabalho ou áreas frequentadas pelo Trabalhador/Estudante.

7.2.8 Caso suspeito validado

A DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional.

A HST ou os Seguranças informam o Conselho de Administração/as Direções de Escola/Reitoria da situação clínica do Trabalhador/Estudante.

O trabalhador doente deverá permanecer na área de "isolamento" (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição o permita) até à chegada do INEM.

O acesso dos outros trabalhadores à área de "isolamento" fica interdito (exceto a possíveis trabalhadores designados para prestar assistência).

A CESPÚ colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente.

No caso de se tratar de um Trabalhador, é informado o Médico do Trabalho.

A CESPÚ informa os restantes trabalhadores da existência de caso suspeito validado a aguardar resultados de testes laboratoriais através de e-mail.

7.2.9 INEM transporta caso suspeito para Hospital de referência

O INEM, após ativação pela DGS, assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão recolhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais.

7.2.10 Resultados Laboratoriais negativos

Caso os resultados dos testes laboratoriais sejam negativos, este caso fica encerrado para COVID-19.

O SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica do Trabalhador/Estudante.

O Trabalhador/Estudante contacta a HST (11105) ou os Seguranças (11127) a informar a sua situação clínica.

No caso de um Trabalhador, a HST/os Seguranças informa o Médico do Trabalho.

A HST ou os Seguranças informam o Conselho de Administração/as Direções de Escola/Reitoria da situação clínica do Trabalhador/Estudante.

A CESPU providencia a limpeza e desinfeção da área de "isolamento", do posto de trabalho ou áreas frequentadas pelo Trabalhador/Estudante.

7.2.11 Resultados Laboratoriais positivos – Caso confirmado

Caso os resultados dos testes laboratoriais sejam positivos:

- a área de "isolamento" deve ficar interdita até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local.
- a CESPU providencia a limpeza e desinfeção da área de "isolamento", do posto de trabalho ou áreas frequentadas pelo Trabalhador/Estudante.
- a área de "isolamento" deve ficar interdita até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local.
- a CESPU providencia a limpeza e desinfeção da área de "isolamento", do posto de trabalho ou áreas frequentadas pelo Trabalhador/Estudante.
- os resíduos do caso confirmado são armazenados em saco plástico, fechado com abraçadeira e enviado para tratamento de resíduos hospitalares com risco biológico.

A interdição da área de "isolamento" só é levantada pela Autoridade de Saúde.

Perante um Caso Confirmado, a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a CESPU e o médico do Trabalho, se aplicável, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos do caso confirmado (incluindo os casuais)
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos próximos do caso confirmado.

8. Medidas excepcionais na CESPU

8.1 Atualização de 08/03/2020

Tendo em conta que:

- A zona norte do nosso país, onde se localizam os estabelecimentos de ensino da CESPU, nomeadamente o Instituto Universitário de Ciências da Saúde e o Instituto Politécnico de Saúde do Norte, que integra a Escola Superior de Saúde do Vale do Ave e a Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa, é a região com maior incidência de casos diagnosticados, em particular o Vale do Sousa, eixo nacional mais atingido;
- Os nossos estabelecimentos de ensino ministram exclusivamente cursos superiores de saúde, implicando aulas práticas e estágios em hospitais, centros de saúde e outras unidades clínicas, onde existe elevada probabilidade de se concentrarem as suspeitas e eventuais confirmações de infeção por Covid-19;
- Somos uma instituição com elevado número de alunos provenientes do estrangeiro, em particular de países da Europa com crescente número de infetados;

- Uma grande parte das aulas, em especial as relacionadas com treino de gestos e aquisição de competências práticas proporcionam o contacto físico entre estudantes e entre estudantes e professores;
- Muitos docentes trabalham em instituições de saúde onde a probabilidade de contraírem a doença, podendo ser transmissores durante o tempo de incubação.

O Conselho de Administração da CESPU definiu:

- A suspensão das atividades letivas nos seus estabelecimentos de ensino superior e locais de estágio;
- Os serviços mínimos serão garantidos nos campus académicos de Gandra e Famalicão;
- O encerramento físico do campus de Penafiel;
- O cumprimento das orientações da Direção Geral de Saúde;

Esta paragem letiva manter-se-á até à sexta-feira dia 20 de março, dia em que sairá um comunicado indicando a data do reinício das aulas, e/ou outras medidas consideradas oportunas.

8.2 Atualização de 17/03/2020

Na sequência das medidas extraordinárias de contenção e mitigação do coronavírus aprovadas no Conselho de Ministros do passado dia 12 de Março, são suspensas todas as atividades escolares, letivas e não letivas, presenciais até ao fim das férias da Páscoa, isto é, até ao dia 13 de Abril.

