



Quinta do Outeiro

Quinta do Outeiro – Lar para Idosos, Lda

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas



QO1-Outeiro -Paião

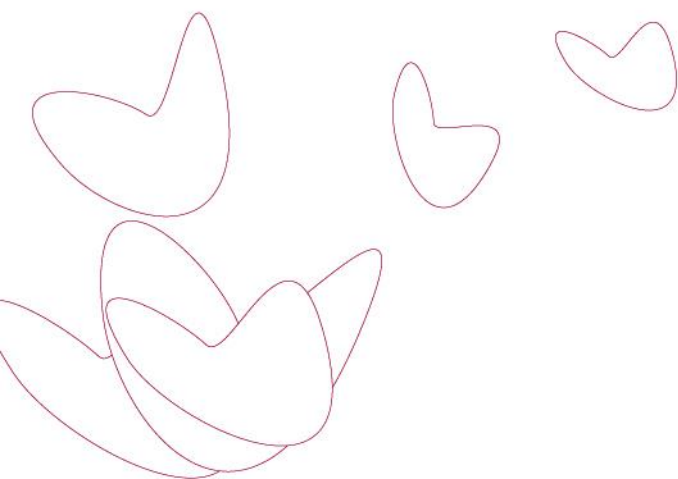


QO2 - Carvalhais - Lavos

Título: Plano de Contingência COVID 19 – ERPI Quinta do Outeiro – Lar para Idosos

	Nome	DATA
Elaborado:	Teresa Costa	10/08/2020
Revisto	Ana Gil /Andreia Serras /Helena Silva /Inês Gonçalves /Jorge Costa	10/08/2020
Aprovado:	Nelson Silva e Teresa Costa	10/08/2020

Versão	Descrição	Data
V1.0	Versão original	10/03/2020
V1.1	Introdução de mais medidas preventivas mais restritivas com base na evolução da pandemia e nas indicações da DGS	23/03/2020
V1.2	Introdução de atualização de medidas consoante indicações da DGS e o despacho 4097-B/2020 de 2 de abril	13/04/2020
V1.3	Atualização de plano	20/04/2020
V1.4	Atualização de plano com abertura a visitas em circunstâncias controladas	28/05/2020
V1.5	Atualização dos locais de isolamento e definição de circuito de resíduos infetados	10/08/2020



Índice

1. Situação contextual.....	4
2. Implementação	4
2.1. Visitas	4
2.2. Comunicação.....	8
2.2.1 Informação Aos Clientes	8
2.2.2 Comunicação entre clientes e familiares	8
2.3. Limpeza e higienização das Instalações e outras.....	9
2.4. Clientes Hospitalizados	10
2.5. Novas Entradas	11
2.6. Reabilitação física.....	11
2.7. Reconhecimento de Sintomatologia e Casos específicos	11
2.8. Clientes Com Teste COVID 19 Positivo.....	12
2.8.1 Local para Isolamento.....	12
2.8.2 Circuitos e Resíduos	13
2.9. Auxiliares.....	13
2.9.1 Informação aos Funcionários	13
3. Gestão de Recursos.....	15
3.1. Situação Normal.....	15
3.2. Situação com Funcionárias Infetadas.....	15
4. Contactos	16
5. Considerações Finais.....	16

1. Situação contextual

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero.

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

Como é do conhecimento geral os idosos são a população que corre maior risco de morte se contaminado com o novo corona vírus, pelo que todas as mudanças no lar de idosos são em prol da sua segurança e bem-estar.

A evolução da Pandemia causada pelo vírus COVID-19 pode condicionar a adoção de medidas mais restritivas ou mais permissivas, no entanto todas têm como finalidade salvaguardar a integridade física dos nossos Clientes.

Estas medidas adicionais têm também por base as orientações emanadas pela DGS N°009/2020 com a atualização de 07/04/2020 e com a atualização N°11/2020 de 11/05/2020.

