



AEFC

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO FORTE DA CASA

# **Plano de contingência (COVID-19)**

**2020/2021**

## ÍNDICE

### Conteúdo

1. SUMÁRIO.....	3
2. INTRODUÇÃO.....	3
3. OBJETIVOS.....	3
4. GENERALIDADES SOBRE A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19) .....	4
4.1 A TRANSMISSÃO DO COVID-19 .....	5
5. O QUE É UM CASO SUSPEITO .....	6
6. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO .....	6
7. PONTO FOCAL E EQUIPA OPERATIVA.....	7
8. MEDIDAS DE MANUTENÇÃO DA ATIVIDADE ESCOLAR EM SITUAÇÃO DE CRISE .....	8
9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO.....	9
10. ATUAÇÃO DO AGRUPAMENTO PERANTE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19 FORA DO ESTABELECIMENTO .....	11
11. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO.....	11
12. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS.....	11
13. USO DE MÁSCARAS NO AGRUPAMENTO.....	13
14. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO DA INFEÇÃO .....	14
15. MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS .....	15
16. PROCEDIMENTOS E REGRAS DE SEGURANÇA A ADOTAR NO AGRUPAMENTO.....	15
ANEXO I - FLUXOS DE INFORMAÇÃO INTERNA.....	19
ANEXO II - MEDIDAS DE PREVENÇÃO DA TRANSMISSÃO DO COVID-19 .....	21
ANEXO III – FOLHETO INFORMATIVO: RECOMENDAÇÕES GERAIS.....	23
Anexo IV – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO ....	24
Anexo V – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM GEL ALCOÓLICO ...	25
Anexo VI – COMO COLOCAR CORRETAMENTE A MÁSCARA .....	26

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

### **1. SUMÁRIO**

O Plano de Contingência do Agrupamento de Escolas do Forte da Casa tem como objetivo geral «manter a atividade da instituição escolar face aos efeitos da pandemia, nomeadamente o absentismo dos profissionais e dos alunos e respetivas repercussões nas atividades escolares e no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa».

A escola assume um papel muito importante na prevenção da pandemia de Covid-19, pela possibilidade de contágio e rápida propagação da doença entre os seus alunos e profissionais.

Ter um Plano de Contingência significa estar preparado e ter a capacidade de tomar medidas de ação rápidas, assim como recuperar rapidamente das consequências desta situação.

### **2. INTRODUÇÃO**

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência do AEFC para a Doença por Coronavírus (COVID-19) que pretende fornecer informação à Comunidade Educativa (CE) sobre as medidas de prevenção e controlo deste surto e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados. O Plano de Contingência do AEFC da pandemia por Coronavírus (COVID-19) foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento. A CE será devidamente informada sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: Boletim Informativo, por correio eletrónico, afixação de cartazes nos espaços comuns, etc. De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do AEFC será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados. O AEFC está comprometido com a proteção da saúde e a segurança dos seus utentes, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto deste surto na comunidade, face às valências de conhecimento que se detém nesta área.

### **3. OBJETIVOS**

O Plano de Contingência do Agrupamento de Escolas do Forte da Casa tem como objetivo principal a deteção precoce de suspeitas clínicas de CoVID-19 e a ativação dos mecanismos de alerta previstos.

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

Tem como objetivos específicos:

- Estabelecer as medidas e procedimentos para manter as atividades/serviços essenciais em funcionamento;
- Promover medidas de prevenção e educação da população escolar;
- Minimizar e conter a propagação do vírus.

## **4. GENERALIDADES SOBRE A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)**

### **1. O que é a COVID-19?**

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infecção é ainda desconhecida.

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infecção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

### **2. Quais os sintomas da doença pelo Corona Vírus?**

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infecção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo haver ainda outros sintomas, entre os quais, dor de garganta, dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, dor no peito e dor de cabeça, entre outros. A pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas (assintomática).

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

### **3. Qual é o período de incubação da doença?**

O período de incubação ainda se encontra sob investigação, mas pensa-se que varie entre 2 a 14 dias.

### **4. A doença pelo novo Corona vírus pode ser tratada?**

O tratamento para a infecção por este novo coronavírus é dirigido aos sinais e sintomas apresentados.

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

### **5. Qual a melhor forma de evitar a disseminação do vírus, no caso de estar doente?**

Ligar para a Saúde 24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações.

