

UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA



NOVA INFORMAÇÃO SOBRE O PLANO DE CONTINGÊNCIA

DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

14 de janeiro de 2021

INTRODUÇÃO

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência da NOVA para a Doença por Coronavírus (COVID-19) estabelecido pela Universidade NOVA de Lisboa e atualizado às atuais circunstâncias da evolução da pandemia e às orientações das autoridades, fornece informação aos estudantes e colaboradores da NOVA sobre esta doença, sobre 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.

O Plano de Contingência da NOVA tem vindo a ser desenvolvido e atualizado com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento. Será atualizado a intervalos regulares e acompanhando os desenvolvimentos da pandemia.

Os estudantes e colaboradores da NOVA serão informados sobre a doença por coronavírus (COVID-19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: circulares informativas por correio eletrónico, sítios da NOVA e de todas as suas unidades orgânicas na Internet, Intranet da NOVA, afixação de cartazes nos espaços comuns, etc.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência da NOVA para a Doença por Coronavírus (COVID-19) continuará a ser amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, por toda a comunidade académica da NOVA.

A Universidade NOVA de Lisboa está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus estudantes e colaboradores, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade, face às valências de conhecimento que detêm em diversas áreas.

1. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção pode originar sintomas ligeiros, sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória transitória, ou apresentar-se como doença bem mais grave, pulmonar e sistémica.

O COVID-19 é uma nova estirpe de coronavírus identificada na cidade de Wuhan (China) em dezembro de 2019.

O reconhecimento da doença pelo novo coronavírus (COVID-19) como Pandemia pela Organização Mundial de Saúde ocorreu em março de 2020.

O período de incubação do COVID-19 é de 3 a 7 dias, terminando a infeção ao fim de duas semanas. Isto significa que se uma pessoa permanecer sem sintomas uma

semana após contactar com alguém confirmadamente infetado por COVID-19, é pouco provável que tenha sido contagiada, sendo igualmente pouco provável que possa contagiar outros para além dos 14 dias.

Após exposição a alguém infetado com COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Perda de olfato ou de paladar;
- Febre e queixas de mal-estar geral;
- Tosse;
- Dificuldade respiratória.

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistemas imunitários mais fragilizados, pessoas idosas, e pessoas com doenças crónicas como diabetes, HTA, cancro e doenças respiratórias.

2. A TRANSMISSÃO DO COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão do COVID-19 é mais provável quando existe contato próximo (num raio de 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quando maior for o tempo de contato com uma pessoa infetada.

As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (num raio de 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.

3. PREVENIR A TRANSMISSÃO DO COVID-19

Atualmente não há vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus e impedir a sua disseminação mediante identificação e isolamento de possíveis infetados, medidas de distanciamento físico e de higiene.

Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos. A lavagem deve ser por um mínimo de 20 segundos;

- Manter uma distância segura de qualquer pessoa;
- Usar obrigatoriamente máscara no interior dos edifícios e, no exterior, sempre que o distanciamento físico não for possível;
- Tossir e espirrar para a prega do cotovelo, ou para um lenço de papel que deverá ser deitado fora. Não se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos;
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum;
- As pessoas que sintam sintomas sugestivos de COVID-19 devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou outros estabelecimentos e contactar de imediato a Linha *SNS24*: **808 24 24 24**. Ao mesmo tempo devem contactar o Ponto Focal indicado por cada Faculdade/Instituto/Escola/Reitoria. Não devem deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde;
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt;
- Pelo risco mais elevado de contato com pessoas doentes, deve ser fortemente recomendado aos estudantes da *NOVA Medical School* o uso do equipamento de proteção individual adequado no desempenho das suas atividades de aprendizagem em contexto de estabelecimento de saúde. Este equipamento, sendo simples de usar, deve ser usado a maior parte do tempo pois minimiza muito as possibilidades de contágio;
- Apesar de ainda não aprovadas oficialmente, parecem de recomendar o uso generalizado de máscaras mesmo no exterior e a utilização da app stayaway covid.

4. MEDIDAS A ADOTAR

As Unidades Orgânicas, os SAS e a Reitoria da NOVA continuarão a implementar as medidas consideradas necessárias, de onde se destacam a:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (corredores, refeitórios/cafetarias, zonas de refeições);
Existência de área reservada à divulgação de informação atualizada sobre o COVID-19 no sítio da Internet da NOVA, nos sítios de Internet das Unidades Orgânicas e na Intranet da NOVA, com a indicação do contato de um Ponto Focal designado para esclarecimento de dúvidas;
- Sessões de informação aos estudantes e colaboradores com especialistas convidados para o efeito (sempre que necessário).