As medidas aqui contempladas são essencialmente de carácter preventivo, contudo, se a situação evoluir com algum caso suspeito serão tomadas outras medidas reativas com o intuito de debelar e conter a contaminação.

2. Implementação

A propósito das circunstâncias atuais impostas pelos casos de infeção identificados pelo novo Coronavírus (COVID-19) e atendendo às condicionantes respeitantes à missão e atividade do lar, nomeadamente no que toca à necessidade de proteção dos idosos, profissionais, utentes e visitantes, são adotadas a partir do dia 06 de junho as seguintes medidas preventivas:

2.1. Visitas

As visitas serão permitidas a partir de 06 de junho mediante a observância das seguintes regras:



Quinta do Outeiro

- As visitas devem ser marcadas previamente por telefone ou e-mail:
 - Outeiro:
 - E-mail: quinta.do.outeiro@sapo.pt
 - Telefone: 233 941 716
 - Carvalhais:
 - E-mail: quintaouteiro2@sapo.pt
 - Telefone: 233 900 040
- As marcações podem ser feitas com antecedência até 2 semanas;
- É permitida a visita de um familiar/ responsável por cada utente por semana ou, excecionalmente, um maior número de familiares em cada visita desde que partilhem casa, hábitos e costumes, a avaliar pelo coordenador não podendo ser superior a 4;
- É vedado o acesso a todos os restantes visitantes, incluindo o caso de pessoas interessadas em colocar os seus familiares no caso de novas entradas. Para este efeito devem consultar a página do Lar em quintadoouteiro-lar.pt;
- Cada visita terá a duração de 15 minutos com tolerância de 5 minutos;
- De forma a evitar cruzamento de visitantes, estes devem comparecer no Portão do Lar apenas na hora previamente agendada;
- Deve ser garantido espaçamento social de 2 metros;
- É obrigatória a utilização de máscara para todos os visitantes;
- À entrada no Portão um funcionário do Lar terá de medir a temperatura a todos os visitantes (acima de 37º não entram devendo dirigir-se ao centro de saúde da área da sua residência). Serão utilizados termómetros sem contacto com a pele e quem se recusar a medir a temperatura não poderá entrar nas instalações;
- É obrigatório desinfetar as mãos à chegada nos dispositivos que o Lar coloca no espaço das visitas;
- As viaturas devem permanecer no exterior do Lar;
- O controlo dos visitantes é efetuado no portão exterior do lar só abrindo neste período para entrada e saída de visitantes;
- Quem não estiver inscrito não terá acesso às instalações e a visitar o seu familiar, a menos que existam vagas no horário sem visitantes agendados ou no caso de desistências conhecidas;
- Para os utentes em quarentena profilática só são permitidas visitas virtuais com recurso a videoconferência;
- Os utentes acamados só têm visitas se for possível o seu transporte em cadeira de rodas para o espaço de visitas;
- Antes de entrarem no espaço de visitas todos os visitantes limpam os pés no tapete antes da entrada impregnado em solução desinfetante e no tapete seco depois da porta:

