

# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTENÇÃO DO CORONAVIRUS (COVID-19)

Universidade Europeia | IPAM Lisboa | IPAM Porto

### 1. Enquadramento

O presente documento divulga os pontos essenciais do Plano de Contingência da Universidade Europeia, do IPAM Lisboa e do IPAM Porto para o Coronavírus (COVID-19) que fornece informação a toda a sua comunidade (colaboradores, docentes e estudantes) sobre o mesmo, as medidas de prevenção e controlo desta infeção, e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados.

Este Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19) foi desenvolvido com base na informação e os protocolos definidos pela Direção-Geral da Saúde - DGS para a generalidade das pessoas e para as empresas, sendo que poderão ser alterados a qualquer momento de forma a os adaptar a novas determinações ou a protocolos mais atualizados.

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0062020-de-26022020-pdf.aspx>

### 2. Informação

Deverá ser divulgado o Plano de Contingência específico para toda a comunidade.

Este documento será atualizado, em função da situação, nos Portais de Estudante, Docente e *Intranet*.

Esclarecer os colaboradores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19.

Normalmente, estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia.

### 3. Viagens

#### 3.1. Prevenção para viajantes

A Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou o surto de novo coronavírus (COVID-19) de emergência de saúde pública de interesse internacional a 30 de janeiro.

China: Nas presentes circunstâncias, desaconselham-se todas as deslocações à Província de Hubei e viagens não essenciais à China.

Itália: Recomenda-se que os cidadãos nacionais que estejam a viajar em Itália ou a programar viagens não essenciais a este país, se mantenham informados acerca da evolução da situação e tomem as medidas de precaução e segurança que se revelem adequadas.

Recomenda-se prudência e reforço das medidas de higiene em todas as viagens, em especial aos locais com surtos identificados.

Fonte:

MNE: Portal Diplomático

<https://www.portaldascomunidades.mne.pt/pt/alertas/coronavirus-covid-20>

#### ✓ Plano de atuação:

Colaboradores e Docentes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Antes de se ausentar o colaborador poderá comunicar à instituição através de envio de um email para <a href="mailto:drh@universidadeeuropeia.pt">drh@universidadeeuropeia.pt</a>, informando o seu destino e a data da sua viagem</li></ul>
Estudante	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deverá cumprir os procedimentos de prevenção definidos</li></ul>

#### 3.2. Recomendações e cuidados a ter

Os viajantes devem manter-se constantemente informados quanto ao evoluir da situação, eventuais restrições às viagens e à circulação e atentos às recomendações publicadas nos portais da Direção-Geral da Saúde (DGS) e da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Aconselha-se também o acompanhamento das informações divulgadas pelas autoridades de saúde locais e pela comunicação social.

A DGS reforça as recomendações das seguintes medidas de higiene e de etiqueta respiratória para VIAJANTES:

- Seguir as recomendações das autoridades de saúde do país;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos parecerem sujas;
- Pode também usar-se em alternativa uma solução à base de álcool;
- Evitar contacto próximo com pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes;
- Evitar contacto com animais;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória:

- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

Fonte:

DGS: Informação nº 003/2020 de 20/02/2020 - Recomendações para viajantes  
<https://www.dgs.pt/corona-virus/documentos/informacoes.aspx>

✓ **Plano de atuação:**

<b>Colaboradores e Docentes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deverá cumprir os procedimentos de prevenção definidos</li></ul>
<b>Estudante</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deverá cumprir os procedimentos de prevenção definidos</li></ul>

### 3.3. O que fazer no regresso de viagem

As pessoas regressadas da China ou de uma área afetada devem estar atentas ao surgimento de febre, tosse e eventual dificuldade respiratória. Se surgirem estes sintomas, não se devem deslocar aos serviços de saúde, mas ligar para o **SNS24 (808 24 24 24)**, e seguir as orientações que lhes forem dadas. Por regra não se recomenda qualquer tipo de isolamento de pessoas sem sintomas.