5. DEFINIÇÃO CASO COVID - 19 / CASOS SUSPEITOS

Classificação do caso de COVID-19

- a. CASO POSSÍVEL – pessoa com critérios clínicos (abaixo)
- b. CASO PROVÁVEL – pessoa com critérios clínicos e epidemiológicos
- c. CASO CONFIRMADO – pessoa com confirmação por teste RNA

Os estudantes ou colaboradores que desenvolvam os sintomas abaixo indicados são considerados suspeitos de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19):

• Critérios Clínicos

- a. Quadro clínico sugestivo de infeção respiratória aguda com pelo menos um dos seguintes sintomas:
 - i. Tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual, ou associada a cefaleias ou mialgias;
 - ii. Febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$) sem outra causa atribuível;
- b. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível;
- c. Perda de olfato e ou de gosto de início súbito;
- d. Não sendo imprescindível, a história de contato com infetados aumenta a probabilidade de se tratar de um caso de COVID-19.

• Critérios Epidemiológicos

Qualquer pessoa que apresente pelo menos um dos critérios nos 14 dias antes do início de sintomas

- a. Contacto confirmado de COVID – 19
- b. Residente ou trabalhador em instituição com transmissão documentada de COVID – 19

De notar que o aparecimento simultâneo de 2 ou mais casos suspeitos define um “surto”. As Unidades Orgânicas têm ao seu dispor nestes casos, e só nestes casos múltiplos e sintomáticos, para fazer o despiste ou diagnóstico diferencial com outras doenças, a realização no local de testes de resposta imediata. Para tal deverá ser contactado a Equipa do Prof. Paulo Paixão na NOVA Medical School.

6. ESTABELEECER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO

São estabelecidas áreas de isolamento nas Unidades Orgânicas e na Reitoria. A colocação de um estudante ou colaborador numa área de isolamento visa impedir que outros estudantes e/ou colaboradores possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível na Universidade.

A área de isolamento (sala, gabinete, secção, zona) na Unidade Orgânica ou na Reitoria da NOVA visa evitar ou restringir o contato direto dos estudantes e colaboradores com o caso suspeito e permitir um distanciamento físico deste, relativamente aos restantes elementos da comunidade académica.

Cada Unidade Orgânica e a Reitoria da NOVA deverão para o efeito designar uma área de isolamento, que deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação

mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (por exemplo, não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com:

- Telefone;
- Cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do estudante ou colaborador suspeito de infeção por COVID-19, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- *Kit* com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica – SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.

Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do caso suspeito.

Os estudantes e colaboradores de cada unidade orgânica deverão ser informados da localização da área de isolamento na sua instituição.

7. DESIGNAÇÃO DE PONTO FOCAL

Cada Unidade Orgânica e a Reitoria da NOVA designarão um Ponto Focal responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19. Os estudantes e colaboradores serão informados de quem é o Ponto Focal da sua instituição. É a este Ponto Focal que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de estudante ou colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de estudante ou colaborador com sintomas, o Ponto Focal deverá informar a direção da Unidade Orgânica / departamento da Reitoria e ficar responsável por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência da NOVA para a Doença por Coronavírus (COVID-19).

O Ponto Focal será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contatos estabelecidos no Plano de Contingência.

8. COMO ATUAR PERANTE UM CASO SUSPEITO

Qualquer estudante ou colaborador com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique um estudante ou colaborador nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o Ponto Focal designado na respetiva unidade orgânica e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada ao estudante ou colaborador doente toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. O Ponto Focal responsável na unidade orgânica deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 2 metros) do doente.

O Ponto Focal que acompanha e presta assistência ao estudante ou colaborador com sintomas, deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contato com o caso suspeito.

No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19 ou o Ponto Focal no caso de ser necessário (estudante ou colaborador estrangeiro) deve contactar a Linha SNS 24 (**808 24 24 24**).

O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.