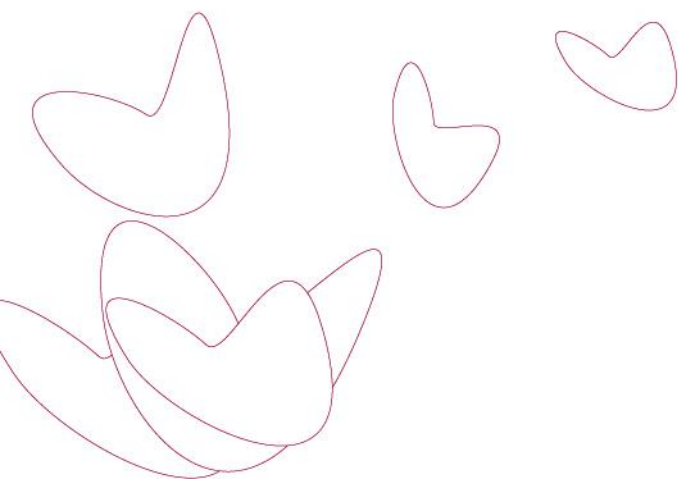


Quinta do Outeiro

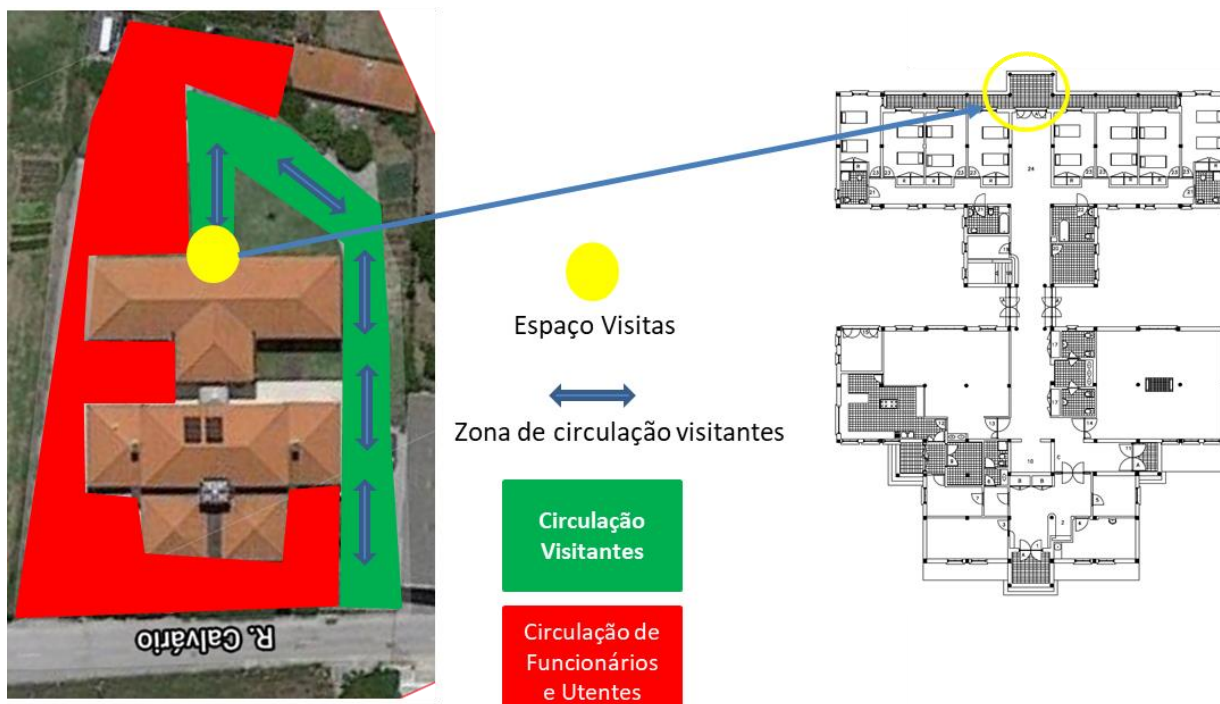
- Aviso – é provável que algumas superfícies contenham solução clorada (lixívia diluída) pelo que devem evitar o contacto com superfícies e chão.
- As visitas começam às 1500 (1ª visita) e terminam às 1700 (última visita) de 30 em 30 minutos, segundo o seguinte esquema:

Dia / Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
15:00 – 15:15							
15:30 – 15:45							
16:00 – 16:15							
16:30 – 16:45							
17:00 – 17:15							

