



**Assunto: Medidas Preventivas - Novo Coronavírus (COVID – 19) - MUITO URGENTE**

Caros Companheiros

Solicita-se aos utentes que tenham em consideração as medidas preventivas que devem ser tomadas em consideração, tendo em vista evitar a propagação da epidemia de risco elevado, definida pela ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, pelo que devem ser observadas as seguintes recomendações :

1. **ALERTA** Trata-se dum vírus infeccioso, que pode afectar a população em geral e a comunidade do CCCA.
2. **DEFINIÇÃO** : Pode observar-se no quadro apresentado no contexto de utilizador e, sem embargo do Plano de Contingência interno, serve o presente para informar os Sócios utilizadores do Parque da Saúde, sobre os procedimentos que devem, desde já, ser adoptados.
3. **PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO** estão devidamente definidos e relembramos:
  - a) **Higienização das mãos** (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando - as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
  - b) **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);
  - c) **Conduta social** (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre sócios e entre estes e os companheiros - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais e os postos de trabalho partilhados).
  - d) **Colocação de máscara cirúrgica** (para utilização do utente com sintomas e pelos elementos que prestam assistência a esse utente. Incluir a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara)..
4. **AVALIAÇÃO DE CASO SUSPEITO DE COVID 19** :
  - a) A definição é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser verificada nos seguintes casos:
  - b) 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.
  - c) O contacto das mãos com uma superfície ou objecto 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.

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 activa 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

##### **5. PROCEDIMENTOS ESPECIFICOS NUM CASO SUSPEITO :**

- a) *O sócio doente suspeito de COVID-19 deve manter-se na sua Unidade de Alojamento em zona isolada da mesma e alertar o contacto SNS 24 (808 24 24 24).*
- b) *Deve igualmente contactar telefonicamente os serviços do Parque, através do contacto referido no verso do respectivo cartão de utente.*
- c) *O sócio ou utente nas condições referidas anteriormente, deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e verificado 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. 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 deve substituí-la por outra.*
- d) *Os acompanhantes deste utente ou sócio devem colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos*

##### **6. PLANO DE SUSPENSÃO DE ACTIVIDADE**

*De modo a prevenir excessivo contacto com elevado número de pessoas e evitar grande aglomeração de pessoas, o Conselho Directivo, decidiu que :*

- A) Suspende as aulas de ginástica Manutenção e Dança.**
- B) Suspende os ensaios do Grupo Coral**
- C) Suspende as actividades que envolvam grande aglomeração de pessoas**
- D) Suspende o funcionamento das instalações da Juventude, Espaço do Sócio, Salão de Convívio e Sala de Jogos .**
- E) Evitar grande aglomeração de Sócios nos bares em serviço no Parque, a quem se recomenda um plano de eficaz de higienização e limpeza das instalações.**

**A presente decisão terá efeitos imediatos e será reavaliada no próximo dia 26/03/2020.**

Caparica em 2020-03-12

**Grato pela atenção dispensada  
O CONSELHO DIRECTIVO**