



Fisiolar
Saúde ao Domicílio

**PLANO
DE CONTINGÊNCIA**

COVID-19





ÍNDICE

A “NOVA REALIDADE”	2
NORMAS E RECOMENDAÇÕES DE SEGURANÇA PARA A REALIZAÇÃO DE CONSULTAS DOMICILIÁRIAS	2
AVISO DE SINTOMATOLOGIA	5

SIGLAS

DGS - Direção-Geral da Saúde

EPI - Equipamento de Proteção Individual

SNS - Sistema Nacional de Saúde

LAM - Linha de Apoio ao Médico

INEM - Instituto Nacional de Emergência Médica

INSA - Instituto Nacional de Saúde - Doutor Ricardo Jorge

CONTACTOS

Quaisquer dúvidas relativas às medidas adotadas ou outras questões relacionadas com a COVID-19, nomeadamente reporte de sintomatologia, poderá contactar diretamente através do número **212 841 984**, ou enviar um e-mail para **info@fisiolar.pt**



A “NOVA REALIDADE”

A pandemia provocada pela COVID-19 veio desafiar-nos de uma forma sem precedentes. Estamos cientes de que a forma como até aqui colaborámos, convivemos e partilhámos, não terá lugar a breve trecho, impondo-se uma “nova realidade”. Neste contexto, criámos novas rotinas em prol da nossa saúde e do bem-estar dos nossos pacientes.

Em linha com as orientações do governo apresentamos este plano onde é estabelecido a forma como faremos esta adaptação. Aqui estarão compiladas, de forma clara e objetiva, as recomendações e normas de segurança emitidas pela Direção Geral de Saúde (DGS), complementadas com outras que consideramos benéficas para o desenvolvimento da nossa atividade profissional em segurança, com o conforto e confiança de todos. Desta forma, solicitamos a leitura atenta e integral do presente documento.

Este plano será atualizado sempre que se justifique.

NORMAS E RECOMENDAÇÕES DE SEGURANÇA PARA A REALIZAÇÃO DE CONSULTAS DOMICILIÁRIAS

A segurança de todos é para nós uma prioridade absoluta, pelo que pretendemos garantir a implementação de todas as normas e recomendações de segurança possíveis. Importa, contudo, lembrar que o sucesso deste plano depende sobretudo do nosso compromisso com o cumprimento das regras aqui explanadas.

USO DE MÁSCARA

O uso de máscara por parte dos pacientes é obrigatório, excluindo os momentos em que a natureza da intervenção não o permita. É fundamental que as máscaras utilizadas cumpram com as normas e como tal, sejam substituídas após cada utilização, no caso de serem descartáveis, ou lavadas periodicamente no caso de máscaras sociais.



ACOMPANHAMENTO

Sempre que possível os pacientes deverão **realizar as consultas sem mais acompanhantes na divisão onde se encontram**. Caso não seja possível, devem solicitar aos mesmos que **utilizem máscara e mantenham uma distância de segurança**.

