



**Agrupamento de Escolas Campo Aberto – Póvoa de Varzim (152274)**

**Escola Básica e Secundária Campo Aberto - Beiriz**

# **PLANO DE CONTINGÊNCIA**

**Prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19)**

**2020/2021**

## Índice

Introdução .....	2
1. Enquadramento da questão .....	2
1.1 Explicitação do que é o Coronavírus – Covid-19 .....	2
1.2. Principais sintomas .....	2
1.3 Tempo de incubação e formas de manifestação .....	2
2. Plano de contingência .....	3
2.1. Organização geral.....	3
2.2. Seccionamento do Espaço Escolar .....	4
2.3. Acesso ao Recinto Escolar.....	4
2.4. Disposição da Sala de Aula .....	5
2.5. Refeitório.....	5
2.6. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por covid-19 de trabalhador(es) / alunos .....	6
2.7. Higienização ambiental .....	9
3. Procedimentos num caso suspeito.....	13
4. Procedimentos perante um caso suspeito validado .....	14
5. Procedimento de vigilância de contactos próximos .....	15
6 - Elo de ligação local com as Entidades da Saúde (Saúde Escolar e Unidades de Saúde Pública), as Autarquias, a Segurança Social e a Proteção Civil.....	18
7 – Documentos de Referência.....	19
8- Anexos.....	20
A – Fluxo de atuação perante caso suspeito de COVID-19.....	21
B - Cartazes informativos .....	22

## Introdução

Dando cumprimento ao previsto no Despacho n.º 2836-A/2020, que determina aos empregadores públicos a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde (Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19) e atendendo a todas as informações emanadas pelas autoridades competentes até à presente data, o Agrupamento de Escolas Campo Aberto – Póvoa de Varzim, elaborou o presente plano de contingência da Escola Básica e Secundária Campo Aberto-Beiriz, para a prevenção de transmissão da infeção humana COVID-19

## 1. Enquadramento da questão

### 1.1 Explicitação do que é o Coronavírus – Covid-19

O novo coronavírus, designado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

### 1.2. Principais sintomas

A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta) e dores musculares generalizadas.

### 1.3 Tempo de incubação e formas de manifestação

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias, segundo as informações publicadas mais atuais das 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.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

## 2. Plano de contingência

O plano de contingência estabelece os níveis de resposta e ação do Agrupamento de Escolas para minimizar os riscos de transmissão do agente patogénico, em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas pertinentes da comunidade educativa.

Assim, apresenta-se o presente Plano de Contingência, considerado neste momento o adequado à Escola Básica e Secundária Campo Aberto – Beiriz.

### 2.1. Organização geral

**2.1.1.** Os alunos serão organizados em turmas e manterão essa organização ao longo de todo o período que permanecerem na escola. Cada turma terá horários de atividades letivas, intervalos e refeições organizados de forma a minimizar o contacto com outras turmas. Haverá concentração das aulas das diferentes disciplinas de cada turma, num determinado período do dia (manhã ou tarde), de modo a evitar períodos livres entre aulas, com exceção dos 7.º ao 9.º anos que terão um tempo no turno contrário, um dia por semana, para acomodar a matriz curricular.

**2.1.2.** O pessoal docente e não docente e os alunos devem respeitar as regras de segurança e de distanciamento físico de 2 metros; bem como, toda a sinalética de movimentação/deslocação no recinto escolar.

**2.1.3.** – Na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento de alguns dos elementos do pessoal docente e não docente, as condições mínimas para o funcionamento do estabelecimento de ensino é a seguinte:

EB/S Campo Aberto – Número de elementos do pessoal não docente	
Manutenção e limpeza/desinfecção das instalações e apoio às atividades letivas	8
Serviços administrativos	3
Portaria	1
PBX	1
Bufete	1

#### 2.1.3.1.- Absentismo por doença ou necessidade de isolamento do pessoal docente

Na ausência por doença ou necessidade de isolamento do pessoal docente, recorrer-se-á, sempre que possível, aos docentes com disponibilidade de horário, designadamente, em insuficiência letiva e componente não letiva.

#### 2.1.3.2.- Absentismo por doença ou necessidade de isolamento dos funcionários administrativos

Na ausência da Coordenadora Técnica, Maria de Lurdes Gomes Alves Sampaio Lino ficará responsável pelos serviços prioritários aos Assistentes Técnicos, Susana Cristina Alves de Pinho Ferreira e Vítor Manuel Nogueira e Silva, por esta ordem.

