

2

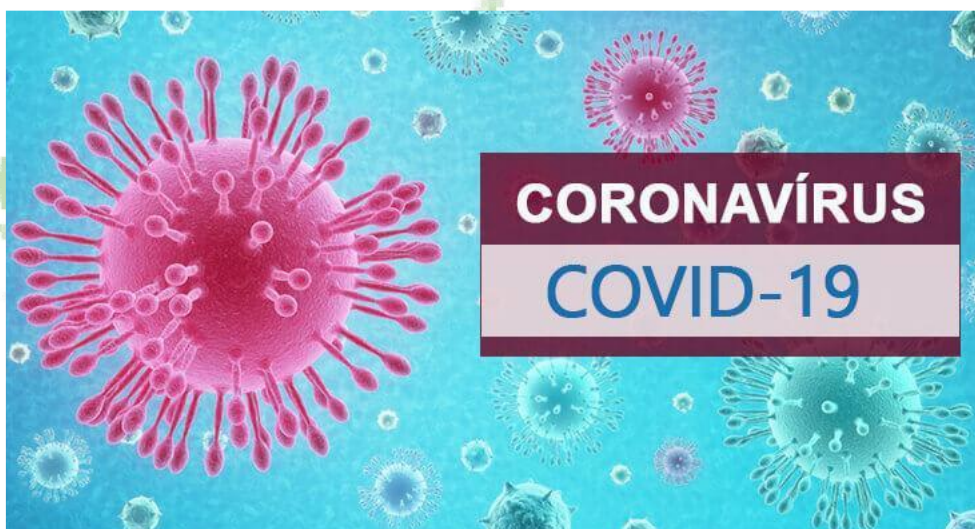


CEIS20  
CENTRO DE ESTUDOS  
INTERDISCIPLINARES  
DO SÉCULO XX  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

# Plano de Contingência

## COVID-19

(versão – 26/05/2020)



**Centro de Estudos Interdisciplinares do Século XX (CEIS20)**  
**Unidade Orgânica - IIIUC – Universidade de Coimbra**

**Mai 2020**

RUA FILIPE SIMÕES, 33  
TELEF: 239 70 88 70 - FAX: 239 70 88 71  
3000-186 COIMBRA

E-MAIL: [CEIS20@ci.uc.pt](mailto:CEIS20@ci.uc.pt)  
[HTTP://WWW.UC.PT/CEIS20](http://www.uc.pt/ceis20)



## Índice

1. Enquadramento .....	3
1.1. O que é o Corona Vírus – Covid-19 .....	3
1.2. Principais sintomas.....	3
1.3. Tempo de incubação e formas de manifestação .....	4
2. Plano de Contingência.....	5
2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de elementos da comunidade do Centro de Investigação pode causar no seu funcionamento. ....	5
2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19.....	5
2.3. Medidas de isolamento: .....	7
3. Definição de responsabilidades .....	9
4. Procedimentos num caso suspeito .....	11
5. Procedimentos perante um Caso suspeito validado.....	13



## 1. Enquadramento

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

Este documento cumpre o disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por plano de contingência, e tem por base a estrutura proposta pela DGAEP.

### 1.1. O que é o Corona Vírus – Covid-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta) e dores musculares generalizadas.

### 1.2. Principais sintomas

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

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



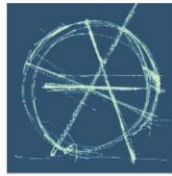
Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

### 1.3. Tempo de incubação e formas de manifestação

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).



## 2. Plano de Contingência

### 2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de elementos da comunidade do Centro de Investigação pode causar no seu funcionamento.

Os efeitos que a infeção de investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes pode causar no Centro de I&D são os seguintes, após validação dos serviços de saúde:

- suspensão das atividades sempre que se observe contacto direto com o infetado durante o período de incubação (isolamento social);
- encerramento de serviços no caso de um dos investigadores, trabalhadores e visitantes do CEIS20 ser infetado;
- encerramento do edifício do CEIS20 no caso de infeção.

### 2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19

#### 2.2.1. Higiene pessoal e do ambiente do Centro de I&D

##### Limpeza dos espaços:

Deve ser efetuada conforme um plano de limpeza, do qual se salienta:

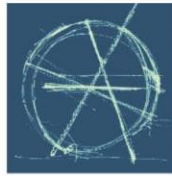
- Limpeza e arejamento das salas durante e após cada utilização;
- Limpeza das mesas dos investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes, teclados e rato dos computadores utilizando detergente desengordurante, seguido de desinfetante;



- Aumento do número de vezes em que são limpas as superfícies de trabalho, maçanetas das portas, corrimãos, teclados e ratos de computadores, interruptores, utilizando preferencialmente detergente desengordurante, seguido de desinfetante;
- Manter portões, e portas abertas de forma a evitar o toque frequente em superfícies;
- Privilegiar a renovação frequente do ar, preferencialmente com portas e janelas abertas bem como durante a limpeza diária dos diferentes espaços;
- Colocação e manutenção de dispositivos com soluções de limpeza das mãos à base de álcool, em espaços que não possibilitem a lavagem das mãos e no espaço de isolamento, nomeadamente nas duas entradas do CEIS20, entrada das salas de trabalho, serviços administrativos, e sala de seminários;
- Manutenção em todas as casas de banho de dispositivos de sabonete líquido e toalhetes de papel;
- Lavagem e desinfeção regular dos recipientes.

### Higiene das mãos:

- Fazer higienização das mãos à entrada e à saída do CEIS20, bem como à entrada e saída das salas de trabalho com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos. Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas; usar toalhetes descartáveis para limpar as mãos.
- Usar lenços 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.

