



[www.cm-coruche.pt](http://www.cm-coruche.pt)

# **Plano de Contingência para a Reabertura da Residência de Estudantes**

## ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO.....	2
2. OBJETIVOS.....	2
3. ÂMBITO DE APLICAÇÃO.....	2
4. COORDENAÇÃO.....	3
5. MEDIDAS GERAIS DE PROTEÇÃO.....	5
6. MANUTENÇÃO DAS SUPERFÍCIES.....	7
7. PROCEDIMENTO COM PESSOA DOENTE OU SUSPEITA DE ESTAR DOENTE POR COVID- 19.....	8
8. DESCONTAMINAÇÃO DO LOCAL DE ISOLAMENTO.....	9

## **1. INTRODUÇÃO**

A Organização Mundial de Saúde e a Direção Geral de Saúde 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, o qual apresenta uma estrutura estratégica e operativa com o objetivo de ajudar a controlar uma situação de emergência e a minimizar as suas consequências negativas. É um documento que apresenta um conjunto de procedimentos alternativos ao funcionamento normal de uma organização, sempre que alguma das suas funções usuais se vê prejudicada por uma contingência interna ou externa.

Face ao atual panorama e provável quadro de continuidade de disseminação do vírus, a resposta a esta ameaça passou pela elaboração de um Plano de Contingência específico para a reabertura da Residência de Estudantes.

## **2. OBJETIVOS**

O presente Plano de Contingência mais não é do que o documento que compila o conjunto de etapas que a Residência de Estudantes adotou; define as responsabilidades aquando de uma emergência, tendo em consideração a possibilidade de ter o efetivo de trabalhadores reduzido por infeção pelo vírus ou por restrições sanitárias locais.

O presente Plano de Contingência pode ser alvo de atualização, de acordo com novas orientações/informações/comunicações emanadas pela Direção Geral de Saúde.

O Plano de Contingência da Residência de Estudantes apresenta um conjunto de procedimentos alternativos ao bom funcionamento do espaço salvaguardando as comunicações necessárias a realizar interna e/ou externamente, nomeadamente clientes e entidades nacionais de saúde.

## **3. ÂMBITO DE APLICAÇÃO**

Este conjunto de regras a seguir, só terá um bom alcance se todos os intervenientes, nomeadamente, estudantes/estagiários, em conjunto com os trabalhadores do Município, em serviço nesses espaços, a quem se aplica este Plano, demonstrarem responsabilidade perante o seu congénere, permitindo dotar os intervenientes de meios de informação, perante a constatação de situações devidamente identificadas e que suscitem a implementação de medidas de mitigação e contingência, obedecendo às recomendações das autoridades de saúde respetivas.

## **4. COORDENAÇÃO**

### **4.1 Coordenador do Plano**

A coordenação do Plano compete à Senhora Vereadora Eng.<sup>a</sup> Fátima Galhardo, coadjuvado por um Grupo de Coordenação constituído pela Dra. Helena Claro, e pelo Coordenador Municipal de Proteção Civil Luís Fonseca, competindo-lhes a ativação e desativação do Plano.

### **4.2 Competências do Grupo Coordenador**

Este Grupo é responsável por:

- a) Definir e acompanhar a estratégia de atuação face ao evoluir da situação;
- b) Coordenar a atuação global;
- c) Gerir o processo de comunicação, nomeadamente promover a divulgação o Plano no site do Município;
- d) Obter e divulgar informação atualizada;
- e) Desenvolver, manter, implementar, rever e propor alterações ao Plano.

### **4.3 Gestor do Plano**

O Coordenador do Plano nomeará um Gestor do Plano, encarregando-se de monitorizar aplicação das normas constantes no presente Plano, informando e reportando dados ao Grupo Coordenador, através da elaboração de relatórios, e sempre que se justifique, sugerir eventuais alterações ao Plano.