Estando previsto uma reavaliação de situação no dia 9 de Abril, o Conselho de Administração da CESPU, crl, comunicará até essa data as medidas institucionais a adotar no futuro.

- Manter-se-ão os serviços mínimos de acordo com as escalas determinadas pelas chefias;
- A atividade letiva deverá ser garantida por via digital, de acordo com as orientações dos dirigentes dos estabelecimentos de ensino tutelados pela CESPU, Crl.
- Reforçamos a necessidade do cumprimento rigoroso das medidas que visam a contenção da epidemia provocada pelo COVID-19, nomeadamente o isolamento social.

8.3 Atualização de 25/03/2020

O Conselho de Administração definiu e/ou reforçou o conjunto de medidas de prevenção e combate à expansão da COVID-19 conforme definido abaixo:

- A opção pelo teletrabalho, nos casos em que é possível, como modalidade prioritária. Cada departamento/serviço envia ao DRH a modalidade e a planificação do trabalho dos seus colaboradores;
- Suspensão do atendimento presencial dos serviços;
- Nos serviços em que não é possível o teletrabalho e em que existam serviços mínimos a funcionar (apenas os absolutamente necessários), deve-se definir um regime de escalas entre os profissionais dos respetivos serviços, limitando-se a presença no local preferencialmente a um só colaborador, no estrito respeito pelas orientações de isolamento social. Cada departamento/serviço envia ao DRH a escala de trabalho aplicada aos seus colaboradores.

- Suspensão das ações de formação internas no formato presencial, sendo as mesmas substituídas por soluções de formação à distância, mantendo-se a obrigatoriedade de frequência;
- Durante este período de contingência deve existir disponibilidade para auxiliar outros trabalhadores e realizar trabalhos, ainda que não diretamente respeitantes à sua função, desde que os mesmos não impliquem risco para a sua saúde e dos outros nem diminuição da sua condição e sejam afins das suas funções;
- Suspensão de processos presenciais de recrutamento e seleção de pessoal;
- Limitação das deslocações dos trabalhadores ao mínimo necessário e legalmente definido;
- Obrigação de comunicação à entidade patronal de viagens particulares realizadas pelos trabalhadores a regiões afetadas;
- O colaborador que se encontre em isolamento profilático, ou quarentena, por determinação da entidade de saúde (Delegado de Saúde) deve, de imediato, comunicar a situação ao seu superior hierárquico e ao serviço de Higiene e Segurança no Trabalho podendo fazê-lo por via eletrónica ou telefónica. Logo que possível deve remeter ao DRH a declaração de isolamento profilático emitida pelo Delegado de Saúde;
- O colaborador infetado ou com a doença COVID_19, ou alguém em sua representação, deve comunicar ao seu superior hierárquico e ao serviço de Higiene e Segurança no Trabalho podendo fazê-lo por via eletrónica ou telefónica. No mais curto prazo de tempo deve remeter ao DRH o certificado de doença emitido pelo SNS;
- As férias agendadas pelos trabalhadores para gozo, no período agora declarado de emergência e contingência, devem ser remarçadas para outra data;
- Os trabalhadores com direito a "horas de compensação" serão contactados para a melhor gestão das mesmas.

Todos estamos obrigados a cumprir com as prescrições de segurança e saúde que decorrem da lei e apelamos ao seu cumprimento.

Os trabalhadores que necessitem de declaração para se deslocar às instalações da CESP para realizar trabalho ou visita pontual devem pedir a declaração ao respetivo superior hierárquico, que providenciará a obtenção e emissão da mesma.

Os trabalhadores que necessitem de declaração em como estão a executar as suas funções em regime de teletrabalho devem fazer o pedido enviando-o ao departamento de recursos humanos que providenciará a sua emissão,

