



PÓLO ZERO

FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO



PÓLO ZERO
FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO

Plano de Contingência Pólo Zero



PÓLO ZERO
FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO

Índice

1. Horário e método de marcação de lugar	4
2. Lotação	4
3. Medidas de prevenção	5
4. Procedimentos e regras de segurança	5
5. Área de isolamento e abordagem a caso suspeito	6
5.1 Procedimentos em caso suspeito	7
5.2 Procedimentos em caso confirmado	8

1. Horário e método de marcação de lugar

O novo horário a praticar será das 10h às 18h, de segunda a sexta-feira.

A marcação de lugar deverá ser feita através de envio de email para polozero@fap.pt e a ocupação será feita por ordem de inscrição até ao máximo da lotação.

O pedido de reserva de lugar deverá ser feito, sem exceção, até às 16h do dia anterior ao pretendido, com a exceção do pedido de reserva para segunda feira, que deverá ser feito na sexta-feira anterior até às 16h.

No email deverão indicar o nome, um contacto telefónico e o horário pretendido, que deverá ser cumprido impreterivelmente. Aceitam-se reservas diárias e, no máximo, semanais.

Em caso de desistência, o utilizador deverá comunicar o mais brevemente possível através de email para polozero@fap.pt ou através do contacto telefónico 220 010 074.

Haverá uma tolerância de 15 minutos após o horário de chegada indicado no formulário. Após este prazo, a reserva de lugar ficará anulada, exceto em situações comunicadas aos serviços do Pólo Zero.

2. Lotação

A lotação será reduzida a 50%, estando disponíveis 33 lugares nas mesas de estudo e 4 lugares na zona dos sofás sentada.

Os utilizadores deverão sentar-se nos lugares marcados nas mesas de estudo e nos bancos corridos na zona dos sofás.

É expressamente proibida a utilização de lugares sentados que não os indicados.

3. Medidas de prevenção

- Disponibilização de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica: entrada, zona do microondas, balcão de atendimento;
- No balcão de atendimento estará disponível um acrílico de separação entre os utilizadores e os colaboradores do Pólo Zero;
- Disponibilização de dois sprays de limpeza e papel de mãos por cada mesa de estudo;
- Não estará disponível para utilização a máquina de vending, o serviço de cópias, nem a requisição de computadores ou cacifos;
- Não estarão disponíveis o projeto de Troca de Livros nem os livros existentes na pequena biblioteca do Pólo Zero;
- Implementação de sinalética de carácter instrutivo e de prevenção;
- Definição de área de isolamento em casos suspeitos de infeção.

4. Procedimentos e regras de segurança

- A frequência do Pólo Zero apenas pode ser feita sob marcação prévia, exceto quando haja lugares não reservados;
- É obrigatória a desinfeção das mãos à entrada do Pólo Zero. Para isso estará disponível um dispensador de solução antisséptica de base alcoólica;
- É obrigatória a desinfeção do lugar de estudo, tanto da mesa quanto da cadeira, antes e depois da sua utilização;
- A lotação da zona de refeições estará reduzida a 2 utilizadores em simultâneo, no máximo, e será de uso exclusivo para refeição. Será obrigatória a desinfeção da mesa



PÓLO ZERO
FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO

e cadeira utilizados antes e depois do seu uso. Para isso será disponibilizado um spray e papel de mãos;

- Todos os papéis utilizados para a desinfeção de mesas e cadeiras deverão ser corretamente descartados nos contentores distribuídos pelo espaço;
- A lotação das casas de banho estará restringida a uma pessoa por casa de banho (masculina e feminina). É expressamente proibido mais do que um utilizador nas mesmas;
- Caso a casa de banho esteja ocupada, deverá ser respeitada a sinalética que se encontra no chão, esperando na marca indicada.

5. Área de isolamento e abordagem a caso suspeito

Foi definida como área de isolamento a arrecadação exterior do Pólo Zero. Esta área estará equipada com:

- cadeira
- 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
- toalhetes de papel
- máscara(s) cirúrgica(s)
- termómetro

Este espaço não possui instalações sanitárias para utilização exclusiva do caso suspeito, pelo que a casa de banho para utilizadores de mobilidade reduzida será vedada e usada exclusivamente pelo caso suspeito.

5.1 Procedimentos em caso suspeito

Na situação de caso suspeito validado:

- Estabelecer contacto com a Coordenadora do Pólo Zero: Bruna Oliveira- 967 197 065
- O colaborador ou utilizador 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;
- O acesso dos outros colaboradores ou utilizadores à área de isolamento fica interdito (exceto à coordenadora do Pólo Zero);
- O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste caso com outro(s) colaboradores ou utilizadores.
- Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações, com a exceção de deslocações à casa de banho.

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a direção da unidade orgânica dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso não for confirmado, 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 Local.

5.2 Procedimentos em caso confirmado

Na situação de caso confirmado, a Coordenadora 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 de zonas de uso comum como a zona de refeições.
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico.

5.3 Procedimentos na vigilância de contactos próximos

Considera-se contacto próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- Alto risco de exposição, definido como:
 - Colaborador ou utilizador que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
 - Colaborador ou utilizador que partilhou com o caso confirmado objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias).
- Baixo risco de exposição (casual), definido como:



PÓLO ZERO

FEDERAÇÃO ACADÉMICA DO PORTO

- o Colaborador ou utilizador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a 15 gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- o Colaborador ou utilizador que prestou(aram) assistência ao caso confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Coordenadora, 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).
- O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguinte:

Alto Risco de Exposição	Baixo Risco de Exposição
<ul style="list-style-type: none">• 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.	<ul style="list-style-type: none">• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.



PÓLO ZERO

Alto Risco de Exposição	Baixo Risco de Exposição
<ul style="list-style-type: none">• Restringir o contacto social ao indispensável.• Evitar viajar.• Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	

É importante sublinhar que:

- A auto monitorização diária, feita pelo colaborador ou utilizador, 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 se verificarem sintomas da COVID-19 e o colaborador ou utilizador estiver no local de trabalho, devem-se iniciar os PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.