

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

Escola Secundária Fernão Mendes Pinto
Almada

Índice

Introdução	3
1. Coronavírus – COVID-19	3
2. Prevenir a transmissão de COVID-19 na Escola	4
2.1 Deslocações, visitas de estudo e eventos	4
2.2 Medidas de prevenção diárias individuais	4
2.3 Medidas de prevenção no âmbito da organização escolar	4
2.4 Medidas de prevenção no âmbito da sala de aula	5
3. Medidas a adotar ao regressar de áreas com transmissão comunitária ativa	5
4. Casos suspeitos	6
5. Área de isolamento.....	6
6. Designação de um responsável	6
7. Procedimentos num caso suspeito.....	7
8. Procedimentos de um caso suspeito validado	8
9. Procedimentos de um caso confirmado	8
10. Procedimentos de vigilância de contactos próximos.....	8

Introdução

O Plano de Contingência da Escola Secundária Fernão Mendes Pinto para a Doença (COVID-19) por Coronavírus (SARS-COV-2), fornece informações a **toda a comunidade escolar** (alunos, professores, funcionários, Encarregados de Educação e colaboradores) sobre esta nova doença, as medidas de prevenção e controlo e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados. Este plano pretende dar resposta às orientações emanadas pela Direção Geral de Saúde (DGS), nomeadamente as Orientações nº 005/2020 e nº 006/2020 de 26/02/2020 bem como as recomendações emanadas pela DGESTE de 05/03/2020.

1. Coronavírus - COVID-19

O que é o COVID-19 e como se transmite.

O COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial de Saúde à doença provocada por um novo Coronavírus (SARS-COV-2), que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, tendo sido confirmados casos em outros países.

O COVID-19 pode transmitir-se por:

- Gotículas respiratórias;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas ;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem.

A transmissão pode se direta (via aérea e por contacto) ou indireta (contacto com superfícies/objetos contaminados).

Tempo de incubação

O período de incubação estimado do COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

Principais sintomas

Os sintomas são semelhantes aos de uma gripe, como por exemplo:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade respiratória
- Cansaço

2. Prevenir a transmissão de COVID-19 na Escola

2.1 Deslocações, visitas de estudo e eventos

Estão suspensas, por um período indeterminado:

- Todas as deslocações e visitas de estudo, dentro e fora do país
- Todos os eventos que concentrem um grande número de pessoas (mais de 50 pessoas)
- Todas as atividades e eventos realizados na escola por entidades e participantes externos

2.2 Medidas de prevenção diárias individuais

A melhor maneira de prevenir a infeção 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.**
 - Antes de sair de casa
 - Ao chegar à Escola
 - Após usar a casa de banho
 - Após intervalos e atividades desportivas
 - Antes das refeições, incluindo lanches
 - Antes de sair da Escola
- **As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para a escola.**
- 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.
- Evitar cumprimentos sociais com contactos físicos.
- Utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 70% 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 devendo deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt.

2.3 Medidas de prevenção no âmbito da organização escolar

Limpeza e desinfecção de todos os equipamentos e espaços escolares assegurada pelos Assistentes Operacionais

- Limpeza regular e frequente de TODOS os espaços comuns da escola com produtos à base de lixívia ou de álcool, nomeadamente corrimões, maçanetas das portas, telefones, teclados,

ratos, etc.

- Limpeza regular e com maior frequência dos equipamentos e espaços de atendimento ao público (Receção da Escola, Serviços Administrativos, Refeitório e Bares)
- Todas as salas de aula estão preparadas com produtos de limpeza e desinfecção que serão repostos diariamente pelas Assistentes Operacionais.
- Todos os pavilhões estão munidos com máscaras e luvas que serão disponibilizadas a casos suspeitos identificados que serão de imediato reencaminhados para a sala de isolamento.

Serviços Administrativos e Receção da escola

- Restrição do acesso ao espaço da Secretaria e da Receção da Escola
- O atendimento será efetuado através de um balcão preservando a distância de segurança de pelo menos 1 metro em relação ao público.

2.4 Medidas de prevenção no âmbito da sala de aula

Procedimentos a adotar por professores e alunos

- Manter portas e janelas abertas
- Manter uma distancia de segurança, de pelo menos 1 metro, sempre que possível
- Higienizar a zona de trabalho individual no final de cada aula
- Cumprir rigorosamente as recomendações do ponto 2.2 deste documento.

Procedimentos a adotar nas aulas de Educação Física.

- Dança: todas as coreografias devem ser trabalhadas em *line dance*, NUNCA com contacto físico;
- Ginástica: Privilegiar o trabalho de Ginástica de Saltos, evitar o solo e NÃO dar acrobática;
- Atletismo: Não fazer estafetas.
- Suspende a Patinagem.
- Os Coletes vão ser retirados das aulas. NÃO usar coletes nas aulas.
- Apitos, cada professor deve ter o seu e usar apenas o seu que deve guardar na gaveta.
- NÃO dar apitos aos alunos;
- Usar menos bolas nas aulas que devem ser devidamente higienizadas no fim de cada utilização.
- Lavar as mãos antes e depois das aulas e inculcar esta regra nos alunos.
- Desinfetar as mãos com frequência.