A Coordenadora Técnica deve assegurar a formação de funcionários para o desempenho das funções prioritárias, de modo a garantir o normal funcionamento, em caso de ausência do funcionário habitualmente responsável pela tarefa.

O Órgão de Gestão deve definir com a Coordenadora Técnica o número de dias que os respetivos serviços podem estar encerrados, sem comprometer a organização administrativa da escola;

### **2.1.3.3.- Absentismo por doença ou necessidade de isolamento dos Assistentes Operacionais**

Na ausência da Coordenadora Operacional, Isabel Maria Gomes Moreira de Freitas, ficará responsável pelos serviços prioritários dos Assistentes Operacionais, Sónia Cristina Moreira Belinho Ferreira e Sónia Silveira Leitão, por esta ordem.

A Coordenadora destes serviços deve assegurar a formação de funcionários para o desempenho das funções prioritárias, de modo a garantir o normal funcionamento, em caso de ausência do funcionário habitualmente responsável pela tarefa.

A Coordenadora deve, igualmente, organizar as equipas responsáveis pelo serviço de cada setor e prever as equipas de substituição que garantem as funções consideradas prioritárias.

## **2.2. Seccionamento do Espaço Escolar**

**2.2.1.** A cada turma será atribuído uma zona da escola;

**2.2.2.** A cada turma serão definidos circuitos desde a entrada na escola até à sala de aula e de entrada e saída da sala de aula. Também serão definidos circuitos para acesso aos locais de atendimento e convívio.

**2.2.3.** Cada sala de aula será utilizada sempre pela mesma turma, com exceção da sala TIC, que, após cada utilização será objeto de higienização.

**2.2.4.** Durante os intervalos – 4 com a duração de 5 minutos e 1 com a duração de 10 minutos - os alunos permanecerão, em regra, em zonas específicas definidas pela escola.

## **2.3. Acesso ao Recinto Escolar**

**2.3.1.** As atividades letivas decorrerão entre as 8h e as 18:30h, criando-se dessa forma horários desfasados de entrada e de saída entre as turmas, de forma a reduzir a aglomeração de pessoas à entrada e à saída do recinto escolar;

**2.3.2.** No acesso ao recinto escolar todos terão de utilizar sempre máscara (pessoal docente e não docente, alunos e ainda encarregados de educação, fornecedores e outros elementos externos);

**2.3.2.1.** A máscara deverá ser mantida dentro e fora da sala de aula;

**2.3.2.2.** À entrada e à saída deverão proceder à higienização das mãos, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);

**2.3.3.** Por serem considerados espaços não necessários à atividade letiva, serão encerrados os seguintes espaços: **2.3.3.1.** Bufete/bar de alunos e professores (numa fase inicial até ao final do mês de Setembro, sendo avaliadas posteriormente as condições de reabertura);

**2.3.3.2.** A sala de convívio dos alunos será utilizada para a permanência de até duas turmas na ausência de professores, tempos livres e no período de espera para acesso à cantina.

**2.3.4** O acesso à biblioteca será reduzido de até um terço da lotação máxima, e disporá de uma sinalética que indique os lugares que podem ser ocupados de forma a garantir as regras de distanciamento físico. Serão higienizadas e desinfetadas após cada utilização;

**2.3.5.** Os portões e as portas estarão abertos de forma a evitar o toque frequente em superfícies.

## **2.4. Disposição da Sala de Aula**

**2.4.1.** A sala de aula garantirá uma maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, por forma a garantir o distanciamento físico;

**2.4.2.** As carteiras estarão dispostas com a mesma orientação, evitando que os alunos fiquem virados de frente uns para os outros e o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física das salas de aula.

**2.4.3.** Cada aluno terá uma secretária e um lugar fixo.

**2.4.4.** Será privilegiada uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas.

## **2.5. Refeitório**

### **2.5.1. Organização**

- a)** Os períodos de almoço são desfasados entre turmas;
- b)** Utilização obrigatória de máscara, exceto no período de refeição;
- c)** Não haverá artigos decorativos nas mesas;
- d)** Caso se preveja necessário e possível, poder-se-á optar pelo recurso a refeição na modalidade de *take-away*.

