

Versão 1.0, de 16 de março de 2020

# Plano de Contingência da Universidade Federal Fluminense frente à pandemia da doença pelo **SARS-COV-2 (COVID-19)**

 Universidade  
Federal  
Fluminense



<b>1 - Introdução</b>	<b>4</b>
<b>2 - Orientações para discentes, docentes e técnicos administrativos na comunidade da Universidade Federal Fluminense</b>	<b>5</b>
<b>3 - Orientações para os gestores na comunidade da Universidade Federal Fluminense</b>	<b>6</b>
<b>4 - Orientações aos Gestores dos contratos terceirizados relativos a serviço de alimentação e limpeza nos campi da UFF</b>	<b>7</b>
<b>5 - Orientação para os casos de pessoas suspeitas de infecção pelo novo coronavírus dentro da comunidade da UFF</b>	<b>8</b>
<b>6 - Considerações finais</b>	<b>8</b>
<b>7 - Bibliografia citada e consultada</b>	<b>9</b>
<b>Anexos</b>	<b>10</b>



# Grupo de Trabalho responsável pela redação e revisão desse plano

**ALUISIO GOMES DA SILVA JUNIOR**, professor do magistério superior, Departamento de Planejamento e Saúde, Instituto de Saúde Coletiva, matrícula SIAPE nº 307640.

**ANDRÉ RICARDO ARAUJO DA SILVA**, professor do magistério superior, Departamento Materno Infantil, Faculdade de Medicina, matrícula SIAPE nº 1569285.

**CAROLINE DE SOUZA BARROS**, professora do magistério superior, Departamento de Imunobiologia, Instituto de Biologia, matrícula SIAPE nº 2998335.

**FATIMA DE AZEVEDO LOUREIRO**, médica, Coordenação de Atenção à Saúde e Qualidade de Vida, Divisão de Promoção e Vigilância em Saúde, Pró-reitoria de Assuntos Estudantis, matrícula SIAPE nº 2126728.

**ISMAR ARAUJO DE MORAES**, professor do magistério superior, Departamento Fisiologia e Farmacologia, Instituto Biomédico matrícula SIAPE nº 6311191.

**KARLA REGINA OLIVEIRA DE MOURA RONCHINI**, professora do magistério superior, Departamento de Medicina Clínica, Faculdade de Medicina, matrícula SIAPE nº 1558707.

**LUIZ SERGIO KEIM**, professor do magistério superior, Departamento de Medicina Clínica, Faculdade de Medicina, matrícula SIAPE nº 0303968.

**MARIA HELENA COSENDEY DE AQUINO**, professor do magistério superior, Departamento de Saúde Coletiva Veterinária e Saúde Pública, Faculdade de Veterinária, matrícula SIAPE nº 311231.

**REGINA FERNANDES FLAUZINO**, professora do magistério superior, Departamento de Epidemiologia e Bioestatística, Instituto de Saúde Coletiva, matrícula SIAPE nº 2099743.

**RITA DE CÁSSIA NASSER CUBEL GARCIA**, professor do magistério superior, Departamento Microbiologia e Parasitologia, Instituto Biomédico, matrícula SIAPE nº 310897.

**ROBERTO CARLOS DE BRITO BARCELLOS**, professor do magistério superior, Departamento de Medicina Clínica, Faculdade de Medicina, matrícula SIAPE nº 6999294.

**SIMONE MARTINS REMBOLD**, professora do magistério superior, Departamento de Cirurgia Geral e Especializada, Faculdade de Medicina, matrícula SIAPE nº 7308781.

**VIRGINIA LÉO DE ALMEIDA PEREIRA**, professora do magistério superior, Departamento de Saúde Coletiva Veterinária e Saúde Pública, Faculdade de Veterinária, matrícula SIAPE nº 1478186.