Limite o contacto com outras pessoas, tanto quanto possível.

Cubra a boca e o nariz quando espirrar ou tossir, usando uma máscara. Nunca com as mãos!

Utilize lenços de papel uma única vez e coloque-os de imediato no lixo.

Lave frequentemente as mãos com água e sabão, em especial após tossir ou espirrar.

Pode usar toalhetes descartáveis com soluções alcoólicas.

### **6. Qual é a melhor técnica de lavagem das mãos?**

Lavar as mãos frequentemente ajuda a evitar o contágio por vírus e por outros germes.

Recomenda-se que use sabão e água, pelo menos durante 20 segundos. Quando tal não for possível, podem ser usados toalhetes descartáveis, soluções e gel de base alcoólica, que se adquirem nas farmácias e nos supermercados. Se utilizar um gel, esfregue as mãos até secarem e não use água. (Ver anexo II)

### **7. Existe alguma vacina contra o Covid-19?**

Não existe vacina. Sendo um vírus recentemente identificado, estão em curso o desenvolvimento de várias vacinas.

## **4.1 A TRANSMISSÃO DO COVID-19**

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contacto 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 (perímetro até 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.

## 5. O QUE É UM CASO SUSPEITO

A classificação de um caso como suspeito de doença por coronavírus (COVID-19) deve obedecer a critérios clínicos e epidemiológicos. A definição seguinte é baseada na informação atualmente disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença (ECDC).

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
<p style="text-align: center;">Febre E/OU Tosse E/OU Dificuldade respiratória</p>	<p style="text-align: center;"><b>História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início de sintomas</b> OU <b>Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas</b> OU <b>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19</b></p>

## 6. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO

Estão definidas **áreas de isolamento** para alunos, pessoal docente e não docente. A colocação de um utente ou visitante suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros colaboradores possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível. A saber:

- **Escola EB1 Professor Romeu Gil:** Sala com marquesa do corredor 2 e sala de reuniões.
- **Escola EB 2,3:** Sala de Secretariado de Exames e Sala de 1ºs Socorros.
- **Escola Secundária:** Sala de funcionárias (Bloco G), Sala 7 (Bloco A).

Estas salas deverão estar equipadas com:

- ◆ telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador/aluno, 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);

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

- ◆ solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- ◆ toalhetes de papel;
- ◆ máscara(s) cirúrgica(s);
- ◆ luvas descartáveis;
- ◆ Termómetro digital sem contacto.

Nestas áreas, ou na sua proximidade, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do caso suspeito. Toda a Comunidade Educativa deve ser informada da localização da área de isolamento e esta encontra-se devidamente sinalizada.

**Nota:** A área de isolamento não deve ser utilizada por mais do que um caso suspeito em simultâneo, a não ser que sejam coabitantes. Na eventualidade de serem identificados vários casos suspeitos em simultâneo, deve recorrer-se a outras salas que não estejam a ser utilizadas para isolamento dos restantes casos suspeitos, cumprindo os mesmos procedimentos dos aplicados à área de isolamento.

## **7. PONTO FOCAL E EQUIPA OPERATIVA**

O Diretor do AEFC designa a professora Cláudia Cadavez como Responsável (Ponto Focal) e o professor Paulo Marques como Ponto Focal Substituto, pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19, devendo a Comunidade Educativa ser devidamente informada. É a este Responsável que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de um colaborador ou visitante com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de um utente ou visitante com sintomas, o Responsável deverá assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do AEFC 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 contactos estabelecidos no Plano de Contingência.

## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

<b>Ponto Focal</b>	Cláudia Cadavez	219658830 Extensão 602
<b>Ponto Focal (substituto)</b>	Dr. Paulo Marques	219658830 Extensão 606

A coordenação global do Plano de Contingência é feita pelo Diretor do Agrupamento de Escolas do Forte da Casa, José Alberto Silva, e é apoiada por uma Equipa Operativa constituída pelos elementos efetivos infra de cada um dos estabelecimentos de ensino do Agrupamento bem como pelos respetivos elementos suplentes.