### **2.5.2. Medidas de higiene**

- a)** Antes e após o consumo de qualquer refeição, os utentes devem proceder à lavagem/desinfecção das mãos;
- b)** Os talheres e guardanapos serão fornecidos dentro de embalagem;
- c)** As mesas e cadeiras serão higienizadas e desinfetadas, após cada utilização;
- d)** Será privilegiado uma renovação frequente do ar.

## 2.6. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por covid-19 de trabalhador(es) / alunos

### 2.6.1. ÁREA ou SALA DE ISOLAMENTO

A colocação de uma pessoa numa área de “isolamento” visa impedir que outras pessoas possam ser expostas e infetadas. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na escola e na comunidade.

A fim de assegurar o conforto de um elemento da comunidade escolar, que seja um caso suspeito de infeção, enquanto permaneça na escola e a segurança dos restantes membros da mesma, o primeiro será encaminhado até a uma sala de isolamento, devidamente identificada e da qual foi dado conhecimento a toda a comunidade escolar e aí permanecerá até abandonar as instalações escolares, (enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM).

A sala de isolamento, que será a sala 31, tem o seguinte equipamento:

- Cadeira ou marquesa;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual com saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica – SABA;
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro

Próxima desta, deve existir uma:

- Instalação sanitária com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do elemento com Sintomas/Caso Suspeito.
- Telefone.

### 2.6.2. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS

**- Processo de alerta de indivíduo com sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19)**

O processo de alerta de elemento de comunidade escolar com sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19) concretiza-se do seguinte modo:

- a) Se for um aluno, a assistente operacional informa a Direção e encaminha o aluno para a área de isolamento. A Direção contacta o respetivo encarregado de educação. A assistente operacional liga para o SNS 808 24 24 24.
- b) Se for um assistente operacional/técnico, informa a Direção e dirige-se para a área de isolamento e liga para o SNS 808 24 24 24.
- c) Se for um docente, informa o Diretor e dirige-se para a sala área de isolamento e liga para o SNS 808 24 24 24.

Este processo de comunicação deve ser o mais célere e expedito possível.

#### **- Procedimentos básicos para higienização das mãos**

- a) Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
- b) Se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;
- c) Sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas.

#### **- Procedimentos de etiqueta respiratória**

- a) Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- b) Tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel;
- c) Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.
- d) Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida

#### **- Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica**

- a) Higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara.

#### **- Procedimentos de conduta social**

- a) Não devem apresentar-se na escola alunos, pessoal docente e não docente com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19. Devem contactar o SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde;
- b) Evitar os postos de trabalho partilhados;
- c) Evitar o aperto de mão, beijo e abraço;
- d) Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.



### **2.6.3 Responsabilidades**

Todos os elementos da comunidade escolar devem reportar à Direção, uma situação de caso suspeito.

A coordenação global do plano será assumida pela Direção do Agrupamento.

- Estrutura de comando e controlo:

- » Diretor;
- » Subdiretor e Adjuntas;
- » Coordenadores de estabelecimento do 1.º Ciclo e Jardins de Infância.

### **2.6.4 Profissionais de saúde e seus contactos**

#### **Contactos :**

Unidade de Saúde Pública do ACES Póvoa de Varzim/Vila do Conde

Praça Luís de Camões, n.º 9, 3.º 4480-719 Vila do Conde

Telefone: 252 662650

Fax: 252 662475

Email: [usp.povoa-vconde@arsnorte.min-saude.pt](mailto:usp.povoa-vconde@arsnorte.min-saude.pt)

### **2.6.5 Equipamentos e produtos**

O cumprimento adequado do presente plano de contingência requer a aquisição do seguinte material específico :

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (ex. zona de refeições, registo biométrico, área de "isolamento" da empresa), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Máscaras cirúrgicas para utilização do Trabalhador com sintomas (caso suspeito); - Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um caso confirmado.

- Produtos de higiene e limpeza. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfeção das superfícies devem ser realizadas com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

### ***2.6.6 Informação e formação aos trabalhadores***

O Plano de Contingência específico será divulgado a toda a comunidade escolar.

- O pessoal docente e não docente, será esclarecido mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.
- Os trabalhadores serão informados quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito.