Após avaliação, a Linha SNS 24 informa o caso suspeito ou Ponto Focal:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do estudante ou colaborador;
- Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde (DGS), para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
 - Caso Suspeito Não Validado: fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do estudante ou colaborador. O estudante ou colaborador informa o Ponto Focal da não validação, e este último deverá informar a direção da unidade orgânica.
 - Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

Nota: Face ao aparecimento de casos suspeitos múltiplos (surto) poderão as Unidades Orgânicas, para maior celeridade, recorrer à realização de testes rápidos no local. Para tal deverão contactar a equipa do Professor Paulo Paixão na NMS.

9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

Na situação de Caso suspeito validado:

- O estudante ou colaborador 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 realização de exames laboratoriais no INSA, ou seguir outras instruções que sejam dadas pelas autoridades de saúde;
- O acesso dos outros estudantes ou colaboradores à área de isolamento fica interdito (exceto ao Ponto Focal da unidade orgânica);
- O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, ou até à sua saída das instalações seguindo outras instruções da autoridade de saúde, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contato deste caso com outro(s) estudantes ou colaboradores. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da unidade orgânica.

A Autoridade de Saúde Local informa a direção da unidade orgânica dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da unidade orgânica, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- 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.

10. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO PARA COVID-19

Na situação de caso confirmado, a direção da unidade orgânica 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 das salas de aula, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;
- Armazenar os resíduos do caso Confirmado em saco de plástico nos termos regulamentares comunicados internamente.

11. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTATOS DE RISCO

A norma da DGS n.º 15/2020, de 24/7, estabelece os critérios para a definição de contato de risco. De acordo com a norma um contato é uma pessoa que esteve exposta a um caso de COVID-19 dentro do período de transmissibilidade.

A estratificação dos contatos pelo risco de exposição é da maior importância pois determina o tipo de vigilância e de medidas a implementar. Na definição de risco de um dado contato deverá haver alguma ponderação integrando os factores atenuantes como o uso correcto de máscaras e o local, exterior ou interior, ventilado ou não. Em caso de dúvida contactar o Grupo de Missão para a COVID.

i. Exposição de Alto Risco

Considera-se Exposição de Alto Risco:

- O contato frente a frente com um caso de COVID-19 a uma distância de menos de 2 metros e durante 15 minutos ou mais
- Contato em ambiente fechado com um caso de COVID-19 (ex. coabitação, sala de aula, sala de reuniões, sala de espera) durante 15 minutos ou mais;

Muito importante:

1. O risco pode ser fortemente atenuado se o contato ocorreu no exterior e/ou;
2. Todas as pessoas envolvidas usavam máscara.

Atuação

Se a exposição for de Alto Risco o estudante ou colaborador terá de permanecer em isolamento durante 14 dias e proceder a vigilância ativa, tal como definida no anexo 1 (Fluxo de abordagem de acordo com a classificação do contato).

Ao 12.º dia deverá realizar teste de diagnóstico à COVID-19 e, se for negativo, poderá voltar à atividade letiva ou laboral ao 15.º dia.

Devem ser rastreados os contatos e informada a delegação local de saúde.

ii. Exposição de Baixo Risco

Considera-se Exposição de Baixo Risco:

- O contato frente a frente com um caso de COVID-19, a uma distância de menos de 2 metros e durante menos de 15 minutos;

- Contato em ambiente fechado com caso de COVID-19 durante menos de 15 minutos ou contato protegido (máscara em todos os intervenientes, corretamente colocada) durante 15 minutos ou mais.
- As situações de alto risco deverão ser avaliadas caso a caso – contactar Grupo de Missão COVID

Atuação

Se a exposição for de Baixo Risco o estudante ou colaborador fará vigilância passiva (medição de temperatura e vigilância de sintomas) durante 14 dias desde a última exposição, tal como definida no anexo 1 (Fluxo de abordagem de acordo com a classificação do contato) e permanecerá nas atividades letivas ou laborais. Não se vê necessária a realização de testes.

