Plano de Contingência para prevenção de transmissão da infeção humana pelo coronavírus
(COVID-19)

Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa

ICS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS

Índice

1. Enquadramento 3
2. Objetivos do Plano de Contingência 3
3. Orientações e Medidas específicas para a comunidade ICS-ULisboa 4
4. Aplicação de Plano de Contingência no ICS 5
4.1 Procedimentos básicos a adotar por toda a Comunidade ICS 5
4.2. Procedimentos a adotar perante um caso suspeito 5
Como identificar se é ou não um caso suspeito? 5
O que fazer? 6
Sala de isolamento 6
4.3. Procedimentos a adotar perante um caso validado 7
4.4. Limpeza e Higienização do local de trabalho do doente 7
4.5. Limpeza e Higienização da Sala de Isolamento 8
4.6. Limpeza e higienização geral do ICS 8
a. Limpeza das maçanetas das portas dos seguintes espaços 8
b. Limpeza das seguintes superfícies de risco 9
c. Ventilação natural dos seguintes espaços 9
d. Reposição do líquido de lavagem de mãos e desinfetantes em 9
5. Definição de Responsáveis do Plano de Contingência do ICS-ULisboa 9
6. Nota final 10

1. Enquadramento

Na sequência das orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS), da Direção-Geral da Saúde (DGS) e do Plano de Contingência da Universidade de Lisboa, o ICS-ULisboa elaborou um Plano de Contingência para o COVID-19 que define os procedimentos a adotar pelos membros do Instituto face à possibilidade de infeção pelo COVID-19. As linhas de orientação geral deste Plano serão alvo de revisão sempre que surjam novas orientações da Direção Geral de Saúde, da Reitoria da Universidade de Lisboa ou de outras entidades competentes.

Para informação adicional, sugere-se a consulta dos seguintes sites e documentos:

Direção-Geral de Saúde: https://www.dgs.pt/
Universidade de Lisboa: https://www.ulisboa.pt/info/covid-19-informacoes
COVID-19 CORONAVIRUS OUTBREAK: https://www.worldometers.info/coronavirus/#countries
e ainda a
Orientação n.º 6/2020, emitida pela Direção Geral de Saúde: https://www.dgs.pt/saude-ocupacional/documentos-so/orientacao_06_2020-pdf.aspx

2. Objetivos do Plano de Contingência

O Plano de Contingência, destinado a manter a atividade do ICS e a salvaguardar a saúde e o bem-estar dos seus membros, consiste num conjunto de medidas e ações que deverão ser adotadas por todos. Enquanto instituição responsável, o ICS tem um papel muito importante na prevenção de uma infeção desta natureza, devido à possibilidade elevada de contágio e à rápida propagação deste tipo de vírus.

Entre as medidas salientam-se as que visam informar a comunidade ICS relativamente à adoção de comportamentos preventivos adequados e as que se destinam a implementar procedimentos de higienização e limpeza do Instituto.

3. Orientações e Medidas específicas para a comunidade ICS-ULisboa

Tendo como objetivo a contenção da propagação do COVID-19, são adotadas as seguintes medidas:

- **Estão suspensas todas as deslocações em serviço ao estrangeiro a partir do dia 9 de março, por um período previsível de três meses.** A autorização para deslocações em serviço fora do país, consideradas imprescindíveis e inadiáveis, a realizar a partir dessa data, serão objeto de decisão da Diretora do ICS, proferida caso a caso, no seguimento de requerimento devidamente fundamentado. Não serão autorizadas as deslocações em serviço ao estrangeiro para países com transmissão ativa do COVID-19. A lista dos países onde se verifica transmissão ativa do novo coronavírus é objeto de atualização diária no site da DGS (https://www.dgs.pt/corona-virus); Poderá, igualmente, consultar a situação atual dos países com casos de COVID-19 no link https://www.worldometers.info/coronavirus/#countries

- **Serão cancelados, ou adiados, todos os encontros científicos em que o número de participantes seja superior a 50**. A autorização para a realização deste tipo de iniciativas, consideradas imprescindíveis e inadiáveis, a realizar no ICS a partir de 9 de março, será objeto de decisão da Diretora do ICS, proferida caso a caso, no seguimento de requerimento devidamente fundamentado. As atividades de pós-graduação e as provas académicas não são abrangidas por esta disposição. Recomenda-se, contudo, a não realização de seminários ou workshops que, pelo envolvimento de intervenientes internacionais, ou pela elevada acumulação de participantes, possam constituir risco de transmissão. Sempre que possível, deve ser dada prioridade à utilização de meios de trabalho à distância no contacto com pessoas provenientes de locais com transmissão ativa na comunidade.