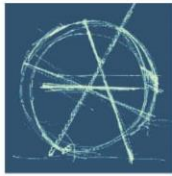
### **2.2.2. Medidas de distanciamento social:**

- Prescindir de cumprimentos por beijos e abraços
- Obrigatoriedade de utilização de máscaras para acesso e permanência no CEIS20, pelos investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes, de acordo com a legislação vigente;
- Evitar o contacto com outras pessoas quando se tem algum sintoma de possível infeção.
- Manter, no mínimo, uma distância de segurança de 2 metros dentro e fora do edifício do CEIS20.
- Circular pelos circuitos definidos de entrada e saída do CEIS20, e de circulação no espaço do Centro de forma a impedir um maior cruzamento de pessoas;
- Não partilhar material (canetas, réguas, etc.) nem objetos pessoais;
- Não partilhar alimentos e não utilizar os mesmos recipientes (copos, talheres, etc.).

### **2.3. Medidas de isolamento:**

#### **2.3.1. Sala de “isolamento”**

A sala de “isolamento” encontra-se no piso de entrada, na sala designada de “Sala de Direção do CEIS20”.



### 2.3.2. Procedimentos específicos

Os Investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes devem dirigir-se de forma autónoma aos locais de isolamento e executar as orientações aí existentes.

Nas situações de dificuldade de locomoção em que o investigador, trabalhador não investigador, doutorando e visitante com sintomas necessite de acompanhamento, deve ser auxiliado pelo funcionário a quem se dirigiu. Sempre que possível deve assegurar-se a distância de segurança (superior a dois metros) do doente.





### 3. Definição de responsabilidades

Todos os trabalhadores investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes devem reportar ao Coordenador Científico uma situação de doença enquadrada como “trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19”.

Os investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se no edifício do CEIS20. Devem contactar a linha SNS24 (808 24 24 24).

Esta informação será transmitida pelo Coordenador Científico do CEIS20 à Diretora da Unidade Orgânica (IIIUC), Prof. Doutora Cláudia Cavadas e ao Delegado de Saúde local fornecendo os dados (nome, data de nascimento, contacto telefónico) das pessoas que integram o Centro de I&D - investigadores, trabalhadores não investigadores e doutorandos.

#### Identificação dos profissionais de saúde e seus contactos

Dra. Maria Alcina Gomes Silva, Delegada de Saúde Coordenadora do ACES Baixo Mondego

Contacto: 910 018 669

#### 3.1 Equipamentos e produtos disponibilizados

- Máscaras cirúrgicas para utilização dos investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes com sintomas (caso suspeito);
- Termómetro;
- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA)

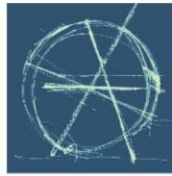


- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Água e alimentos não perecíveis;
- Acesso a instalação sanitária;
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um caso confirmado;
- Produtos de higiene e limpeza. (kit de limpeza).

#### **Informar e formar a comunidade do CEIS20:**

O presente Plano de Contingência será divulgado:

- na página eletrónica do Centro;
- afixado no painel informativo do edifício do CEIS20 (R/C);
- enviado por email a todos os investigadores, trabalhadores não investigadores e doutorandos;



## 4. Procedimentos num caso suspeito

Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;

**OU**

Doente com infeção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

**OU**

Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

No caso de investigadores, trabalhadores não investigadores, doutorandos e visitantes com sintomas, estes devem dirigir-se à sala de isolamento, recolher um conjunto de proteção, colocar e ajustar a 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, o trabalhador deve substituí-la por outra.

Deve informar de imediato a Coordenação do Centro:

O doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS24 (**808 24 24 24**).

O trabalhador não investigador que identifique um investigador, trabalhador não investigador, doutorando ou visitante com sintomas deve de imediato encaminhá-lo à sala de isolamento, assegurando a distância de segurança (superior a 1 metro). Na sala de isolamento, ambos colocam a máscara e o acompanhante as luvas descartáveis



O acompanhante deve informar de imediato o Coordenador do Centro:

Em seguida, contacta o SNS 24 (**808 24 24 24**).

A Direção informa a autoridade de saúde fornecendo os dados (nome, data de nascimento, contacto telefónico) das pessoas que integram o(s) respectivo(s) grupo(s) (alunos, pessoal docente, pessoal não docente) e a DGEstE que tem um caso suspeito.

Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.



## 5. Procedimentos perante um Caso suspeito validado

### Na situação de Caso suspeito validado:

- O investigador, trabalhador não investigador, doutorando ou visitante 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 à área de “isolamento” fica interdito durante uma hora. Após esse tempo será feito o arejamento, a limpeza e a desinfeção reforçada do espaço. O responsável pela limpeza entrará no espaço devidamente protegido com os equipamentos de proteção individual: máscara, viseira, luvas e bata descartáveis.

### O Coordenador Científico:

- informa a Reitoria, o IIIUC e a autoridade de saúde local de que o caso foi validado;
- colabora com a autoridade de saúde local na identificação dos contactos próximos do doente.

O Coordenador Científico informa a comunidade através de um comunicado de que existe um caso suspeito validado a aguardar resultados de testes laboratoriais.

### Casos confirmados



A área de isolamento ficará interdita até intervenção da autoridade de saúde local. Após o levantamento da interdição procede-se à limpeza, desinfeção e armazenamento dos materiais utilizados.

O Diretor informa a comunidade através de um comunicado de que existe um caso confirmado, dando conta das medidas a implementar.

### **Procedimento de vigilância de contactos próximos**

Os elementos da comunidade com alto risco de exposição (aqueles que partilharam o mesmo espaço, contacto direto) são monitorizados pela autoridade de saúde local.

Os de baixo risco (quem teve contacto esporádico) devem auto monitorizar-se diariamente dos sintomas do COVID-19.

Coimbra, 26 de maio de 2020