3. Medidas a adotar ao regressar de áreas com transmissão comunitária ativa

Tendo em conta as orientações da Direção-Geral da Saúde e da Organização Mundial da Saúde sobre o COVID-19, todos os elementos da comunidade escolar que regressem de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus, devem, por princípio de precaução de saúde pública,

respeitar um período de isolamento profilático domiciliário de 14 dias após o seu regresso, durante o qual deverão vigiar o eventual aparecimento de sintomas e estar atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória, no próprio ou nas pessoas com quem convive de perto, medindo a temperatura corporal duas vezes por dia.

Telefonar para a Linha SNS24 (808 24 24 24) caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), e seguir as orientações;

4. Casos suspeitos

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>Febre ou Tosse ou Dificuldade respiratória</p>	E	<p>História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início de sintomas ou Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por 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</p>

5. Área de isolamento

A colocação de um elemento da comunidade escolar suspeito de infeção por SARS-COV-2 numa área de isolamento visa impedir que outros elementos dessa mesma comunidade possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação do COVID-19.

Área de isolamento: **Gabinete em frente à secretaria e contíguo à enfermaria**

A sala tem ventilação natural e possui revestimentos lisos e laváveis e está equipada com:

- Mesa e cadeiras
- **Kit com máscara cirúrgica e luvas descartáveis**
- kit com água e alguns alimentos não perecíveis
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico)
- Solução antisséptica de base alcoólica
- Toalhetes de papel
- Termómetro

Todos os elementos da comunidade escolar serão informados da localização da área de isolamento na escola.

6. Designação de um responsável

Responsável: **Ana Isabel Pina, Diretora**

Contacto: **212738230**

Grupo de Gestão: **Teresa Esteves**, Subdiretora; **Fátima Amaral**, Adjunta; **Ângela Laginhas**, Encarregada Operacional

Todos os elementos da comunidade escolar serão informados sobre o responsável da Escola. É a este responsável que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de qualquer elemento da comunidade escolar com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação, o responsável deve assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência da Escola para a doença por Coronavírus (COVID-19).

O responsável pela gestão, ou alguém por ele designado, será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos neste Plano de Contingência.

7. Procedimentos num caso suspeito

Qualquer elemento da comunidade escolar com critérios compatíveis com a definição de **caso suspeito** de doença por COVID-19, ou alguém que identifique qualquer elemento da comunidade escolar nestas circunstâncias, deverá informar, imediatamente o responsável do Grupo de Gestão do COVID-19 e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. No percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar-se a contaminação de superfícies.

O responsável que acompanha e presta assistência a um caso suspeito deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, [uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis](#), para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à [higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito](#).

No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19, ou o responsável no caso de ser necessário, deve contactar a **Linha SNS 24 (808 24 24 24)**.

[O caso suspeito deve também usar uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis](#), colocadas pelo próprio (Kit disponibilizado na sala de isolamento), verificando 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, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.

Após avaliação, a Linha SNS 24 informa o caso suspeito ou o responsável:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19, define os procedimentos adequados à situação clínica do estudante ou colaborador;
- Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19, a Linha SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde (DGS), para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
- Caso Suspeito Não Validado: fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do estudante ou colaborador. O

aluno ou colaborador informa o responsável da não validação, e este último deverá informar a direção do Agrupamento.

- Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O responsável pela gestão informa a direção do Agrupamento da existência na instituição de um caso suspeito de COVID-19 validado.

8. Procedimentos de um caso suspeito validado

Na situação de caso suspeito validado:

O caso suspeito validado 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 de outras pessoas à área de isolamento fica interdito (exceto ao responsável do estabelecimento escolar);

Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações do estabelecimento escolar. 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 Escola dos resultados dos testes laboratoriais:

- Se o caso não for confirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais do estabelecimento de ensino, 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.

9. Procedimentos de um caso confirmado

Na situação de caso confirmado, a direção da escola 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 das salas de aula, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico aptos para o efeito.

10. Procedimentos de vigilância de contactos próximos

Considera-se contacto próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve 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

- Elemento da mesma turma ou grupo de trabalho do caso confirmado;
- Elemento do mesmo estabelecimento escolar (zona até 2 metros) do caso;

- Pessoa que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Pessoa que partilhou com o caso confirmado louça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias).

Baixo risco de exposição (casual)

- Pessoa que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Pessoas que prestaram assistência ao caso confirmado, desde que tenham seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; 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 estabelecimento de ensino, 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 12 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. • Restringir o contacto social ao indispensável. • Evitar viajar. • Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição. 	<ul style="list-style-type: none"> • Auto-monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar. • Articulação do acompanhamento da situação pelo Centro de Saúde da zona

Se se verificarem sintomas da COVID-19 nas pessoas sob vigilância e se a mesma estiver no estabelecimento escolar, devem-se iniciar os PROCEDIMENTOS DE UM CASO SUSPEITO.

Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

A confirmação de situação de alto risco de exposição pode levar, em articulação com os responsáveis de Saúde Pública Local, ao encerramento temporário do estabelecimento escolar em causa.