<https://www.dgs.pt/pagina-de-entrada3/corona-virus/estarei-doente1.aspx>

Às crianças, jovens e adultos que regressem de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus, como o Norte de Itália, China, Coreia do Sul, Singapura, Japão ou Irão, a Direção-Geral da Saúde informa que à data, seguindo orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), não existe recomendação para evicção escolar ou profissional, ou necessidade de isolamento.

No entanto, aconselha-se, nos próximos 14 dias:

- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar antes para o **SNS24 (808 24 24 24)** e seguir as suas orientações.

Recomenda-se também:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- 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;
- Nos 14 dias após o regresso:
  - o promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, sem absoluta necessidade (exceto atividades letivas e profissionais);
  - o evitar cumprimentos com contacto físico.

Fonte:

DGS: Informação nº 005/2020 de 27/02/2020 - Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus  
<https://www.dgs.pt/corona-virus/documentos/informacoes.aspx>

✓ **Plano de atuação:**

<b>Colaboradores e Docentes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deverá cumprir os procedimentos de prevenção definidos</li></ul>
<b>Estudante</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deverá cumprir os procedimentos de prevenção definidos</li></ul>

## 4. Suspeita de sintomas

Em caso se suspeita de contaminação, a pessoa em causa deve telefonar de imediato para o **SNS24 (808 24 24 24)** e seguir as orientações que lhe forem dadas.

Considera-se um “Caso Suspeito”

- **Critérios clínicos:** Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização
- **Critérios epidemiológicos:**
  - História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa 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

## 5. Pessoa com sintomas fora da Instituição

Em caso se suspeita de contaminação, a pessoa em causa deve telefonar de imediato para o **SNS24 (808 24 24 24)** e seguir as orientações que lhe forem dadas.

### ✓ Plano de atuação:

<b>Colaboradores e docentes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• O colaborador deve contactar de imediato o <b>SNS24 (808 24 24 24)</b> e seguir as orientações que lhe forem dadas</li><li>• Informar a instituição através do seguinte e-mail <a href="mailto:drh@universidadeeuropéia.pt">drh@universidadeeuropéia.pt</a> ou contactar-nos através do <b>210 309 971</b></li></ul>
<b>Estudante</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• O estudante deve contactar de imediato o <b>SNS24 (808 24 24 24)</b> e seguir as orientações que lhe forem dadas</li><li>• Informar a instituição através do seguinte e-mail <a href="mailto:ue.care@universidadeeuropéia.pt">ue.care@universidadeeuropéia.pt</a> ou contactar-nos através do <b>210 309 971</b></li></ul>

## 6. Pessoa com sintomas dentro da Instituição

No caso de uma pessoa ter sintomas deverá:

- Colaborador e Estudantes - Contactar os serviços através dos seguintes contatos (Equipa CV-19):
  - Telefone: **210 309 971** (de 2ª a 6ª feira das 09h00 às 19h00)
  - Email:  
Colaborador [drh@universidadeeuropéia.pt](mailto:drh@universidadeeuropéia.pt)  
Estudante [ue.care@universidadeeuropéia.pt](mailto:ue.care@universidadeeuropéia.pt)

### ✓ Plano de atuação:

<b>Colaboradores e Docentes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deve contactar com a Equipa CV-19 através do seguinte contacto telefónico <b>210 309 971</b> (2ª a 6ª das 9:00 às 19:00)</li></ul>
<b>Estudante</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• O estudante deve contactar os Serviços através do seguinte contacto telefónico <b>210 309 971</b> (2ª a 6ª das 9:00 às 19:00)</li></ul>

### 6.1 Pessoa com sintomas – Não Validado

Se se tratar de um caso suspeito de COVID-19:

- O **SNS24** contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição;
- O **SNS24** define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador;
- A pessoa deve informar a instituição da não validação entrando em contacto com a Equipa de CV-19
  - Estudante
    - Telefone: 210 309 971 (2ª a 6ª das 9:00 às 19:00) ou
    - Através do seguinte e-mail: [ue.care@universidadeeuropéia.pt](mailto:ue.care@universidadeeuropéia.pt)

- Colaborador:
  - Telefone: 210 309 971 (2ª a 6ª das 9:00 às 19:00) ou
  - Através do seguinte e-mail: [drh@universidadeeuropeia.pt](mailto:drh@universidadeeuropeia.pt)
- A equipa de CV-19 deverá informar o médico de Medicina do Trabalho responsável e proceder ao envio de um email para [drh@universidadeeuropeia.pt](mailto:drh@universidadeeuropeia.pt) a descrever a situação.
- Se o caso for não validado 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.