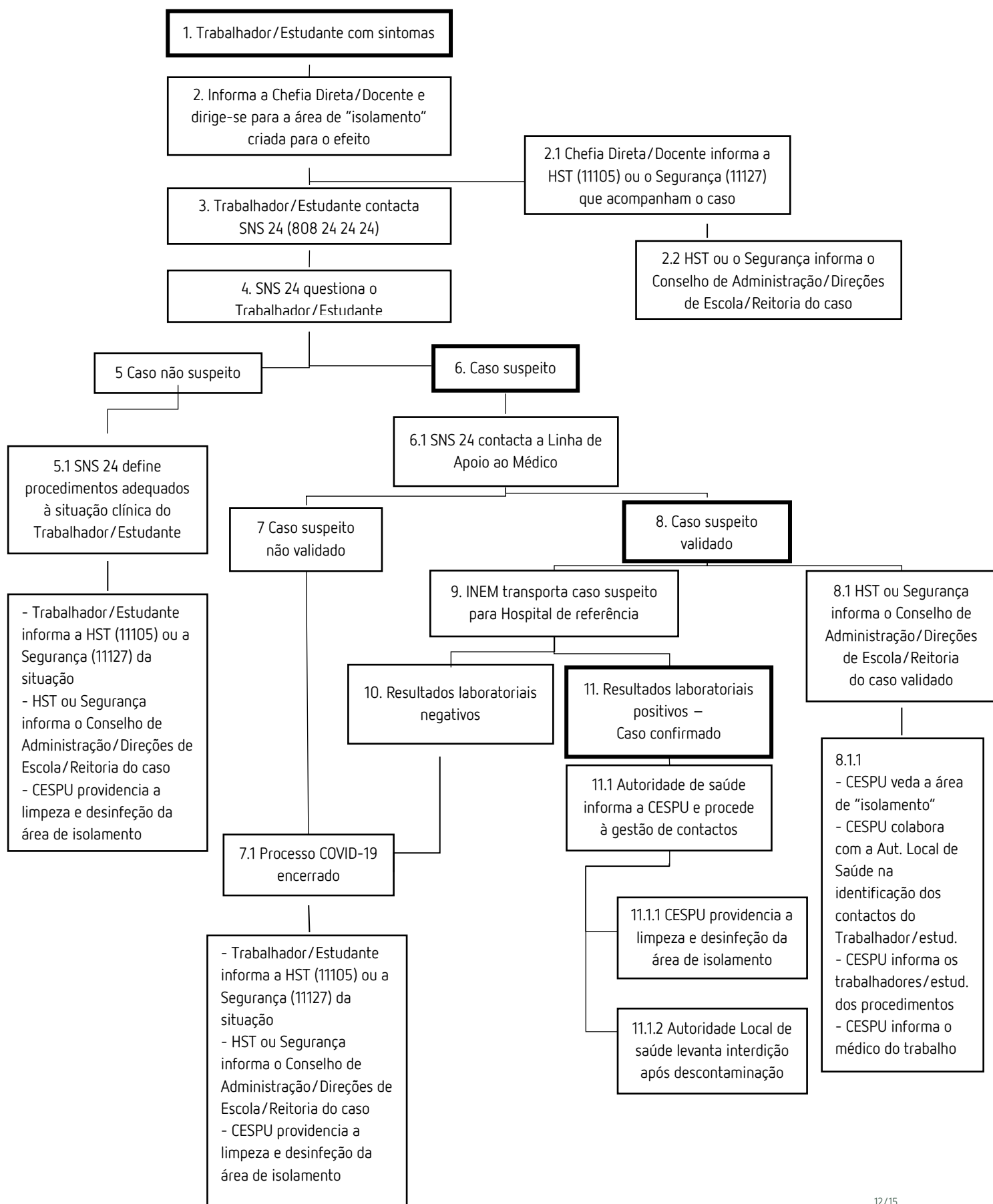
dep.rh@cespu.pt.

9. Informar e Formar os Colaboradores

A comunidade CESP será periodicamente informada sobre:

- Divulgação das orientações/informações/comunicações emanadas pelos Organismos Oficiais, nomeadamente Direção Geral de Saúde, Organização Mundial de Saúde e pelo Prestador de Serviço de Segurança e Saúde no Trabalho.
- Divulgação de orientações e prospetos informativos elaborados internamente.
- Divulgação do Plano de Contingência da CESP.

- Disponibilidade de esclarecer os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, sobre COVID-19, de forma a evitar o medo, a ansiedade; bem como a estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.
- Dar conhecimento de situações de Casos suspeitos e/ou Casos suspeitos validados.

ANEXO I
Fluxograma de Situação de Trabalhador com Sintomas da COVID-19 na CESPU


ANEXO II

Cartaz informativo – Recomendações Gerais

CORONAVÍRUS (COVID-19)

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol -based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE

IF IN DOUBT, CALL

SNS 24 

808 24 24 24



REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE



SNS
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE



120 DGS
1899
Direção-Geral da Saúde



ANEXO III

Cartaz Informativo – Técnica de higiene das mãos com água e sabão

Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



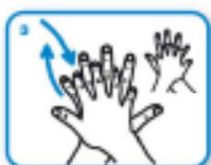
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

ANEXO IV

Cartaz Informativo – Técnica de higiene das mãos

Fricção Anti-séptica das mãos



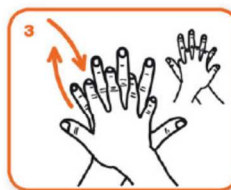
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



1a Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



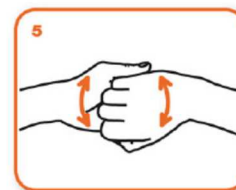
2 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



3 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



4 As palmas das mãos com dedos entrelaçados



5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



6 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



7 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



8 Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.