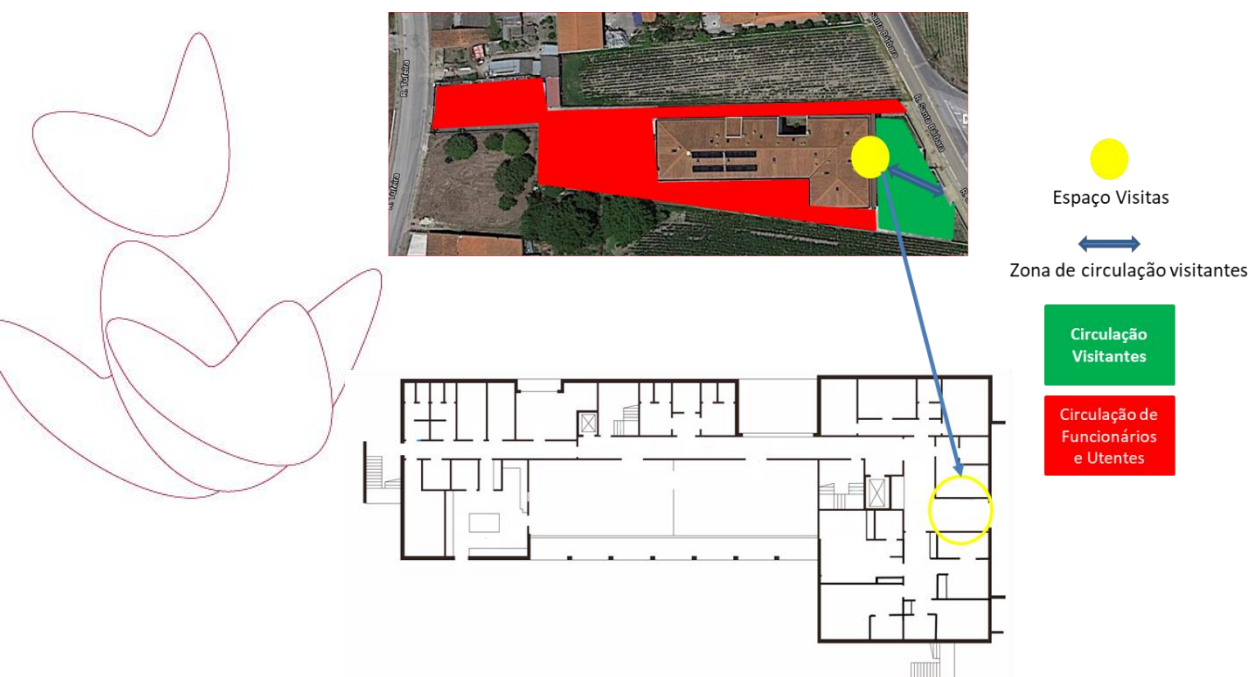
- Funcionários e utentes utilizam espaços próprios para circulação;
- No caso de ser detetado um caso com infeção as visitas serão canceladas por um período mínimo de 14 dias;
- Os horários das visitas devem ser cumpridos com rigor para garantir a higienização e limpeza dos espaços de visita;
- Dos portões do Lar para dentro só é permitido circular nos espaços delimitados segundo o desenho abaixo (estes espaços estarão delimitados por fita e outra sinalética);



- As visitas são confinadas a um espaço existente para o efeito conforme desenho abaixo;
 - Outeiro – espaço nas traseiras conforme esquema



- Carvalhais – espaço na entrada conforme esquema





Quinta do Outeiro

- Não é permitida a circulação dos visitantes fora das zonas delimitadas e é interdito o seu acesso ao interior das instalações;
- Limpeza e desinfeção dos espaços de visitas:
 - O espaço de visitas é higienizado e desinfetado depois de cada visita utilizando produto clorado;
 - As funcionárias que efetuam limpeza dos espaços devem usar máscara, luvas e bata - utilizando panos de cor vermelha e produto clorado;
 - A desinfeção no exterior das instalações é efetuada no final das visitas às 17:50;
 - Entre as 18:00 e as 14:30 do dia seguinte funcionários e utentes podem circular pela totalidade dos espaços exteriores após a funcionária responsável pela limpeza e higiene do exterior informar que já efetuou a respetiva limpeza
 - As portas dos espaços de visitas devem permanecer abertas evitando o toque em superfícies desnecessárias como sendo as maçanetas das portas