### ***2.6.7 Diligências a efetuar na presença de suspeito de infeção por Covid19***

- O Plano de Contingência do Agrupamento para COVID-19 será acionado;
- Será sempre atualizada a informação sobre COVID-19, de acordo com o disponibilizado pela Direção-Geral da Saúde, Autoridade de Saúde Local e meios de comunicação oficiais

## **2.7. Higienização ambiental**

No espaço escolar existem áreas que, devido à sua utilização por um maior número de pessoas, e, muitas vezes, por períodos de tempo mais prolongados, podem ser mais facilmente contaminadas e representar um eventual maior risco para a transmissão do vírus.

### **2.7.1. Áreas alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfeção**

Algumas áreas devem ser alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfeção, sempre que estejam em utilização, nomeadamente:

- a) Área de isolamento (salão) de casos suspeitos de COVID-19 no estabelecimento de ensino;
- b) Salas de aulas;
- c) Salas de informática;
- d) Laboratórios;
- e) Biblioteca;
- f) Instalações sanitárias;

g) Sala de professores;

h) Refeitório;

## 2.7.2. Plano de Higieneização

### 2.7.2.1. Principais preocupações

Na desinfeção de uma área, o Assistente Operacional deve ter em conta o seguinte:

a) Equipamentos de Proteção Individual (EPI) Estes equipamentos são compostos por:

- Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- Farda (uma limpa, todos os dias) e um calçado próprio só para as limpezas.

b) Entrada na "área suja"

O Assistente Operacional deve entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos. Ao entrar na "área suja", deve abrir janelas e arejar a área.

c) Operação dentro da "área suja"

- c.1. Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- c.2. Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- c.3. À medida que vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior dosacos.

d) Saída da "área suja"

- d.1. No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- d.2. Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
- d.3. Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
- d.4. Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- d.5. Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- d.6. Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

d.7. Os sacos de resíduos serão colocados no contentor ("caixote do lixo") dos resíduos indiferenciados. Estes resíduos não devem, em caso algum, ser colocados no contentor de recolha seletiva, nem depositados no ecoponto.

d.8. Nuncadeixarossacosderesíduosemespaçospúblicos,ouzonasondepossamser mexidos.

### 2.7.2.2. Frequência de limpeza

A desinfeção dos espaços e superfícies será efetuada, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário.

As frequências serão:

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- Zonas e objetos de uso comum – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Salas de professores – de manhã e à tarde;
- Refeitório – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas.

### 2.7.2.3. Produtos e técnicas de desinfeção

Na limpeza e desinfeção dos espaços escolares interiores serão utilizados os seguintes produtos e técnicas:

#### a) Agentes de desinfeção

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%

#### b) Método de aplicação

A limpeza será húmida com :

- b.1. Balde e esfregona para o chão;
- b.2. Panos de limpeza reutilizáveis (laváveis) de microfibras,
- b.3. As superfícies ficarão humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.

#### c) Ordem de limpeza dos espaços fechados

- c.1. A limpeza começará de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída. O chão será o último a ser limpo.
- c.2. Será dado especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

#### d) Procedimento gerais

- d.1. Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- d.2. Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- d.3. Enxaguar as superfícies só com água;
- d.4. Deixar secar ao ar, sempre que possível.

e) Procedimentos específicos

- e.1. Superfícies e equipamentos que serão alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores; torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- e.2. Chão (último a limpar): será lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar.
- e.3. Instalações sanitárias: serão lavadas, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1). O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não serão usados noutros espaços. Serão utilizados panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

e.3.1. Na limpeza das casas de banho será seguida a seguinte sequência:

1.ª Limpeza dos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;

2.ª Limpeza das sanitas

» Parte interior: - Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos;

Esfregar bem por dentro com o piaçaba;

Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique

limpo;

Voltar a puxar a água.

» Parte exterior: - Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa;

Esfregar com pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados);

Passar o pano só com água; Deixar secar ao ar;

Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final.

No final da limpeza, voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

3.ª Limpeza do chão - será lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar.

#### e.4. Refeitório

Será respeitado o plano de limpeza existente, utilizando agentes de limpeza e desinfecção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

Os profissionais da área de preparação e confeção dos alimentos terão em atenção os seguintes procedimentos:

- Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
- Lavar as mãos com água e sabão imediatamente antes e após a manipulação de alimentos crus ou antes e após a utilização da casa de banho;
- Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Caso o colaborador utilize luvas descartáveis, deve saber que:
  - a) O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;
  - b) Os alimentos prontos para comer não devem ser tocados com as próprias mãos e devem ser utilizados utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição. As luvas não substituem a lavagem das mãos ou a higiene das mãos;
  - c) Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção;
  - d) O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas durante uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário;
- Cumprir a etiqueta respiratória.