## 6.2 Pessoa com sintomas – Validado

No caso de se tratar de um suspeito:

- A DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
- O colaborador/estudante deve informar a instituição da existência de um caso suspeito validado.
- O colaborador/estudante 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;
- A instituição colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- A instituição informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;
- A instituição informa a comunidade da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

## 7. Caso Confirmado e Não Confirmado

### Caso Não Confirmado

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.

## Caso Confirmado

### 7.1 Isolamento das áreas

Se o Caso for confirmado, a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

#### A instituição deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho/salas de aulas do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- A instituição deverá informar o médico de Medicina do Trabalho responsável e proceder ao envio de um email para [drh@universidadeeuropeia.pt](mailto:drh@universidadeeuropeia.pt) a descrever a situação.
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

### 7.2 Vigilância dos contactos próximos

Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a instituição 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).

### 7.3 Alto Risco

#### “Alto risco de exposição”

- Colegas do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, sala de aula/estudo, zona até 2 metros do Caso);
- Colega que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Colega 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.

### Monitorização

- Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;
- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;
- Restringir o contacto social ao indispensável;
- Evitar viajar;
- Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.

## **7.4 Baixo Risco**

### Monitorização

- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;
- Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.
- A auto monitorização diária, feita pela própria pessoa, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

### **NOTAS:**

É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

## Adenda

### Partilhamos com a nossa comunidade académica as medidas que foram tomadas até à data:

1. Foi criada uma equipa para dar apoio aos estudantes/colaboradores/professores com o objetivo de esclarecer, informar e orientar a nossa comunidade académica sobre os procedimentos a serem seguidos. Os mesmos seguem, como referenciado no presente Plano de Contingência, os protocolos e diretrizes da Direção-Geral da Saúde (DGS);
2. Foram reforçadas as medidas de higienização e limpeza de todos os campus;
3. Estamos a disponibilizar os conteúdos nas plataformas online por forma a dar continuidade ao programa académico;
4. Recomendamos a qualquer estudante/colaborador/professor que volte das áreas com transmissão comunitária ativa a permanecer em sua casa nos primeiros 14 dias mediante comunicação obrigatória à instituição através de email (estudantes: [ue.care@universidadeeuropeia.pt](mailto:ue.care@universidadeeuropeia.pt)/colaboradores e professores : [drh@universidadeeuropeia.pt](mailto:drh@universidadeeuropeia.pt)). Durante esse período deve monitorizar periodicamente os sintomas associados ao Covid-19;
5. Recomendamos que qualquer estudante/colaborador/professor que tenha estado em contacto com alguém que, de acordo com os critérios da DGS seja considerado como suspeito de ter contraído o Covid-19, deve seguir o protocolo referido no ponto anterior;
6. As viagens profissionais planeadas para as áreas com transmissão comunitária ativa, anteriormente mencionadas, estão a partir deste momento suspensas;
7. Todas as restantes viagens profissionais dos nossos professores e colaboradores que já estavam planificadas devem ser comunicadas através do email [drh@universidadeeuropeia.pt](mailto:drh@universidadeeuropeia.pt)) para ratificação por parte da Direção-Geral e/ou Reitoria/Direção Executiva;
8. Todos os eventos académicos com convidados externos e que pela elevada acumulação de participantes possa constituir risco de focos de transmissão, bem como visitas de estudo planeadas, devem ser reavaliadas e ratificadas pela Direção-Geral da nossa instituição e/ou Reitoria/Direção Executiva.