Para além destes procedimentos de visitas mantém-se para as duas Unidades Funcionais do Outeiro e dos Carvalhais o seguinte:

- **Sempre que queiram deixar algum produto para o seu familiar devem tocar à campainha do Portão, dirigir-se ao coordenador pela porta principal da instituição e aí entregar os produtos com a identificação do utente.**
- **Se esteve fora de Portugal ou é um dos casos suspeitos de estar contaminado, ainda que não apresente sintomas, nos últimos 14 dias não entre na instituição.**

2.2. Comunicação

2.2.1 Informação Aos Clientes

Para que entendam a ausência dos seus familiares e a forma como evoluirão as visitas serão prestados esclarecimentos em grupo e individualmente pela equipa de enfermagem.

2.2.2 Comunicação entre clientes e familiares

Ainda que as visitas sejam permitidas mediante a observância das regras acima identificadas esta Direção Técnica continua a fomentar a comunicação com os clientes através das formas alternativas que se colocam ao dispor.

Unidade Funcional do Outeiro

- O Lar faculta as seguintes formas de comunicação com os utentes:
 - Videochamada às segundas, quartas e sextas das 10h às 12:30, através do Messenger e Skipe;
 - Chamadas telefónicas preferencialmente no período das 14:30 às 18:00.

Nota: Caso não seja possível usar estes horários poderá agendar um horário mais acessível, desde que compatível com as dinâmicas da instituição.

Unidade Funcional dos Carvalhais

- O Lar faculta os seguintes sistemas de comunicação com os utentes:
 - Videochamada às segundas, quartas e sextas das 15:00 às 17:30, através do Messenger e Skipe;
 - Chamadas telefónicas preferencialmente no período das 14:30 às 18:00.

Nota: Caso não seja possível usar estes horários poderá agendar um horário mais acessível, desde que compatível com as dinâmicas da instituição.

Em ambas as Unidades serão efetuados diretos no Facebook pelo que devem estar atentos às nossas páginas.

2.3. Limpeza e higienização das Instalações e outras

São reforçadas as atividades de limpeza das zonas críticas várias vezes por dia, com especial incidência no seguinte:

- Zona de visitas e espaços exteriores adjacentes;
- Puxadores das portas;
- Corrimões;
- Botões do elevador;
- Comandos das televisões;
- Telefones, etc...



Quinta do Outeiro

Existe disponível em diversos locais das Unidades Funcionais solução alcoólica para desinfeção das mãos.

Realizar limpeza das instalações de acordo com o seguinte:

- Quartos em isolamento e/ou com contaminados – São os últimos a ser limpos;
- Limpeza com cloro em todas zonas da instituição.

Alimentos frescos:

- Evitar no possível o uso de alimentos frescos privilegiando os legumes cozidos;
- Desinfetar saladas com solução de hipoclorito ou vinagre;
- Fruta - desinfetar com solução de hipoclorito ou vinagre e servir descascada ou confeccionada.

Louça dos infetados:

- Cumprir o circuito de sujos para evitar contaminação cruzada;
- A lavagem da louça na máquina confere higienização completa.

Afastamento Social:

- Nas salas de refeições e nas salas de convívio devem ser implementadas medidas de afastamento social;
- Este afastamento pode ser cumprido mediante medidas prática de horários repartidos ou utilização de diferentes espaços para realização de refeições ou outras atividades;
- Dentro do aplicável o contacto entre Clientes e Auxiliares de Geriatria deve ser minimizado, cumprindo o afastamento social de 1 a 2 metros.

2.4. Clientes Hospitalizados

Todas as pessoas que vêm do Hospital ficam em isolamento profilático durante 14 dias e é obrigatório que tragam os resultados do teste ao COVID-19 negativo no dia da alta.