### 3. Procedimentos num caso suspeito

Qualquer adulto que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a Direção (preferencialmente por via telefónica). Dirige-se para a área de isolamento. Na área de isolamento contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24). Se for um aluno que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, o assistente operacional do setor onde se encontra, informa a Direção, acompanha o aluno à sala de isolamento e contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24). A Direção avisa o encarregado de educação.

Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção) será assegurada assistência adequada até à área de isolamento. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

O acompanhante presta assistência ao indivíduo com sintomas, devendo colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o doente.

O suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio. Deve ser verificado 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 trabalhador deve substituí-la por outra.

Após avaliação, o SNS 24 informa o suspeito:

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

Na situação de Caso suspeito validado:

- O 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 testes laboratoriais;
- O acesso dos outros trabalhadores à área de "isolamento" fica interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);
- O Diretor do Agrupamento colabora com a Delegação de Saúde na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- O Diretor do Agrupamento informa os restantes funcionários da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais. O Caso suspeito validado deve 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 com outros. Devem-se evitar deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da Escola.

#### 4. Procedimentos perante um caso suspeito validado

A Delegação de Saúde Local informa o Agrupamento dos resultados dos testes laboratoriais e se o caso for confirmado, a área de "isolamento" ficará interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfecção) pela Delegação de Saúde.

Nessa situação, o Diretor providenciará:

- a limpeza e desinfecção (descontaminação) da área de "isolamento" ;

- o reforço da limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Será dada especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- o armazenamento dos resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microm) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), será segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

## 5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

O contacto próximo pode ser de:

a) "Alto risco de exposição":

Pessoa com:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
  - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
- Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
  - Numa aeronave:
    - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
    - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
  - Num navio:
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Partilha da mesma cabine com o doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).



b) Baixo risco de exposição (contacto casual)

Pessoa com:

- contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19
- contato frente a frente a uma distância até 2 metros e durante menos de 15 minutos;
- contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros **OU** durante menos de 15 minutos

Perante um caso confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia.

Para efeitos de gestão dos contactos a Delegação de Saúde, em estreita articulação com o Diretor do Agrupamento/Coordenadora de Estabelecimento 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 seguidamente apresentada:

<b>VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS</b>	
<b>Alto Risco de Exposição</b>	<b>Baixo Risco de Exposição</b>
<p>Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição</p> <p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar</p> <p>Restringir o contacto social ao indispensável</p> <p>Evitar viajar</p> <p>Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição</p>	<p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar</p>

De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio, 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 a pessoa estiver no estabelecimento, 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-19G.

## 6 - Elo de ligação local com as Entidades da Saúde (Saúde Escolar e Unidades de Saúde Pública), as Autarquias, a Segurança Social e a Proteção Civil.

a) O elo de ligação local é o Diretor, que será substituído nas suas ausências e impedimentos pelo Subdiretor;

b) Nas escolas básicas do 1.º ciclo e Jardins de Infância o(a) Coordenador(a) de Estabelecimento é o primeiro ponto de contacto, que, por sua vez, informa de imediato o Diretor ou quem o substitua.

c) Contactos do Diretor / Subdiretor

Telf. 252 690 490 ; TM: 932 773 115 / 8

E-mail: [agrupamentocampoaberto.beiriz@gmail.com](mailto:agrupamentocampoaberto.beiriz@gmail.com)

## 7 – Documentos de Referência

- Despacho n.º 2836-A/2020, de 2 de março;
- Orientação da DGS: Orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020 - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19). Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas
- DGESTE - Documento Orientador para Plano Contingência – ESCOLAS
- DGESTE / DGS – Orientações para o ano letivo 2020/2021

## 8- Anexos

## A - Fluxo de atuação perante caso suspeito de COVID-19



### Formas de transmissão SARS-CoV-2/COVID-19:

- Gotículas respiratórias;
- Contacto direto com secreções infecciosas;
- Aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem

### Área de isolamento

- Com ventilação natural ou sistema de ventilação mecânica e revestimentos lisos e laváveis
- Dotada com: telefone, cadeira ou marquês, kit com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor resíduos (com abertura não manual e saco plástico), toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, termómetro.
- Numa área próxima, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel.