Elementos Efetivos:

- Subdiretor – Paulo Marques
- Coordenadores de Estabelecimento – Helena Lopes e Cristina Sabino
- Chefe do Pessoal Não Docente – Maria do Carmo Robalo
- Um Elemento do Conselho Geral - Representante dos Encarregados de Educação – Nelson Rocha
- Coordenadora do PES – Vera Saraiva
- Coordenadores dos Diretores de Turma dos três Estabelecimentos de Ensino – Isabel Belchior, João Paulo Cardoso, Maria João Valério, Gilberto Rua, Vera Picado

Elementos suplentes:

- Um elemento da Direção – Sandra Pereira
- Um elemento do Conselho Geral – Clara Sequeira
- Um elemento do ASE – Ana Gil

## 8. MEDIDAS DE MANUTENÇÃO DA ATIVIDADE ESCOLAR EM SITUAÇÃO DE CRISE

- A constituição de diferentes equipas de pessoal não docente, de modo a garantir a sua substituição na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento;



## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

- Uso de correio electrónico, de forma a facilitar o contacto professor/aluno.
- Atualização do ficheiro com os contactos telefónicos e electrónicos, Centros de Saúde dos utentes, número de utente, do Pessoal Docente e Não Docente (início do ano escolar).
- Atualização do ficheiro com os contactos telefónicos e electrónicos, Centros de Saúde dos utentes, número de utente, dos alunos, a efetuar no início do ano escolar, através dos Diretores de Turma.

## 9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Na situação de **caso suspeito** é ativado o Plano de Contingência:

- É contactado o Ponto Focal.
- O caso suspeito de COVID-19 quando se trate de um menor, é acompanhado por um adulto, para a área de isolamento, através de circuito próprio, que está visualmente assinalado.
- É contactado de imediato o encarregado de educação, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor. O encarregado de educação deve dirigir-se à escola, preferencialmente em veículo próprio.
- O encarregado de educação, ou o próprio se for um adulto, contacta o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito e segue as indicações que lhe forem dadas. Se o encarregado de educação não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo diretor ou ponto focal do Agrupamento.
- O caso suspeito deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita).
- O acesso às áreas de acolhimento ou isolamento fica interdito, (exceto as pessoas devidamente autorizadas);

Na sequência da triagem telefónica:

- Se o **caso não for considerado suspeito** de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas), a pessoa segue o procedimento normal da escola, de acordo com o quadro clínico apresentado. Terminam os procedimentos constantes no Plano de Contingência para COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante

## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar” (Anexo I- Fluxo 1 ou 2). São aplicados os procedimentos habituais do AEFC, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.

- Se o **caso for considerado suspeito** de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas) será encaminhado de uma das seguintes formas:
- Autocuidado: isolamento em casa;
  - Avaliação Clínica nas Áreas Dedicadas COVID-19 nos Cuidados de Saúde Primários;
  - Avaliação Clínica em Serviço de Urgência.

É contactada de imediato a Autoridade de Saúde Local, cujos contactos telefónicos devem constar num documento visível na área de isolamento.

A Autoridade de Saúde Local:

- ✓ prescreve o teste para SARS-CoV-2 e encaminha para a sua realização;
  - ✓ esclarece o caso suspeito, se for um adulto ou o encarregado de educação, caso se trate de um menor sobre os cuidados a adotar enquanto aguarda confirmação laboratorial e sobre os procedimentos seguintes (no que for aplicável da Orientação n.º10/2020 da DGS).
  - ✓ informa o caso, os contactos de alto e baixo risco e o estabelecimento de ensino sobre as medidas individuais e coletivas a implementar, de acordo com a avaliação da situação/risco efetuada, nomeadamente: isolamento de casos e contactos, encerramento da turma, de áreas ou, no limite, de todo o estabelecimento de ensino.
- 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.
  - Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em dois sacos de plástico, resistentes, com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilha e devem ser colocados em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos).

## **10. ATUAÇÃO DO AGRUPAMENTO PERANTE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19 FORA DO ESTABELECIMENTO**

Perante a comunicação ao Agrupamento, de um caso confirmado de COVID-19 de uma pessoa que tenha frequentado o estabelecimento, é ativado o Plano de Contingência:

- É contactado o Ponto Focal.
- O Ponto Focal contacta de imediato a Autoridade de Saúde Local, que assegura a investigação epidemiológica.
- De acordo com a avaliação de risco efetuada, a Autoridade de Saúde Local informa os contactos de alto e de baixo risco e o Agrupamento, sobre quais as medidas individuais e coletivas a implementar.