# 1 - Introdução

A doença respiratória chamada COVID-19 é causada pelo agente etiológico denominado SARS-CoV-2. Esse novo coronavírus surgiu inicialmente na China, em dezembro de 2019, quando foi detectado um surto de doença respiratória em trabalhadores e frequentadores de um mercado de alimentos de Wuhan, capital da província de Hubei. Rapidamente se espalhou pelo país e pelo mundo. Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a COVID-19 uma pandemia.

No Brasil já são muitos os casos confirmados, de acordo com os dados do Ministério da Saúde, incluindo ocorrências no estado do Rio de Janeiro.

Os sintomas mais comuns da COVID-19 são semelhantes aos de uma gripe: febre, cansaço e tosse seca. Alguns pacientes podem ter dor de cabeça, dores musculares, congestão nasal, coriza, dor de garganta e diarreia. Esses sintomas geralmente são leves e começam gradualmente. Algumas pessoas são infectadas mas não apresentam sintomas e não se sentem mal. A maioria (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial. Cerca de uma em cada seis pessoas com COVID-19 fica gravemente doente e desenvolve dificuldade de respirar. Os idosos (acima de 60 anos) e os que têm problemas médicos subjacentes (comorbidades), como doença respiratória crônica, pressão alta, problemas cardíacos ou diabetes, têm maior probabilidade de desenvolver doenças graves. Quaisquer pessoas com febre, tosse e dificuldade em respirar devem procurar atendimento médico (OMS, 2020).

Por ser uma doença nova, alguns aspectos epidemiológicos ainda não são conhecidos completamente, como o exato período de incubação, a possibilidade de transmissão a partir de portadores assintomáticos e o índice de transmissibilidade.

A Universidade Federal Fluminense, por meio da Portaria (66.622/2020), nomeou um Grupo de Trabalho (GT-Covid19-UFF), composto por docentes e técnicos administrativos com o objetivo de estudar, planejar e executar ações integradas de acompanhamento, conscientização e prevenção da doença no âmbito institucional.

Além da produção de material educativo e divulgação para a comunidade interna e externa da universidade, coube ao GT-Covid19-UFF a elaboração de um Plano de Contingência local, com base nos planos de contingência nacional e estadual do Rio de Janeiro para infecção humana pelo novo coronavírus.

Este plano visa orientar todas as unidades da UFF e poderá sofrer alterações à medida que novos conhecimentos sejam adquiridos e que o cenário epidemiológico da doença mude no Brasil.

## Os objetivos deste plano são:

- 1- Traçar diretrizes para a comunidade da Universidade Federal Fluminense, proporcionando um ambiente institucional mais seguro e saudável no contexto da Covid-19;
- 2- Orientar os procedimentos básicos a serem adotados para a manutenção das atividades da instituição no período atual da pandemia, respeitadas as individualidades de cada unidade.

As diferentes unidades e os serviços da UFF podem ter planos contingenciais próprios para suas necessidades específicas não previstas neste plano geral, desde que respeitem as orientações da instituição e das autoridades de saúde do município, do estado e do país. Estes planos devem ser elaborados e encaminhados pela direção de cada unidade ao Gabinete da Reitoria para ciência e acompanhamento.

## 2 - Orientações para discentes, docentes e técnicos administrativos na comunidade da Universidade Federal Fluminense

Além de seguir as orientações atualizadas sobre contenção e prevenção da COVID-19 do Ministério da Saúde, todos devem adotar medidas individuais de prevenção e proteção nos ambientes institucionais, entre elas:

- Lavar correta e frequentemente as mãos com água e sabão (Anexo);
- Higienizar com álcool 70% sempre que não for possível a lavagem das mãos e após tocar superfícies ou objetos que tragam risco, como: maçanetas das portas, corrimãos, botões de elevador, relógio de ponto eletrônico e após o uso de transportes públicos, entre outros;
- Limpar com frequência as superfícies e os equipamentos de contato (teclado, bancadas, balcões, mesas, telefones, entre outros);
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como escovas de dente, toalhas, copos e talheres;
- Fazer uso de copos ou garrafas individuais para o consumo de água, evitando o contato direto da boca com as torneiras dos bebedouros;
- Evitar a prática de cumprimentar com aperto de mãos ou beijos;
- Seguir as regras de etiqueta respiratória para proteção em casos de tosse e espirros;
- Buscar sempre que possível o afastamento entre as mesas no setor de trabalho, de modo a aumentar a distância entre as pessoas (colegas, atendentes e atendidos); manter o ambiente arejado e com as janelas e portas abertas;
- Promover o distanciamento social, não permanecendo em locais com aglomerações e fechados, sem que isso seja de absoluta necessidade.
- Evitar, na medida do possível, viagens ou deslocamentos que não sejam estritamente necessários, mesmo para outros municípios;
- Após o retorno de viagens a países com casos de COVID-19, comunicar o fato por e-mail à chefia imediata ou, no caso de discentes, ao coordenador do curso. Nessas situações, recomenda-se manter as atividades à distância por sete dias, contados a partir da data do retorno, ou até que um diagnóstico descarte a ocorrência da doença. A comprovação documental da viagem é de natureza obrigatória e deverá ser feita junto à chefia imediata ou à coordenação de curso no retorno às atividades presenciais.

### 3 - Orientações para os gestores na comunidade da Universidade Federal Fluminense

De acordo com o panorama epidemiológico da doença em níveis local, regional, nacional ou internacional, os gestores deverão estar atentos para analisar a possibilidade de adoção de medidas coletivas de prevenção e controle no âmbito da UFF, entre elas:

- Suspender atividades, tais como aulas inaugurais, posses, cerimônias e eventos em que esteja prevista grande concentração de pessoas;
- Cancelar viagens não essenciais (dentro do país e para o exterior) de docentes, discentes e técnicos administrativos até que o panorama se mostre mais seguro, salvo aquelas estritamente necessárias;
- Promover, facilitar e prover os materiais necessários para as ações educativas voltadas para o controle da COVID-19 em todos os segmentos dentro das unidades administrativas;
- Promover constante reforço nas ações de orientação, prevenção, etiquetas de contato e respiratória, além das medidas de higienização amplamente divulgadas;
- Garantir o provimento de dispensador de sabonete líquido, suporte com papel toalha, lixeira com tampa com acionamento por pedal e dispensadores com preparações alcoólicas para as mãos (álcool em gel), em pontos de maior circulação, tais como: recepção, corredores de acessos à sala de aulas e refeitório;
- Estimular a realização de reuniões virtuais, por videoconferência, webconferência ou ferramentas similares do tipo à distância;
- Realizar as reuniões necessárias em ambientes bem arejados ou ao ar livre;
- Ajustar, sempre que possível, o regime de trabalho dos servidores ou as atividades acadêmicas de estudantes pertencentes ao grupo dos vulneráveis de forma a executá-las no domicílio. São vulneráveis os idosos com mais de 60 anos, gestantes e pessoas portadoras de imunodeficiência ou doenças crônicas cardiovasculares, renais, pneumopatias, diabetes, câncer, entre outros;
- Estender a condição do trabalho remoto para os servidores e alunos que comprovada e necessariamente coabitam espaços domiciliares com pessoas do grupo de vulneráveis, ou que tenham realizado recentes intervenções cirúrgicas, estejam realizando tratamento de saúde que cause diminuição da imunidade, transplantados e doentes crônicos, independentemente da faixa etária;
- Estimular o trabalho em horários alternativos em escala;
- Expedir os atos necessários para regulamentação do trabalho remoto dos alunos e dos servidores, neste último caso atentando para a manutenção da continuidade e essencialidade das atividades da Administração Pública;
- Cancelar férias de docentes e técnicos administrativos quando considerados essenciais para o enfrentamento da pandemia;
- Suspender novas missões de estrangeiros para o desenvolvimento de atividades na UFF.