### **4.4 Fases do Plano**

O Plano é constituído por três fases:

- 1.<sup>a</sup> Fase** – Fase de Prevenção;
- 2.<sup>a</sup> Fase** – Fase de Alerta;
- 3.<sup>a</sup> Fase** – Fase de Recuperação;

Qualquer uma destas fases poderá sofrer alterações face a eventuais cenários de propagação da Covid-19 ou por determinação da Câmara Municipal de Coruche, Governo ou pela Direção Geral da Saúde;

#### **4.4.1 Fase de Prevenção**

Procedimentos e medidas a implementar:

- a) Proceder à divulgação do Plano de Contingência no site do Município;
- b) Proceder à divulgação e distribuição das regras constantes e essenciais estabelecidas neste Plano;
- c) Estabelecer uma área de confinamento, onde tal seja possível, de forma a reduzir o risco de transmissão, – fazendo cumprir as orientações técnicas da DGS OT2;
- d) Disponibilização de kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19, composto por máscara e solução desinfetante cutânea;
- e) Disponibilizar solução desinfetante cutânea nas entradas e nas saídas da residência;
- f) Reforçar as medidas de limpeza nas instalações sanitárias;
- g) Protocolo para tratamento dos resíduos, em particular no que diz respeito aos equipamentos de proteção individual, procedendo-se à colocação de recipientes pela residência e em especial junto à saída e entrada deste;

#### **4.4.2 Fase de Alerta**

- a) Na eventualidade de confirmação de caso de Covid- 19, com ligação direta à Residência de Estudantes, o Município diligenciará junto do Delegado de Saúde Pública, para analisar e definir em conjunto as medidas a aplicar e a necessidade de encerramento ou não do espaço.
- b) Proceder à divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes, nomeadamente alterações ao Plano ou indicações emanadas pelo Governo ou Direção Geral de Saúde;

#### **4.4.3 Fase de Recuperação**

Esta Fase iniciar-se-á quando se verifique o não aparecimento de novos infetados e a recuperação clínica dos que tenham sido infetados, verificando-se por parte da sociedade em geral um regresso à normalidade, mantendo-se, contudo, algumas medidas até à desativação do Plano, nomeadamente as medidas de limpeza dos espaços comuns, sanitários, proteção individual, deteção e monitorização de potenciais intervenientes infetados e distribuição de informação adequada ao eventual restabelecimento do funcionamento da residência.

## 5. MEDIDAS GERAIS DE PROTEÇÃO

- **Garantir a distância de segurança:** Recomenda-se garantir a distância mínima estabelecida (1,5 – 2 metros) entre os funcionários, hóspedes, redistribuindo os espaços das instalações e organizando a circulação de pessoas.
- **Correta ventilação e desinfeção:** As frequências de limpeza e desinfeção serão ampliadas, principalmente nas áreas de uso compartilhado - cozinha, casas de banho -, bem como nas áreas de maior contacto (superfícies, botões, torneiras, chaves....). Além disso, deve-se garantir uma ventilação adequada em todas as áreas da residência.
- **Comprimento sem contacto físico:** Deve-se evitar o cumprimento com contacto físico, incluindo dar a mão, tanto aos demais integrantes da equipa como aos hóspedes.
- **Medidas de desinfeção:** Na área de entrada, deve ser haver solução desinfetante para as mãos e pulverizador desinfetante para calçados, mochilas, bicicletas, etc. Além disso, recomenda-se colocar tapetes desinfetantes na entrada do estabelecimento.
- **Reserva, check-in online :** sugere-se que a reserva e o check-in sejam feitos online, para evitar contactos desnecessários. No ato do Check-in, deverá ficar registado o nome completo, morada e contacto da pessoa utilizadora de cada quarto.
- **Sem folhetos ou documentos impressos:** deve-se evitar qualquer elemento decorativo nas instalações da residência, assim como folhetos ou outro tipo de material informativo.
- **O acesso ao quarto,** apenas deverá ser feito pelo utilizador do quarto registado.