## **11. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO**

Na situação de **caso confirmado**, o Ponto Focal 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 do espaço, incluindo secretárias, materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado.

## **12. 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:
  - Utente funcional próximo (aluno(s), docente(s) e PND), em gabinete, sala, secção, zona até 2 metros do caso;
  - Utente que tenha estado próximo (cara-a-cara) com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;

## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

- Utente que tenha partilhado com o caso confirmado louça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias).
- ✓ **Baixo risco de exposição (casual)**, definido como:
  - Utente ou visitante que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição de gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara inferior a 15 minutos, tosse ou espirro);
  - Utente ou visitante 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 o Ponto Focal, 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).
- ✓ 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"><li>✓ Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição.</li><li>✓ Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.</li><li>✓ Restringir o contacto social ao indispensável.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.</li><li>✓ Acompanhamento da situação pelo médico.</li></ul>

## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

Alto Risco de Exposição	Baixo Risco de Exposição
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Evitar viajar.</li><li>✓ Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.</li></ul>	

### 13. USO DE MÁSCARAS NO AGRUPAMENTO

É **OBRIGATÓRIO** a utilização de máscara no interior do Agrupamento, exceto para os alunos do 1º ciclo.

As exceções previstas ao uso de máscara são:

- Para alimentação, devido à sua impraticabilidade;
- Durante a prática de atividade física em que ocorre esforço físico;
- Atestado Médico de Incapacidade Multiusos ou declaração médica que ateste condição clínica incapacitante para a sua utilização.

De acordo com a Informação n.º 009/2020 emitida pela DGS deve ser considerada a utilização de máscara de proteção na comunidade, de forma a limitar a propagação do COVID-19.

Existem 3 tipos de máscaras:

1. **Respiradores (Filtering Face Piece, FFP):** equipamento de proteção individual destinado aos profissionais de saúde, de acordo com a Norma 007/2020 da DGS;
2. **Máscaras cirúrgicas:** dispositivo que previne a transmissão de agentes infecciosos das pessoas que utilizam a máscara para as restantes;
3. **Máscaras não-cirúrgicas, comunitárias ou de uso social:** dispositivos de diferentes materiais têxteis, destinados à população geral, não certificados.

O uso de máscara implica o conhecimento das técnicas de colocação, uso e remoção e não anula as medidas fundamentais como o distanciamento social e a higiene das mãos.

No Anexo VI estão descritas as técnicas para correta colocação, uso e remoção da máscara de proteção.

## **14. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO DA INFEÇÃO**

O AEFC vai adotar as seguintes medidas:

- Aplicar os procedimentos de triagem descrito no anexo 1.
  
- Divulgar à CE, para que, no caso da existência de alguém com os sintomas anteriormente descritos, se proceder de forma célere à comunicação interna com o Ponto Focal (professora Cláudia Cadavez).
  
- Sensibilizar toda a CE para:
  - Procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilizar 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). Toda a CE tem acesso aos diversos pontos onde se localizam os dispensadores com a solução antiséptica e dispositivo doseador individual (Anexos II, IV e V).
  
  - Procedimentos de 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; evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca) (Anexo III);
  
  - Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara) (Anexo VI);
  
  - Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os utentes e entre estes e os visitantes - evitar o aperto de mão, reuniões presenciais, e tanto quanto possível a partilha de espaços comuns, assim como de material escolar).
  
  - Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

- As Visitas de Estudo e Atividades que envolvam uma elevada concentração de participantes não devem ser realizadas até informação contrária.

## **15. MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS**

O AEFC vai implementar, de imediato, e sequencialmente as seguintes medidas:

- ✓ Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (instalações sanitárias, espaços de refeição).
- ✓ Reforço da limpeza geral do espaço escolar.
- ✓ Aquisição de maior quantidade de produtos de limpeza.
- ✓ Arejamento das salas de aula.
- ✓ Divulgação de informação a toda a CE, bem como a eventuais visitantes (quando necessário).
- ✓ Definição de áreas de isolamento/acolhimento.
- ✓ Distribuição de EPI's: máscaras e luvas.
- ✓ Implementação de Plano de Higienização.