É EXPRESSAMENTE PROIBIDO RECEBER ALGUM CLIENTE VINDO DO HOSPITAL SEM O RESULTADO DO TESTE À COVID-19.

Utentes a fazer diálise mantêm-se em quarto de isolamento profilático.



Quinta do Outeiro

2.5. Novas Entradas

No caso de haver alguma nova entrada deve ser solicitado o resultado do teste ao COVID-19 realizado no próprio dia ou no dia anterior (se possível). Deve também ser perguntado ao familiar responsável qual o seu historial recente nomeadamente em termos de acompanhamento, para verificar eventuais situações de risco.

A avaliação clínica será da responsabilidade do corpo clínico de ERPI.

É EXPRESSAMENTE PROIBIDO RECEBER ALGUM CLIENTE NOVO SEM O RESULTADO DO TESTE AO COVID-19 NEGATIVO.

Após entrada devem ficar em isolamento profilático durante 14 dias.

Se o candidato a utente estiver a residir fora do país, só será admitido após comprovada quarentena profilática em Portugal, nunca inferior a 14 dias, após o qual faz teste à COVID-19 que terá de ser negativo. Seguindo depois todo o processo de ingresso.

2.6. Reabilitação física

Face à necessidade de reabilitação física dos utentes depois de um longo período de confinamento, irão ser retomadas algumas sessões de fisioterapia. Estas sessões serão realizadas por enfermeiros de reabilitação nos seguintes termos:

- Só permitido 1 técnico por dia, devendo fazer a avaliação da temperatura à entrada;
- Os técnicos devem-se vestir com a roupa adequada nas instalações do Lar, usando ainda equipamentos de proteção individual como sendo máscara, luvas e avental descartável;
- Os aparelhos e utensílios utilizados nos tratamentos deverão ser desinfetados entre as sessões.
- Os materiais descartáveis devem ser colocados no lixo após as sessões de cada cliente;
- Os Técnicos terão o apoio da equipa de enfermagem do Lar caso necessário.

2.7. Reconhecimento de Sintomatologia e Casos específicos

Todas as pessoas que frequentem a ERPI quer sejam funcionários, dirigentes, fornecedores, outros colaboradores ou visitantes, **não devem aceder às respetivas instalações se tiverem sintomas sugestivos de Covid-19** nomeadamente:



Quinta do Outeiro

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa ⁴ nos 14 dias antes do início de sintomas OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

Pessoas com:

- Sintomatologia de: febre, tosse, dificuldade respiratória, falta de ar, perda de sabor ou de cheiro;
- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
 - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
 - Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV2;
 - Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
 - Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
 - Viagem com caso confirmado de COVID-19;
 - Prestação direta de cuidados ao doente.

Preenchem os requisitos que indiciam **uma forte probabilidade de contaminação pelo vírus.**

2.8. Clientes Com Teste COVID 19 Positivo

Utentes com teste COVID 19 positivo, sem necessidade de internamento hospitalar, procede-se de acordo com o disposto no N.º1 alínea b do despacho 4097-B/2020 de 2 de abril.

A confirmação de casos suspeitos é agilizada e articulada com a autoridade de saúde local.

2.8.1 Local para Isolamento.

Se se identificar um possível caso, é colocado na respetiva área de isolamento, com máscara e contactado o SNS24, em estreita articulação com o Delegado de Saúde.

Para funcionários do Lar:

- Unidade Funcional dos Carvalhais – Apartamento do 2º andar

Para Clientes:

- Quartos das Unidades Funcionais:
 - UF Outeiro – Quartos nºs 1 a 4, consoante o número de infetados;
 - UF Carvalhais – Quartos Nº 24 e 10, 11 e 12, consoante o número de infetados.

2.8.2 Circuitos e Resíduos

Sem prejuízo do exposto no Despacho acima mencionado, nos utentes com confirmação de contaminação por COVID 19, as fraldas e outros resíduos, serão tratados como resíduos biológicos de grupo III e são enviados para tratamento adequado pela AMBIWEST.