VENTILAÇÃO DOS ESPAÇOS

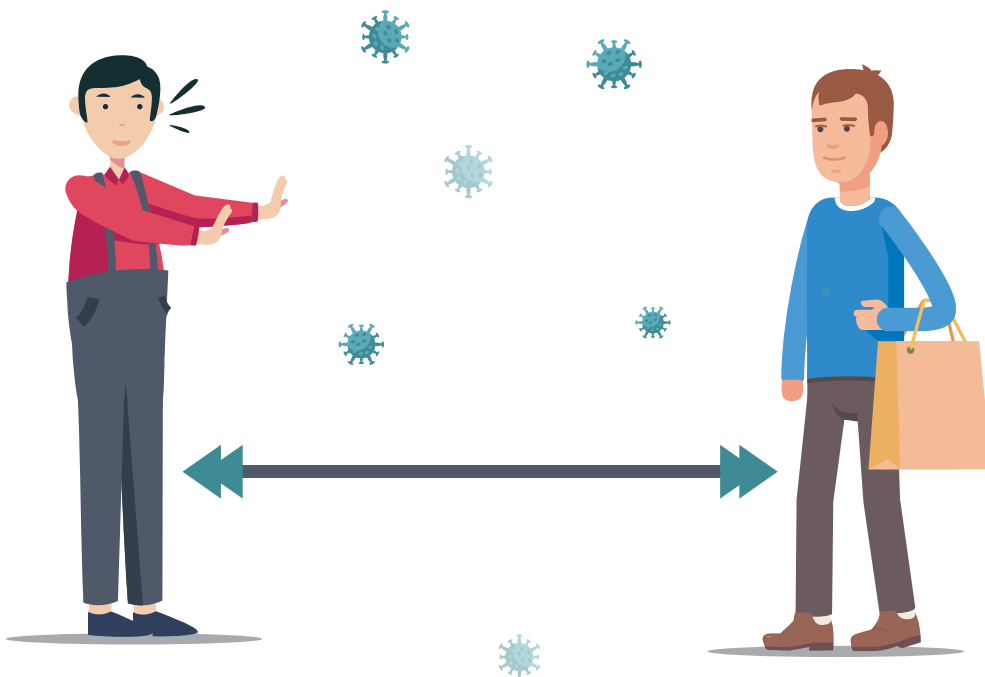
Deve ser privilegiada a realização das consultas em **local arejado**, com a abertura de janelas ou portas, na medida do adequado, sendo que o **uso de aparelhos de ar condicionado** poderá servir para auxiliar na renovação de ar, principalmente em locais sem janelas.

EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

O uso de EPI adequado pelo profissional de saúde é **obrigatório** na realização das consultas presenciais.

DISTÂNCIA SOCIAL

A DGS recomenda uma distância entre indivíduos de 2 metros no caso de espaços fechados. Nesse sentido, deve ser feito um esforço para garantir esta distância sempre que possível.





HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Deve ser feita imperativamente no início e fim das consultas, de acordo com as recomendações da DGS abaixo representadas, e sempre que se revelar adequado no decorrer da intervenção.



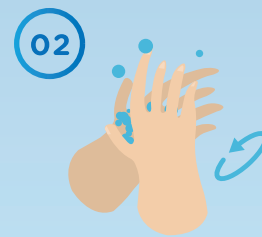
Duração total do procedimento: 20 segundos



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



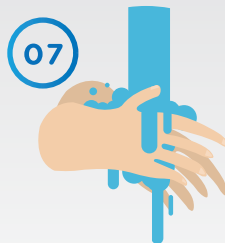
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável



ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Devem igualmente seguir-se as recomendações da DGS no que concerne à etiqueta respiratória, conforme imagem abaixo: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com a parte interior do cotovelo, nunca com as mãos; deitar sempre o lenço de papel no lixo) e lavar as mãos em seguida.



AVISO DE SINTOMATOLOGIA

PACIENTES

Os pacientes ou os seus responsáveis devem reportar telefonicamente à Fisiolar caso revelem sintomas suspeitos (febre, tosse ou dificuldade respiratória), ou caso tomem conhecimento de ter estado em contacto com um caso suspeito, desmarcando antecipadamente as consultas agendadas. Deverá ser feito um contacto para a linha SNS 24 (808 24 24 24) para se saber como proceder e posteriormente informar a Fisiolar do que foi recomendado.

PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Os profissionais de saúde também têm instruções para não se apresentarem ao serviço caso tenham sintomas suspeitos (febre, tosse ou dificuldade respiratória), ou caso tomem conhecimento de ter estado em contacto com um caso suspeito. Nestas circunstâncias, devem avisar telefonicamente a Fisiolar para que os seus agendamentos sejam suspensos e os pacientes com quem tiveram contacto recente, informados.



Fisiolar
Saúde ao Domicílio