## **16. PROCEDIMENTOS E REGRAS DE SEGURANÇA A ADOTAR NO AGRUPAMENTO**

### **Movimentação no Agrupamento**

- Durante a permanência no recinto escolar é obrigatório o uso de máscaras. Aconselha-se o uso nos percursos Casa/Escola e vice-versa;
- Manter os espaços arejados e ventilados para potenciar a renovação do ar. Procurar evitar a recirculação mecânica do ar através do sistema de ventilação;
- Diariamente e sempre que se justifique (intervalos, etc.) os espaços devem ser frequentemente higienizados, com solução alcoólica nas superfícies de contacto, nos teclados dos computadores, cadeiras, mesas, etc.

## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

### **Refeições**

- Privilegiar, sempre que possível, o serviço “take away”;
- Dentro do possível, procurar gerir os horários de almoço de forma desfasada e reduzir o número de pessoas presente no mesmo espaço.
- Durante as refeições deve manter-se o distanciamento físico entre alunos, mantendo, se possível, um lugar entre cada um e sentar-se de forma cruzada. Evitar sentarem-se frente a frente.
- Lavagem/desinfecção das mãos antes e após o consumo de qualquer refeição por parte de qualquer aluno;
- Utilização obrigatória de máscara, exceto no período de refeição;
- Talheres e guardanapos devem ser fornecidos dentro de embalagem;
- Higienização e desinfeção de mesas e cadeiras, após cada utilização;
- Retirar artigos decorativos e outros objetos das mesas;
- Assegurar uma boa ventilação e renovação do ar.

### **Salas de aula e outros locais de partilha**

- Em todo o recinto escolar é obrigatório o uso de máscaras. (Ex. Direção, Coordenações, Serviços Administrativos, salas de aula, etc.);
- Utilização de barreiras físicas (ex. janelas de vidro, acrílico, postigo) entre alunos/fornecedores/público;
- Gestão e monitorização equilibrada do acesso de alunos/fornecedores/público ao interior das escolas;
- Limitação do tempo presencial (permanência) de alunos/fornecedores/público nas escolas;
- Evitar a concentração de alunos nos espaços comuns da escola, nomeadamente na biblioteca ou nas salas de informática;



## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

- Restrição do acesso de utentes/clientes/público a áreas reservadas (Direção, Serviços Administrativos, SASE, Contabilidade, etc.);
- Obrigatoriedade de marcação prévia para o atendimento de alunos/fornecedores/público;
- Implementação de circuitos/fluxos específicos de atendimento aos alunos/fornecedores/público; disponibilização de máscaras sociais/comunitárias a alunos, Pessoal Docente, Pessoal Não Docente e se possível a visitantes, fornecedores e clientes, ou instituição da obrigatoriedade do seu uso quando visitam, utilizam ou se deslocam às instalações dos estabelecimentos;
- Obrigatoriedade de cada Assistente Operacional, no final do dia, proceder à higienização do seu espaço que lhe seja destinado, nomeadamente, mesa, teclado e demais superfícies de uso nas atividades decorrentes. Lembre-se ao Pessoal Não Docente que para determinadas funções é obrigatório o uso de luvas;
- Reforço da limpeza e higienização de pontos de grande contacto: telefones, teclados, materiais didáticos, maçanetas das portas, corrimãos, interruptores de luz, etc.;
- Ventilar o mais possível os espaços (janelas, portas) e não promover a recirculação do ar.