- **Os membros da comunidade e investigadores visitantes do ICS-ULisboa, que tenham estado em locais onde se verifica transmissão ativa do novo coronavírus, devem respeitar um período de quarentena de 14 dias** e:
    - Estar atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
    - Verificar se alguma das pessoas com quem conviveu de perto desenvolveu sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
    - No início do período de quarentena devem informar o Serviço de Recursos Humanos (rh@ics.ulisboa.pt)
    - Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nas pessoas próximas) não deverão deslocar-se de imediato aos serviços de saúde, mas ligar para a linha saúde 24 (808 24 24 24). Contactar ainda, no ICS, o Coordenador Executivo da equipa responsável pelo acompanhamento do Plano de Contingência através do e-mail antonio.martinho@ics.ulisboa.pt (extensão

32235), com conhecimento para o Serviço de Recursos Humanos rh@ics.ulisboa.pt (extensão 32220).

- **Em caso de aparecimento de sintomas, os membros da comunidade ICS deverão permanecer em casa**, contactar a linha saúde 24 (808 24 24 24) e , no ICS, informar o Coordenador Executivo da equipa responsável pelo acompanhamento do Plano de Contingência através do e-mail antonio.martinho@ics.ulisboa.pt (extensão 32235), com conhecimento para o Serviço de Recursos Humanos rh@ics.ulisboa.pt (extensão 32220).

4. Aplicação de Plano de Contingência no ICS

4.1 Procedimentos básicos a adotar por toda a Comunidade ICS

- Procedimentos de higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos e/ou utilizar o desinfetante disponibilizado nas instalações sanitárias e nos pontos de desinfeção instalados no ICS). Junto do terminal de leitura biométrica desinfetar sempre as mãos antes e depois da leitura.
- 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 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 restantes membros da comunidade ICS).

4.2. Procedimentos a adotar perante um caso suspeito

Como identificar se é ou não um caso suspeito?

- Febre alta confirmada (≥ 38º)
- Tosse
- Dor de garganta
- Dores musculares
- Dores articulares
- Dores de cabeça
- Dificuldades respiratórias
- Náuseas, vómitos, e ou diarreia
- Verificar se alguma das pessoas com quem conviveu de perto desenvolveu sintomas como febre, tosse ou dificuldade respiratória.

O que fazer?

Qualquer membro da Comunidade que se encontre no ICS, e manifeste sinais e sintomas de COVID-19, deve contactar imediatamente as responsáveis abaixo indicadas por telefone, e depois dirigir-se para a ***sala de isolamento*** (sala 1.02, piso 1).

Dr.ª Tânia Almeida: tania.almeida@ics.ulisboa.pt
Extensão: 32237

Dr.ª Paula Costa: paulacosta@ics.ulisboa.pt
Extensão: 32229/32232

Sala de isolamento

O ICS tem disponível uma **Sala de Isolamento** no piso 1 (sala 1.02), que será utilizada pelos membros da comunidade sempre que exista uma suspeita de infeção pelo COVID-19. Dentro da sala encontra-se um kit de proteção individual com máscara e luvas descartáveis, termómetro, solução antissética para desinfeção, garrafas de água e comprimidos de paracetamol.
Uma vez chegado à Sala de Isolamento, o procedimento a adotar é o seguinte:

O doente deverá seguir as instruções que estão disponíveis:

- Verificar a Temperatura e tomar os comprimidos de PARACETAMOL, caso se confirme a febre.
- Deve usar as luvas e a máscara, verificando se a mesma se encontra bem ajustada (ajustar a máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face). Sempre que a máscara estiver húmida deverá ser substituída por outra.
- Sempre que substituir as luvas, máscaras e outros materiais que possam estar contaminados (lenços de papel descartáveis, toalhetes) deve depositá-los dentro de contentor de lixo com pedal existente no interior da sala. O contentor estará devidamente forrado com saco de cor branca e identificado;

Na sala existe um telefone com ligação externa para que a pessoa em isolamento possa entrar em contacto de imediato com a Linha Saúde 24 – 808 24 24 24, dando conta do seu estado de saúde. O profissional de saúde do SNS 24 questionará o doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após a avaliação, o SNS 24 informará o doente:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: definirá os procedimentos adequados à situação clínica do doente.

- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS contactará a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção Geral da Saúde, para validação da suspeição. O resultado desta validação poderá ser:

a) Caso suspeito Não Validado - este fica encerrado para o COVID-19. O SNS 24 definirá os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do doente. O doente informará os Responsáveis pelo Plano de Contingência da não validação, e este último deverá informar a administração;
b) Caso suspeito Validado - a DGS ativa o INEM e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão dos contactos. Neste caso, o doente deverá permanecer na área de "isolamento" (com máscara, desde que a sua condição o permita) até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), que assegurará o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais.

Enquanto aguarda a chegada dos meios externos de emergência médica ou orientações da Saúde 24, deverá permanecer dentro da sala, evitando qualquer contacto com colegas ou outros, mantendo a porta fechada, evitando as deslocações dentro das instalações do edifício. O acesso a esta sala por qualquer outra pessoa ficará interditado.

4.3. Procedimentos a adotar perante um caso validado

A DGS informará a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, a qual por sua vez os reportará à Autoridade de Saúde Local.
A Autoridade de Saúde Local informará a Diretora dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso não for confirmado, este fica encerrado para o COVID-19, aplicando-se os procedimentos habituais em caso de doença, incluindo a limpeza e desinfeção, sendo desativadas as medidas do Plano de Contingência.
- Se o caso for Confirmado, a Equipa do Plano de Contingência deverá providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de "isolamento". Caso não venham a ser definidas outras orientações pela DGS, a área de isolamento deverá ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local, cabendo a esta comunicar à DGS informações sobre as medidas implementadas nas Instalações/edifício e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

4.4. Limpeza e Higienização do local de trabalho do doente

Sempre que seja dada indicação para que se proceda à higienização de um espaço, devido à presença de presumível infetado com COVID-19, o piquete de limpeza deverá deslocar-se ao local e realizar as seguintes tarefas:

- Proceder à abertura das janelas no local, fechando a porta (sempre que possível) para promover a ventilação natural.

- Proceder à limpeza geral do espaço, incluindo as maçanetas e puxadores das portas e janelas, as mesas, os computadores (monitores, teclados, ratos), caso existam, etc.
- Trocar o saco do caixote do lixo.
- Proceder à lavagem do chão.

Para a realização destas tarefas deverá ser considerado o seguinte:

- A limpeza deverá ser efetuada utilizando luvas, máscara de proteção e bata descartável.
- O pano de limpeza utilizado destina-se apenas a este procedimento.
- Para esta limpeza será utilizado o líquido desinfetante.

4.5. Limpeza e Higienização da Sala de Isolamento

Depois do doente abandonar a Sala de Isolamento, a limpeza deverá ser feita do seguinte modo:

- Proceder à abertura das janelas no local, fechando a porta para promover a ventilação natural.
- Proceder à limpeza de todo o mobiliário existente, nomeadamente cadeira, telefone e restantes superfícies.
- Substituir o saco do caixote do lixo. Armazenar os resíduos do Caso confirmado em saco plástico de cor branco (com espessura de 50 a 70 micron) que, após ser devidamente fechado (ex: com abraçadeira), deve ser depositado em contentor do grupo III (risco biológico) e encaminhado para destino final adequado por operador licenciado para a gestão de Resíduos Hospitalares Perigosos.
- Proceder à lavagem do chão.