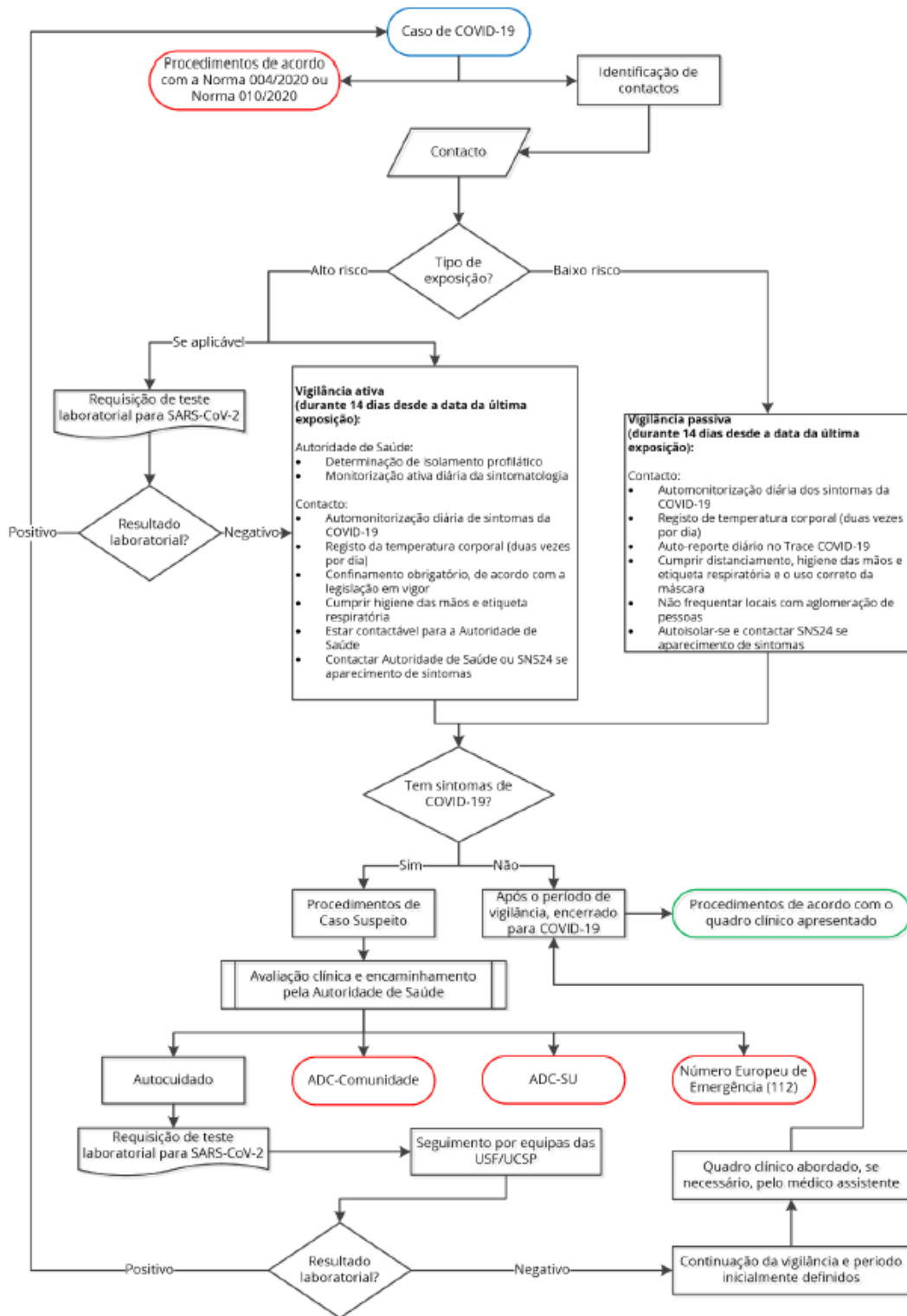
12. CRITÉRIOS DE ALTA E FIM DE MEDIDAS DE ISOLAMENTO

O fim do isolamento obrigatório dos doentes com COVID-19 é definido pelos seguintes critérios, sem necessidade de realização de um teste laboratorial para SARS – CoV-2:

1. Doentes com COVID SEM SINTOMAS - 10 dias após a realização do teste diagnóstico positivo
2. Doentes com doença ligeira ou moderada (no domicílio) – 10 dias desde o início dos sintomas, se:
 - a. Apirexia (sem antipiréticos) por 3 dias consecutivos
 - b. Melhoria de sintomas por três dias consecutivos
3. Doença grave (internamento) – 20 dias desde o início de sintomas desde que:
 - a. Apirexia (sem antipiréticos) por 3 dias consecutivos
 - b. Melhoria de sintomas por três dias consecutivos

ANEXO 1

(Fluxo de abordagem de acordo com a classificação do contato)



Fonte: Norma n.º 15/2020, DGS