### 5.1. DORMITÓRIOS INDIVIDUAIS E COMPARTILHADOS

- **Gel desinfetantes:** Nos quartos, devem estar disponíveis soluções hidroalcoólicas.
- **Distância de segurança entre camas e beliches:** A residência deverá reorganizar a disposição das camas e beliches para garantir a distância de segurança mínima, assim como assegurar que a capacidade máxima permitida seja respeitada ( **1 pessoa por quarto**).
- **Roupa de cama Individual:** Nos quartos, a residência disponibilizará lençóis e cobertas ensacadas ou empacotadas. O próprio hóspede deve fazer a sua cama.
- **Ao remover a roupa de cama e atalhados:**
  - Não agitar a roupa de cama;
  - Retirá-la sem a sacudir, enrolando-a no sentido de dentro para fora, fazendo um “embrulho”;

- Não encostar a roupa ao corpo;
- Transportar as roupas e colocar diretamente na máquina de lavar.
- A roupa deve ser lavada à temperatura mais alta que puder suportar– ciclo de desinfecção pelo calor (pelo menos a 60°C durante 30 minutos);

## 5.2 CASAS DE BANHO E CHUVEIROS DE USO COMUM

- Toalhetes de papel para secagem das mãos para a higienização das mãos.
- **Solução Desinfetante:** como no resto dos ambientes da residência, o hóspede deverá ali encontrar um recipiente com solução desinfetante.
- Evitar o uso de tapetes ou outros elementos têxteis comuns.
- Controlo de turnos para evitar aglomerações e respeitar a distância mínima de segurança.
- Uso de calçado apropriado.

## 5.3 COZINHA E REFEITÓRIO

- **Desinfecção da cozinha depois de cada uso:** Deve-se garantir a desinfecção dos utensílios de cozinha, equipamentos (frigoríficos, microondas, etc) e do espaço depois de cada uso. No caso em que não se possa garantir esta limpeza, a cozinha deverá permanecer fechada.
- **Turnos no refeitório:** Deve-se estabelecer um controlo da capacidade máxima do refeitório para garantir a distância de segurança.
- **Gel desinfetante:** Como nos outros ambientes, o hóspede terá ao seu dispor gel desinfetante para facilitar a correta higiene das mãos, assim como toalhetes de papel.
- **Utensílios:** para a utilização da cozinha, os hóspedes deverão trazer os próprios utensílios, nomeadamente talheres, pratos e toalhas.
- **Priorizar embalagens de dose única:** Serão retiradas das mesas qualquer elemento decorativo, e equipamentos de self-service (porta-guardanapos, paliteiros, recipientes para vinagre e azeite, etc), priorizando as embalagens de dose única descartáveis.

## 5.4 ÁREAS DE USO COMUM

- **Soluções desinfetantes:** A residência deve disponibilizar soluções desinfetantes nos locais de passagem e nas instalações de maior uso dos hóspedes.

- Devem ser colocados fora quaisquer produtos e equipamentos deixados pelos clientes que abandonaram a residência.
- Retirar folhetos, livros ou guias para garantir a higiene e as medidas de segurança. Se isso não for possível, a equipa da residência deverá garantir o seu uso informando o hóspede da necessidade de desinfeção de mãos antes e depois da sua consulta.
- Caixotes do Lixo com acionamento não-manual: os caixotes do lixo devem contar com uma abertura de acionamento não-manual e dispor de um saco de lixo interior.
- Informação sobre a correta higienização das mãos junto de cada dispensador;

## 6. MANUTENÇÃO DAS SUPERFÍCIES

O coronavírus (MERS-CoV-2) provavelmente pode sobreviver durante horas em superfícies secas e até 6 dias, em superfícies com humidade;

- A limpeza húmida é sempre preferível, à limpeza a seco;
- Não usar aspirador para limpeza de pisos;
- Não é adequado o uso de aspirador de pó, porque põem em movimento no ar, as gotículas, nas quais o vírus pode estar contido e transformá-las em aerossóis;
- Equipar o pessoal encarregado da limpeza de pisos e superfícies com uma bata impermeável, ou avental de plástico sobre o fardamento, luvas de uso único resistente a líquidos, máscara de tipo cirúrgica;
- Cumprir o seguinte para a limpeza dupla de pisos e superfícies:
  - a) Limpar as superfícies de cima para baixo e no sentido das áreas mais limpas para as mais sujas;
  - b) Usar panos de limpeza de uso único, diferentes e exclusivos para a área do quarto e para as casas de banho;
  - c) O balde e esfregona de limpeza da casa de banho deve ser diferente do balde de limpeza e esfregona a usar no quarto;
  - d) Para lavar as superfícies: pode usar-se detergentes de uso comum;
  - e) Para desinfeção de superfícies: a Organização Mundial de Saúde (OMS) aconselha o uso de lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre, e álcool a 70°, para as superfícies metálicas outras, que não sejam compatíveis com a lixívia, de modo a evitar corrosão ou danificação. No entanto, existem no mercado vários produtos de limpeza e desinfeção de superfícies com ação virucida e que podem ser utilizados, nomeadamente, pastilhas de cloro para diluir na água no momento da utilização; soluções detergentes com desinfetante na composição (efeito 2 em 1), quer em apresentação de spray, líquida ou outra ou toalhetes humedecidos em desinfetante para a limpeza rápida de algumas superfícies de toque frequente.