Para a realização destas tarefas deverá ser considerado o seguinte:

- A limpeza deverá ser efetuada utilizando luvas, máscara de proteção e bata descartável.
- O pano de limpeza utilizado destina-se apenas a este procedimento.
- Para esta limpeza será utilizado o líquido desinfetante.

4.6. Limpeza e higienização geral do ICS

Todas as tarefas de limpeza e de higienização do ICS serão realizadas pela equipa de limpeza. Como ação preventiva, e para além das normais medidas de higienização, os serviços de limpeza do ICS deverão realizar as seguintes tarefas, duas vezes por dia, durante o horário laboral (9h – 16h):

a. Limpeza das maçanetas das portas dos seguintes espaços

- Gabinetes da Direção (piso 1)
- Serviços de Recursos Humanos, Contabilidade, Biblioteca, Sala de Doutorandos (piso 1)
- Gabinetes Técnicos situados (piso 2)
- Salas de utilização coletiva (Auditório, Sala Polivalente, Salas de Aulas, Salas de Reunião)
- Instalações Sanitárias (em todos os pisos)
- Entrada do edifício (inclui limpeza das superfícies de vidro e puxadores)

b. Limpeza das seguintes superfícies de risco

- Balcão da Receção
- Balcão da Contabilidade
- Balcão e mesas de consulta na Biblioteca
- Balcão e respetivas mesas de refeição do Bar
- Mesas das Salas de Aula e Sala Polivalente
- Corrimãos da escada de acesso aos pisos 1 e 2
- Botões de chamada interiores e exteriores dos elevadores.

c. Ventilação natural dos seguintes espaços

- Átrios e corredores de todos os pisos
- Biblioteca
- Salas de Aula, após utilização
- Sala Polivalente, após utilização

d. Reposição do líquido de lavagem de mãos e desinfetantes em

- Instalações Sanitárias
- Ponto de Higienização e desinfeção

5. Definição de Responsáveis do Plano de Contingência do ICS-ULisboa

Para aplicação e monitorização do Plano de Contingência foi criada uma equipa que acompanhará e executará as ações e medidas nele apresentadas.

A Direção do ICS-ULisboa designou um grupo de pessoas responsáveis que deverão atuar e implementar as ações bem como acompanhar os colaboradores que apresentem sintomas do COVID-19.

A responsável pelo Plano de Contingência do ICS, perante as entidades competentes (DGS e demais instituições aplicáveis à Administração Pública em Geral) e perante a Reitoria da Universidade de Lisboa é a Diretora (diretora@ics.ulisboa.pt).

O responsável executivo pelo Plano de Contingência é o Diretor Executivo do ICS (antonio.martinho@ics.ulisboa.pt) . A equipa responsável pela implementação do Plano e pelo acompanhamento dos membros da Comunidade ICS é composta por:

Recursos Humanos: Dr.ª Mafalda Viera - mafalda.vieira@ics.ulisboa.pt
Gestão Financeira: Dr.ª. Andrea Rojão Silva - andrea.silva@ics.ulisboa.pt
Gestão de I&D: Dr.ª. Eugénia Rodrigues - eugenia.rodrigues@ics.ulisboa.pt
Gestão Académica: Dr.ª. Goretti Matias - goretti.matias@ics.ulisboa.pt
Biblioteca: Dr.ª Paula Costa - biblioteca@ics.ulisboa.pt

As responsáveis pelo acompanhamento dos membros internos e externos, em caso de manifestação de sintomas e posterior encaminhamento para a sala de isolamento são:

Dr.ª Tânia Almeida: tania.almeida@ics.ulisboa.pt
Extensão: 32237

Dr.ª Paula Costa: paulacosta@ics.ulisboa.pt
Extensão: 32229/32232

6. Nota final

- A Diretora e o Conselho de Gestão do ICS agradecem a colaboração e a compreensão de todos os membros do ICS perante as medidas adotadas e encontram-se disponíveis para esclarecer qualquer dúvida relacionada com o Plano de Contingência.
- Quaisquer alterações às medidas específicas indicados neste Plano serão imediatamente comunicadas.

Lisboa, ICS, 6 de março de 2020