De igual modo arrastadeiras, urinóis e bacias de higiene são lavadas em separado, devendo ser desinfetadas após cada utilização

A circulação de resíduos de grupo III é efetuada do seguinte modo:

- UF Outeiro – saída pela parte de trás dos quartos
- UF Carvalhais – saída para a frente do Lar pelo Quarto 24 ou para as traseiras do Lar no caso dos restantes quartos

Caso ocorra o óbito de um utente (que apresente sintomatologia respiratória suspeita) na instituição, toda a unidade será higienizada como se de um caso confirmado de COVID 19 se tratasse.

2.9. Auxiliares

2.9.1 Informação aos Funcionários

É obrigatório adotar o seguinte procedimento:

- À entrada e saída do Lar para realização das suas funções deve avaliar e registar a temperatura, bem como preencher uma lista de verificação de algumas ações, disponível no vestiário;
- Lavar as mãos e utilizar desinfetante para as higienizar à entrada e frequentemente durante os turnos;
- Evitar tocar nos olhos, na boca e no nariz durante o dia, mesmo que as mãos estejam higienizadas;



Quinta do Outeiro

- Utilizar sempre proteções descartáveis e deite-os fora assim que terminar (caso de lenços, luvas, fraldas, gazes ou outros materiais de enfermagem);
- Comunicar ao elemento de coordenação e equipa de enfermagem sempre que alguém pareça ter sintomas de infeção respiratória (febre, tosse ou dificuldade respiratória aguda);

Equipamento de Proteção Individual (EPI) das Auxiliares:

- Em funções normais - Têm de utilizar: Usar máscara, luvas e o fardamento institucional;
- Utente em isolamento profilático - Usar máscara, avental, luvas (no final deitar para o lixo);
- Utente Infetado - usar máscara FFP2, óculos, batas e luvas e proteção de calçado (no final deitar para o lixo).

Todo o pessoal de coordenação e animação deve utilizar batas, máscara e luvas ou vestuário específico do Lar.

Serão efetuadas várias ações de divulgação e esclarecimento pela equipa de enfermagem – Enf.ª Inês Gonçalves e Enf.ª Ana Gil – que ficam também responsáveis por verificarem o cumprimento destas regras.

Neste contexto devem:

- Explicar frequentemente aos clientes as medidas adotadas e a evolução da doença em Portugal e na Região;
- Explicar às Auxiliares de forma geral todos os procedimentos e a importância da sua adoção, bem como o impacto de eventual inobservância destas regras;
- Explicar como deve ser feita a limpeza e higiene das instalações e dos clientes;
- O que vestir e em que situações;
- Explicar como vestir/despir EPI(s);
- Etc...

Mediante a avaliação da Direção Técnica, os funcionários que regressem do período de ausência prolongada (férias, baixa médica ou outros motivos), devem cumprir no seu domicílio um período de quarentena profilática com a duração de 14 dias (assinando compromisso de isolamento e remetendo para a Instituição o mesmo por e-mail), após o qual farão teste de pesquisa de SARS-COV2 (sendo a responsabilidade dos custos suportada pela Instituição) em Laboratório a indicar.

3. Gestão de Recursos

Caso algum funcionário seja suspeito de infeção pelo COVID 19, depois de contactada a autoridade sanitária local e o SNS24, ficará ausente da instituição e aguardará no seu domicílio até esclarecimento da situação.