## 4 - Orientações aos Gestores dos contratos terceirizados relativos a serviço de alimentação e limpeza nos campi da UFF

- Certificar se houve capacitação de todos os terceirizados envolvidos nas atividades de limpeza e fornecimento de alimentação nos campi;
- Estabelecer critérios de avaliação permanente da qualidade e eficácia dos serviços prestados, respeitadas as questões contratuais e estimulando os aspectos colaborativos de ambas as partes.
- Garantir a intensificação da limpeza dos banheiros, principalmente quanto ao uso de álcool 70%, nas torneiras, válvulas de descargas e trincos/maçanetas de portas, seguindo os demais protocolos de higiene da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa);
- Garantir a realização da limpeza e desinfecção das superfícies das salas de aula e demais espaços (cadeiras, mesas, aparelhos, bebedouros e equipamentos) após o uso. Preconiza-se a limpeza das superfícies, com detergente neutro, seguida de desinfecção (álcool 70% ou hipoclorito de sódio a 1%);
- Orientar as empresas contratadas quanto à necessidade de disponibilização em quantidade suficiente de álcool em gel na concentração de 70% para a higienização das mãos e álcool líquido na mesma concentração para uso eventual necessário.

## 5 - Orientação para os casos de pessoas suspeitas de infecção pelo novo coronavírus dentro da comunidade da UFF

Em casos de febre e sintomas respiratórios (tosse ou dificuldades para respirar), siga os seguintes passos:

- 1º - Não compareça à UFF até que os sintomas regridam, independentemente do tipo de vínculo que você tenha;
- 2º - Avise por e-mail a chefia imediata se servidor, e se aluno comunique ao coordenador do curso ao qual estiver vinculado;
- 3º - Procure atendimento na rede de assistência básica pública ou privada de saúde;
- 4º - Garanta a comprovação pelo médico do setor de saúde para futura comprovação junto ao CASQ ou coordenação de curso;
- 5º - Utilize o telefone 136 e o aplicativo disponibilizado pelo Ministério da Saúde (Coronavírus-SUS) para encontrar uma unidade de saúde mais próxima de sua residência, em caso de necessidade e como ferramenta preliminar de identificação de sintomas suspeitos.

## 6 - Considerações finais

Este plano de contingência poderá sofrer alterações e complementações em novas versões conforme a mudança do cenário epidemiológico da COVID-19.



## 7 - Bibliografia citada e consultada

BRASIL. Ministério da Saúde. Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus Covid-19. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/13/plano-contingencia-coronavirus-COVID19.pdf>>. Acesso em: 13/03/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Plataforma Integrada de Vigilância em Saúde. Notificação de casos de doença pelo coronavírus 2019 (COVID-19). Disponível em: <<http://plataforma.saude.gov.br/novocoronavirus/#COVID-19-brazil>>. Acesso em 13/03/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria MS nº 356 – Medidas de Enfrentamento ao COVID – 19. Acesso em:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico 05- Centro de Operações de Emergência em Saúde Pública COVID 19.

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. PLANO DE CONTINGÊNCIA DA FIOCRUZ DIANTE DA PANDE- MIA DA DOENÇA PELO SARS-CoV-2 (COVID-19), versão 01 de 12 de março de 2020.

OMS. Organização Mundial de Saúde. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>>. Acesso em: 13/03/2020

Secretaria de Estado de Saúde e Defesa Civil. Governo do Estado do Rio de Janeiro. Plano de Resposta de Emergência ao Coronavírus no Estado do Rio de Janeiro. Subsecretaria de Vigilância em Saúde.

OPAS. Organização Panamericana de Saúde. Higienização correta das mãos é fundamental para garantir segurança do paciente. Disponível em: <<http://www.paho.org>>. Acesso em: 13/03/2020.

UNIRIO. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19 – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, de 11 de março de 2020.

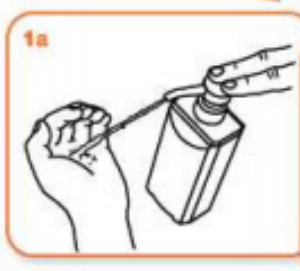
# Anexos

## Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?