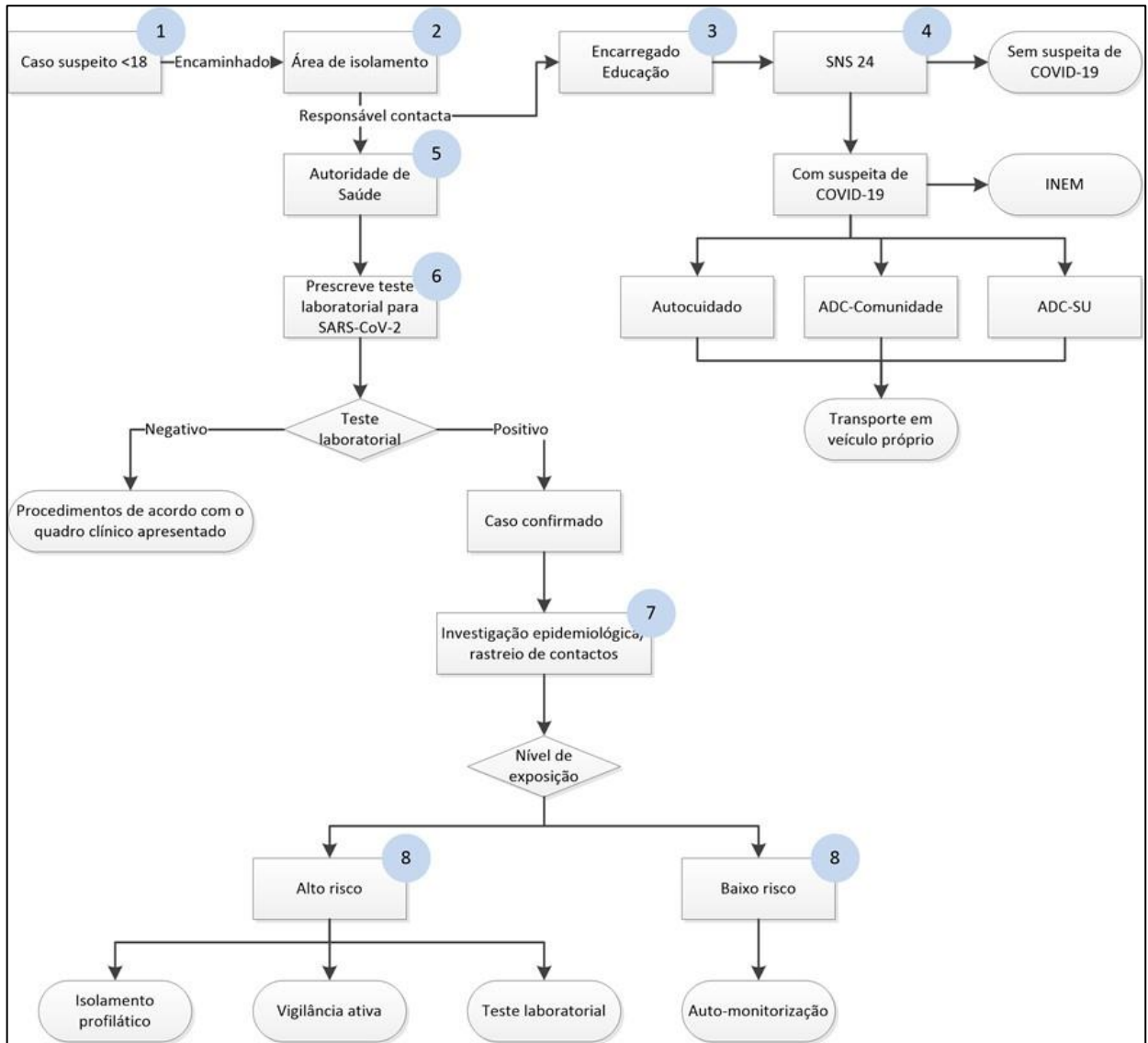
/9/ 2020

**O Diretor,**

---

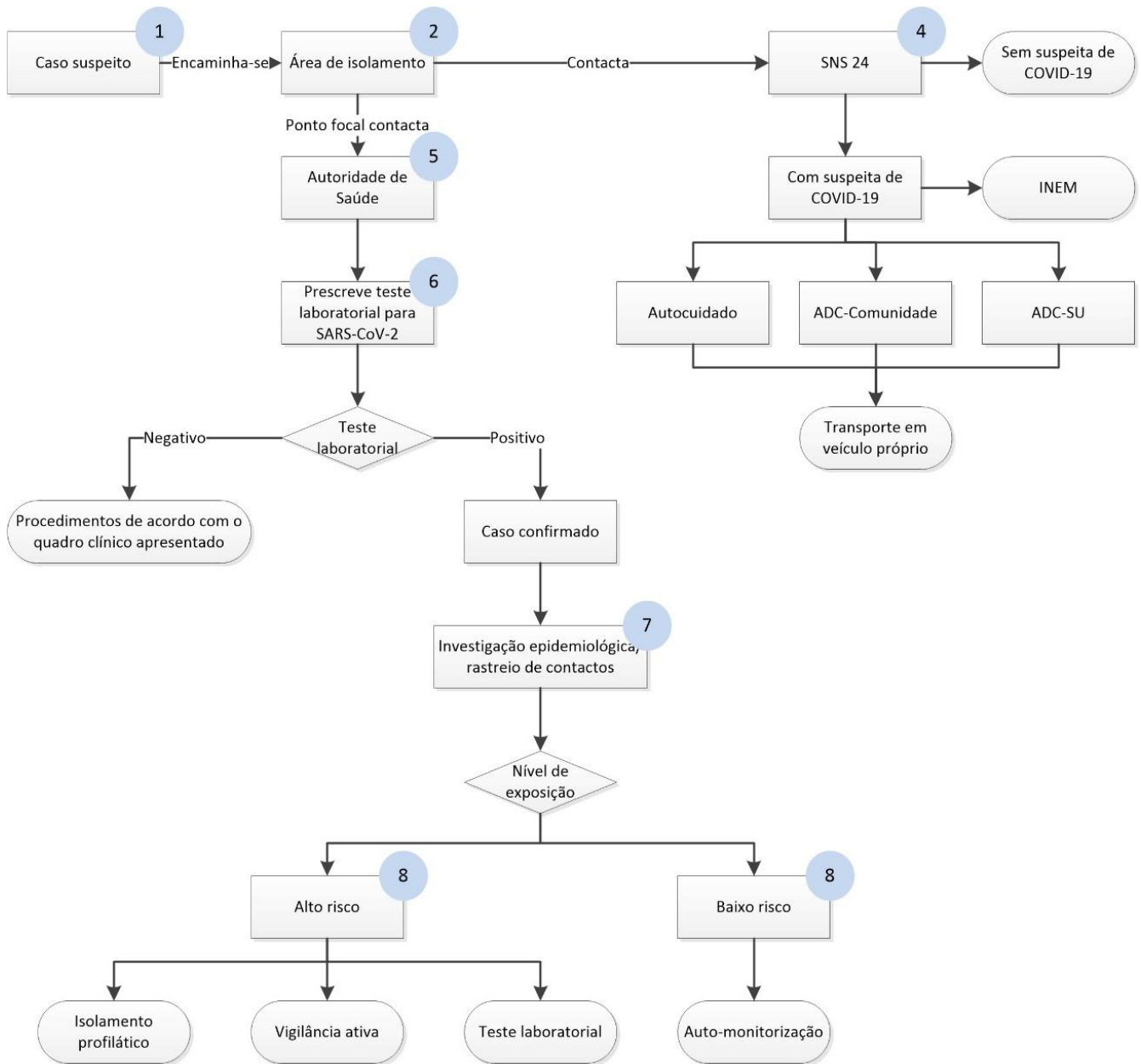
# **Anexos**

ANEXO I - FLUXOS DE INFORMAÇÃO INTERNA



Fluxo 1: Atuação perante caso suspeito de COVID-19 em menor de idade

## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)



Fluxo 2: Atuação perante caso suspeito de COVID-19 em adultos

## ANEXO II - MEDIDAS DE PREVENÇÃO DA TRANSMISSÃO DO COVID-19

A melhor maneira de prevenir a infecção é evitar a exposição ao vírus. 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. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.



- ✓ **Cobrir a boca e o nariz** com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.



## AEFC- Plano de contingência (COVID-19)

- ✓ As pessoas que **sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória** devem **contactar** telefonicamente a pessoa responsável para avaliar a situação e aconselhar quais as medidas a tomar.
- ✓ Quem detete alguém com os mesmos sintomas deve **contactar** telefonicamente a pessoa responsável para avaliar a situação e aconselhar quais as medidas a tomar.
- ✓ Todos os utentes e eventuais visitantes devem **lavar as mãos**:
  - Antes de sair de casa
  - Ao chegar ao AEFC
  - Após usar a casa de banho
  - Após as pausas
  - Antes das refeições, incluindo lanches
  - Antes de sair das suas funções
- ✓ Utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 60% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
- ✓ **Evitar tocar** nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- ✓ **Evitar contacto próximo** com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- ✓ Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- ✓ Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a **Linha SNS24: 808 24 24 24**.
- ✓ Não se deslocar diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- ✓ Consultar regularmente informação afixada e em <http://www.dgs.pt>

O uso de máscaras de proteção na população em geral é obrigatório, uma vez que há evidência de benefício do seu uso.

