

# PLANO DE CONTINGÊNCIA AME - 2020

A AME- Associação Mutualista dos Engenheiros preparou um Plano de Contingência para atender ao surto de COVID 19 que afeta Portugal e o mundo.

Este Plano de Contingência para COVID-19 será acionado quando nas instalações da AME se estiver na presença de utente e/ou trabalhador suspeito de infecção por SARS-CoV-2.

## 1- TRANSMISSÃO DA INFECÇÃO

O vírus do COVID-19 pode transmitir-se das seguintes formas:

- por gotículas respiratórias produzidas por pessoa infetada quando tosse, espirra ou fala;
- pelo contacto direto com secreções infeciosas
- pelo contacto das mãos com uma superfície ou objeto que possa estar contaminado
- por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micrón).

## 2- PERÍODO DE INCUBAÇÃO DO VIRUS

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde.

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

## 3- CONDIÇÕES PARA UTILIZAÇÃO DO SERVIÇO DE SAÚDE DA AME

Todos os utentes do serviço de saúde da AME devem usar uma máscara cirúrgica.

A máscara deverá ser colocada pelo próprio utente antes de entrar nas instalações da AME.

Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada.

Sempre que a máscara estiver húmida, o utente deve substituí-la por outra.

## 4- PRINCIPAIS SINTOMAS DO VIRUS

Os sintomas deste vírus são semelhantes a uma gripe, destacando-se sobretudo:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

## 5- MEDIDAS DE PREVENÇÃO DAS INSTALAÇÕES

A AME implementou as seguintes medidas:

- A Receção da AME dispõe duma barreira física de vidro separadora entre os utentes e os trabalhadores;
- Disponibilização de solução antisséptica de base alcoólica na receção, em todos os gabinetes médicos, nas salas de espera e na área de "isolamento".
- Máscaras cirúrgicas para utilização do paciente e/ou trabalhador.
- Luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência aos pacientes.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA AME - 2020

- Toalhete de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutras locais onde seja possível a higienização das mãos.
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra).
- Limpeza e desinfeção com um detergente desengordurante seguido de desinfetante, das superfícies e dos diversos equipamentos e utensílios, assim como dos objetos (ex. maçanetas de portas, canetas, lápis, teclados de computador, etc).

## 6- MEDIDAS DE PREVENÇÃO E HIGIENE INDIVIDUAL

Recomenda-se que utentes e trabalhadores sigam as seguintes medidas de higiene:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos.
- Desinfeção das mãos entre lavagens com a solução antisséptica de base alcoolica referida no ponto 5.
- Usar lenço de papel (de utilização única) para se assoar.
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida.
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

## 7- ÁREA DE ISOLAMENTO

A “área de isolamento” tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto do utente ou trabalhador doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes utentes e/ou trabalhadores.

A “área de isolamento” fica no gabinete designado como nº 1, que está devidamente sinalizado.

Para chegar à dita área o utente e/ou trabalhador passa pela porta de entrada do 3ºEsq e entra na primeira porta à esquerda onde fica o gabinete.

Quem acompanhe o utente ou trabalhador com sintomas à área de isolamento, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, nomeadamente o uso obrigatório de máscara e o uso de luvas. A pessoa que acompanha os utentes (Ponto Focal) é a trabalhadora Sra. D. Sónia Coelho ou na falta desta, a Sra. D. Patrícia Gomes.

Sempre que possível deve ser assegurada a distância de segurança superior a 2 metros.

Nas situações necessárias de dificuldade de locomoção do utente o trabalhador assegura que seja prestada, a assistência adequada ao utente até à “área de isolamento”.

Esse gabinete tem ventilação natural e sistema de ventilação mecânica, os revestimentos são lisos e laváveis, telefone, cadeira e marquesa, água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos com abertura não manual e saco de plástico, solução antisséptica de base alcoólica (disponível no interior e à entrada desta área), toalhetes de papel, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis e termómetro.

## PLANO DE CONTINGÊNCIA AME - 2020

Na proximidade deste gabinete existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do utente/trabalhador com sintomas/caso suspeito.

### 8- PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO

De acordo com a Direção Geral de Saúde, define-se como caso suspeito a pessoa que apresenta critérios clínicos de infecção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

O trabalhador ou utente que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, deverá dirigir-se para a “área de isolamento” da AME, definida neste Plano de Contingência.

O utente ou trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na “área de isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24).

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o utente ou trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS informa o utente ou trabalhador:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19, define os procedimentos adequados à situação clínica.
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19, o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

- Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19.
- O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do paciente ou trabalhador.
- Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

### 9- PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO VALIDADO

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

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

- Se o caso for não confirmado este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais 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 interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local.
- Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA AME - 2020

## 10- PROCEDIMENTO NO CASO DE UM TRABALHADOR CONFIRMADO

Todos os trabalhadores devem reportar à sua chefia, uma situação de doença enquadrada com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19. O trabalhador que se confirme ser portador do COVID19, fica em casa o tempo designado pela DGS. O trabalhador não se deve deslocar a AME pelo menos durante os 14 dias subsequentes. Deve restringir o contacto social ao indispensável. Deverá ter acompanhamento da situação pelo médico da medicina do trabalho.

## 11- MEDICINA DO TRABALHO

Saniwork Segurança e Saúde no trabalho  
Rua Alexandre Herculano, nº 52, Bloco A, Escritório 1,  
2605 – 015 Belas  
Tel: 214 935 096  
geral@saniwork.pt

## 12- SERVIÇO DE SAÚDE COM TELECONSULTAS

A AME deverá preparar-se para providenciar aos seus Associados e utentes do Serviço de Saúde, um serviço de Teleconsultas que permita a realização das consultas sem a presença física dos utentes nas instalações da AME.

Os Médicos do Serviço de Saúde poderão deslocar-se à AME para providenciar as Teleconsultas, ou se o preferirem realizar as consultas a partir de casa.

Os trabalhadores da AME poderão, se necessário, trabalhar a partir de casa, providenciando-se o reencaminhamento de chamadas dos utentes e dando resposta por email às solicitações dos Associados e seus familiares.

## 13- PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, deve identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais).

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 do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

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

1. “Alto risco de exposição”, é definido como:

- Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso.
- Trabalhador ou Utente que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado.
- Trabalhador 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.

## PLANO DE CONTINGÊNCIA AME - 2020

2. "Baixo risco de exposição" (casual), é definido como:

- Trabalhador ou Utente 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).
- Trabalhador que prestou assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; e 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 efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, 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).

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia20 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 trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar os "Procedimentos num Caso Suspeito", estabelecidos.
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

### 14- DIFUSÃO DO PLANO DE CONTIGÊNCIA

Este Plano de Contingência foi apresentado a todos os trabalhadores da AME, para esclarecimento mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado estes terem conhecimento das medidas de prevenção implementadas, e por outro poderem transmitir aos utentes as condições de utilização do serviço de saúde.

Lisboa, 9 de Março de 2020

*João Almeida Fernandes*