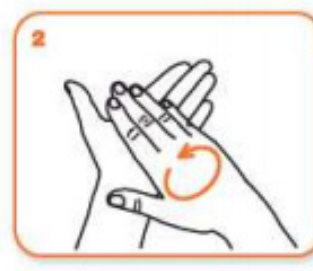
**Friccione as mãos com Preparações Alcoólicas! Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas!**



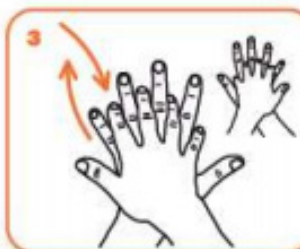
Duração de todo o procedimento: 20 a 30 seg



1a Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos



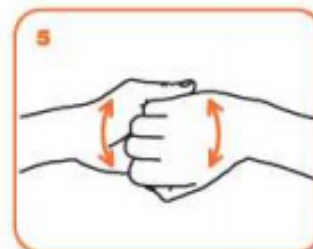
2 Friccione as palmas das mãos entre si



3 Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa



4 Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados



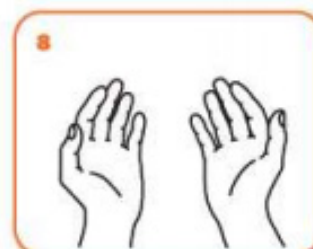
5 Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com um movimento de vai-e-vem e vice-versa



6 Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa



7 Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa



8 Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras

Fonte: OPAS, 2020

[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5077:higienizacao-correta-das-maos-e-fundamental-para-garantir-seguranca-do-paciente&Itemid=812](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5077:higienizacao-correta-das-maos-e-fundamental-para-garantir-seguranca-do-paciente&Itemid=812)

## Como Higienizar as Mãos com Água e Sabonete?

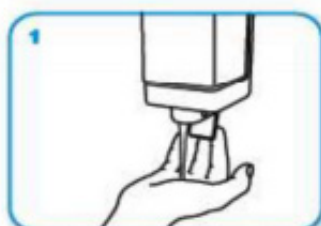
Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas! Senão, friccione as mãos com preparações alcoólicas!



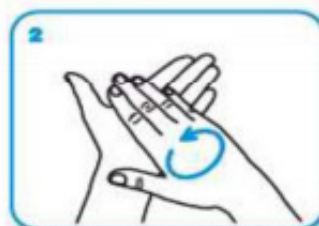
Duração de todo o procedimento: 40 a 60 seg



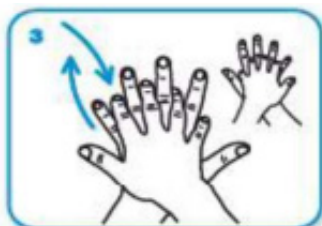
Molhe as mãos com água



Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos



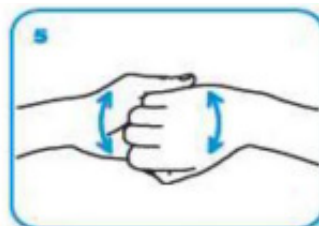
Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si



Esfregue a palma da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa



Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais



Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa



Esfregue o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa



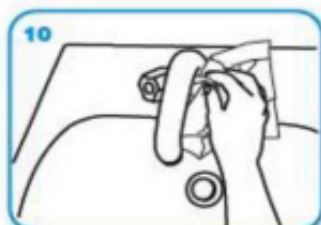
Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa



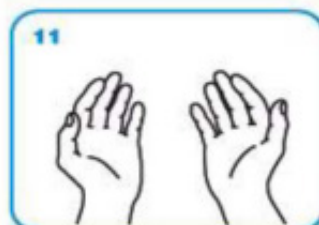
Enxague bem as mãos com água



Seque as mãos com papel toalha descartável



No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha



Agora, suas mãos estão seguras

Fonte: OPAS, 2020

[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5077:higienizacao-correta-das-maos-e-fundamental-para-garantir-seguranca-do-paciente&Itemid=812](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5077:higienizacao-correta-das-maos-e-fundamental-para-garantir-seguranca-do-paciente&Itemid=812)

**uff** Universidade  
Federal  
Fluminense