- **Para a desinfeção comum de superfícies:** lavar primeiro com água e detergente; aplicar a lixívia diluída em água na seguinte proporção: uma medida de lixívia em 49 medidas iguais de água; deixar atuar a lixívia durante 10 minutos; enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar;
- As instalações sanitárias devem ser lavadas e desinfetadas com um produto de limpeza misto que contenha em simultâneo detergente e desinfetante na composição, por ser de mais fácil e rápida aplicação e ação;
- Também o mobiliário e alguns equipamentos poderão ser desinfetados após a limpeza, com toalhetes humedecidos em desinfetante ou em álcool a 70°;
- Limpar primeiro o mobiliário do quarto;
- Limpar paredes até à altura do braço.
- Retirar os cortinados e enviar para lavar, incluindo o cortinado da casa de banho;
- **Lavar a casa de banho**, começando pelas torneiras, lavatórios e ralos destes, passar depois ao mobiliário, de seguida a banheira ou chuveiro, sanita e bidé;
- O mesmo procedimento repete-se para o chuveiro, não esquecendo de limpar bem o chuveiro, desenroscar a cabeça do mesmo e lavar e desinfetar;
- **Sanita:** aplicar o produto que tem a função de detergente e desinfetante em simultâneo, no interior e exterior da sanita; deixar atuar o produto durante 10 minutos para que faça o efeito desejado, esfregar bem por dentro com o piaçaba, descarregar a água com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo; pôr o piaçaba a escorrer; lavar e desinfetar o suporte do piaçaba;
- Com outro pano limpo de uso único, lavar a parte externa da sanita, começando pelo tampo (o menos sujo), seguindo-se a parte de cima da sanita e todas as partes exteriores com o mesmo detergente/desinfetante; passar depois só com água quente e deixar secar;
- Por fim, lavar o chão das instalações;
- Abrir as janelas da área e deixar secar ao ar.

## **7. PROCEDIMENTO COM PESSOA DOENTE OU SUSPEITA DE ESTAR DOENTE POR COVID- 19**

- A pessoa doente não deve sair da Residência.
- Deve permanecer no seu quarto e ligar aos profissionais da área administrativa da Residência, para que liguem para a linha SNS24 (808 24 24 24) que avaliará o caso e contactará com a Autoridade Local de Saúde;
- Não se deve dirigir ao centro de saúde, a consultório privado ou à urgência do hospital;
- Aguardar as instruções dos profissionais de saúde que o vão atender e a decisão clínica.

- Existirá em cada quarto um Kit de Caso Suspeito, constituído por máscara, luvas e óculos, que o suspeito colocará.
- A Autoridade Local de Saúde poderá optar por enviar a pessoa para o Hospital de referência da área ou não, dependendo da situação clínica do doente.
- Nos casos suspeitos de COVID-19, os profissionais de limpeza e roupa devem aguardar o resultado do diagnóstico laboratorial de confirmação do caso suspeito ou não, antes de iniciar os procedimentos de remoção da roupa e a limpeza.

## **8. DESCONTAMINAÇÃO DO LOCAL DE ISOLAMENTO**

- Proceder-se-á sempre à descontaminação da área de isolamento sempre que haja casos positivos de infeção e ao reforço da limpeza e desinfeção sempre que haja doentes suspeitos de infeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo mesmo, conforme indicações da Direção-Geral da Saúde.
- Os resíduos produzidos pelos doentes suspeitos de infeção serão armazenados num saco de plástico, fechado, que será segregado e enviado para o operador licenciado de gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.