3.1. Situação Normal

As Auxiliares de Geriatria, em regra, não devem efetuar serviço em mais do que uma Unidade Funcional, sendo divididas em grupos de acordo com o seguinte:

- 1 dos grupos fica ao serviço efetuando turnos de 12 horas, o outro grupo fica em casa em isolamento profilático obrigatório e a descansar;
- O primeiro grupo é rendido após 14 dias;
- Os turnos das 08:00 às 20:00 horas e das 20:00 às 08:00;
- Haverá uma folga semanal e outras dispensas geridas pela Direção Técnica;
- Existirá um terceiro grupo que efetuará o horário rotativo normal;
- Os grupos em isolamento e a trabalhar devem ser equilibrados em termos do número e desempenho de funcionárias;
- Será estabelecido um plano de backup com 2 a 3 pessoas externas com intuito de reforçar os turnos que estejam deficitários.

Todo o restante pessoal é gerido pela Direção Técnica seguindo a regra de só permanecerem na Instituição os elementos indispensáveis ao bom funcionamento do Lar e à condução das atividades diárias. Nesta decorrência, todo o pessoal considerado pela Direção Técnica como não essencial, em virtude do risco de contaminação dos clientes existir, deve manter-se em isolamento profilático no seu domicílio, sendo garantida a sua subvenção mensal integral.

3.2. Situação com Funcionárias Infetadas

Serão seguidas as instruções da Direção Geral de Saúde, podendo haver a necessidade de internamento compulsivo na Unidade Funcional dos Carvalhais com a finalidade de não contaminarem os familiares.

Nesta circunstância os familiares serão contactados devendo tomar as medidas adequadas para prevenir e evitar propagação da doença.



Quinta do Outeiro

Em caso de eventual falha de auxiliares por contaminação suspeita ou confirmada será adotado um plano de contingência com alocação de uma equipa de enfermeiros e recurso a empresas de trabalho temporário.

4. Contactos

Contactos úteis:

- Autoridade De Saúde Local - USL 233 401 370 /// Dr. José Faria - 966 389 360 /// Dr. Fernando Lopes - 966 923 991 /// usp.ffoz@arscentro.min-saude.pt
- Proteção civil – 233402805
- GNR Paião – 233940519
- Bombeiros Voluntários da Figueira da Foz – 233402260
- Câmara Municipal – 233403300
- Junta de Freguesia do Paião – 233940910
- SNS – 808242424

5. Considerações Finais

A saúde e segurança dos idosos é a nossa prioridade e todas estas medidas são tomadas a pensar neles.

Adotam-se medidas de distanciamento entre utentes e funcionários.

As atividades lúdicas serão adequadas à realidade da pandemia, adotando medidas de distanciamento social.

Utentes com sintomas respiratórios agudos ficam confinados aos quartos ou em locais designados para o efeito onde é garantido o distanciamento social e far-se-á o respetivo despiste com teste SARS-COV 2.

Todos os familiares responsáveis serão informados pelos canais de comunicação do Lar das novas medidas de proteção que acabam de ser adotadas.

Este plano será divulgado no site da instituição e no Facebook e far-se-ão revisões ao documento e aos procedimentos sempre se verifique oportuno.

SIGA AS RECOMENDAÇÕES DA DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE...



Quinta do Outeiro

**LEIA ATENTAMENTE
O FOLHETO E
SE PRECISAR**

POR FAVOR LIGUE

SNS 24

808 24 24 24

E INFORME SOBRE A
SUA RECENTE VIAGEM
E SE CONTACTOU COM
ALGUMA
PESSOA INFETADA

PODEMOS AJUDAR!



CORONAVÍRUS (COVID-19)

Se regressou de alguma área afetada,
por favor fique alerta nos próximos 14 dias:



EVITE CONTACTO
COM OUTRAS PESSOAS



AVALIE E REGISTE A
TEMPERATURA CORPORAL
2 VEZES POR DIA

e se desenvolver algum dos seguintes
sintomas:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

**PROTEJA-SE A SI E
AOS OUTROS**



Quando espirrar ou tossir
tape a boca e nariz com o
cotovelo ou com um lenço
de papel que deverá colocar
imediatamente no lixo



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



Lave e desinfete as maçanetas
das portas, corrimãos e as
superfícies em que se toque
com frequência

LIGUE SNS 24 808 24 24 24