ANEXO III – FOLHETO INFORMATIVO: RECOMENDAÇÕES GERAIS

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



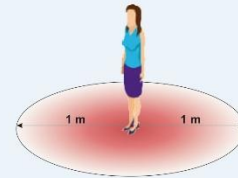
Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol -based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE  
IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24



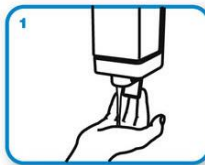
## Anexo IV – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO

# Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



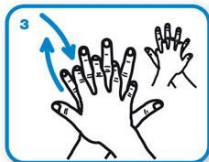
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



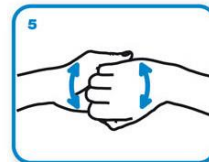
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



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



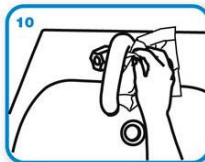
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



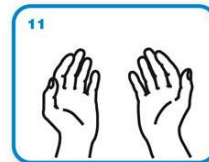
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

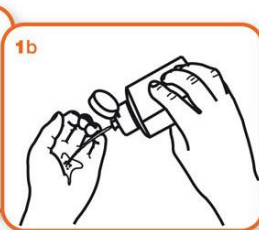


## Anexo V – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM GEL ALCOÓLICO

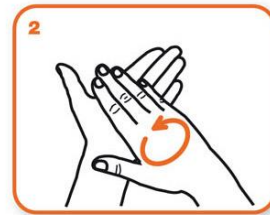
# Fricção Anti-séptica das mãos



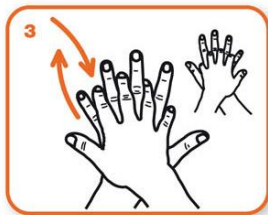
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



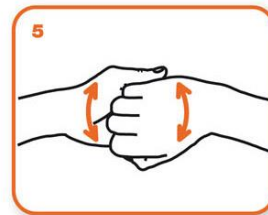
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



As palmas das mãos com dedos entrelaçados



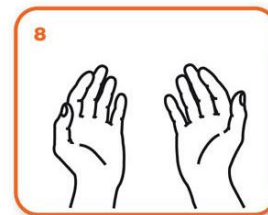
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



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



Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.

WORLD ALLIANCE  
for  
PATIENT SAFETY



Direcção-Geral da Saúde  
www.dgs.pt



Ministério da Saúde

## Anexo VI – COMO COLOCAR CORRETAMENTE A MÁSCARA

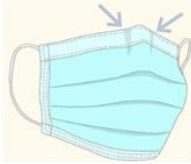
### Para Colocar a Máscara

#### 1. Higienize as mãos



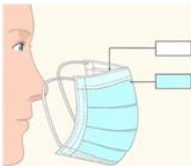
#### 2. Coloque a máscara na posição correta

A extremidade superior da máscara é a que tem um encaixe que assenta e molda-se ao nariz.



#### 3. Coloque a máscara do lado correto

A parte interna das máscaras é branca, enquanto a externa tem outra cor. Antes de colocar a máscara verifique se está do lado correto.



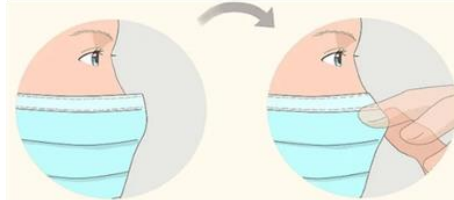
#### 4. Coloque a máscara no rosto

Existem diversos tipos de máscaras médicas no mercado, cada um com um método próprio de aplicação.

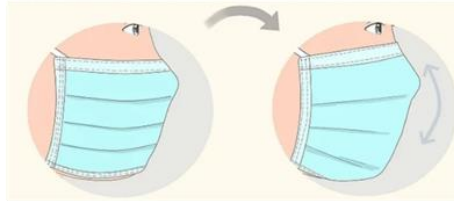
- ✓ Com alças para as orelhas
- ✓ De amarrar
- ✓ Com faixas



#### 5. Ajuste a máscara no nariz



#### 6. Se necessário, amarre a tira inferior da máscara



#### 7. Ajuste a máscara no rosto e debaixo do queixo



## **AEFC- Plano de contingência (COVID-19)**

Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico em 15 de setembro de 2020.

O Diretor

José Alberto Silva