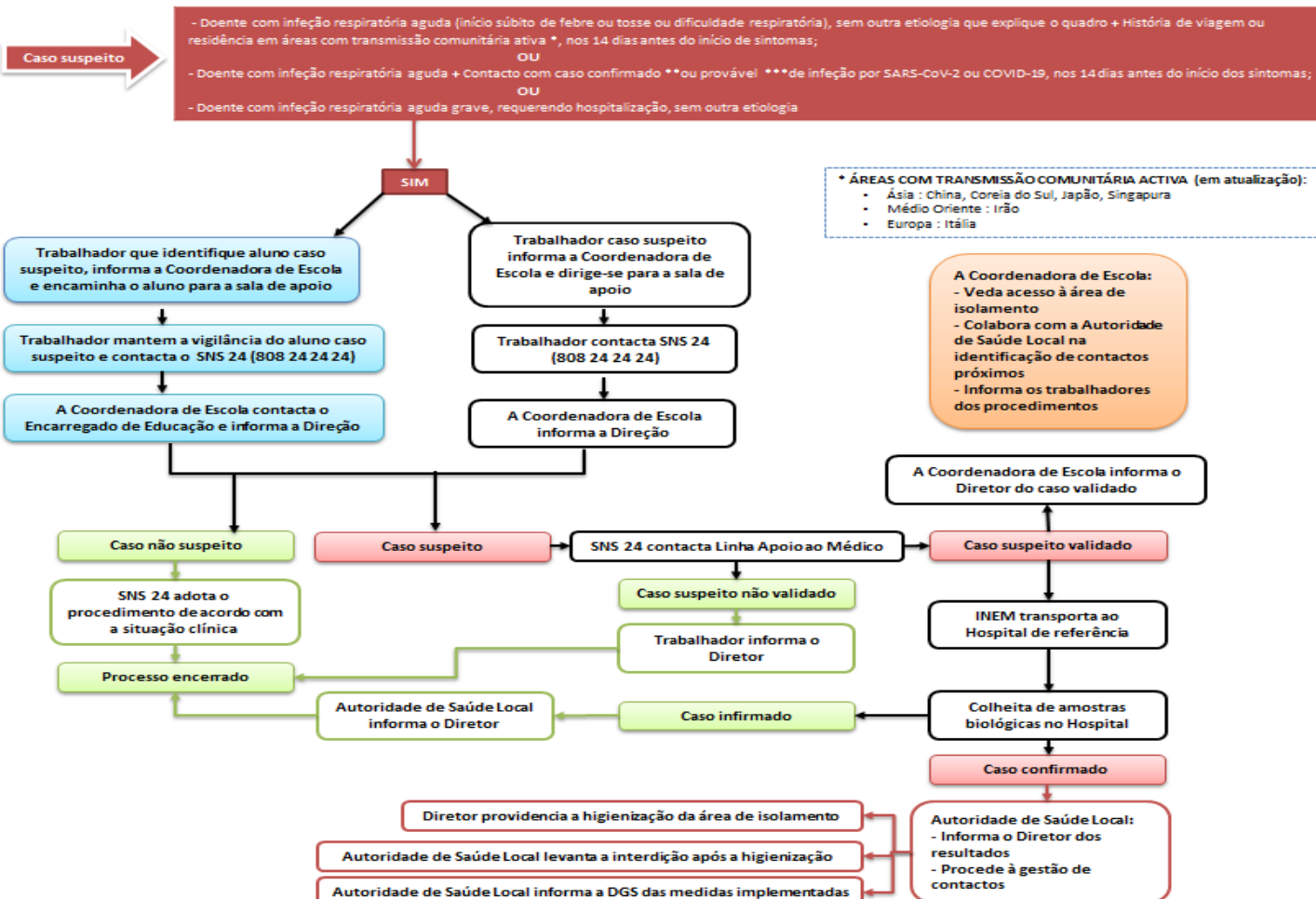
### Procedimentos específicos

- Higienização das mãos
- Etiqueta respiratória
- Conduta social
- Reforçar a higienização de corrimãos, balcões, mesas e puxadores das portas das áreas de maior circulação de pessoas

### Disponibilização de equipamentos e produtos

- Meios individualizados de lavagem e secagem das mãos (dispensador com sabonete líquido e toalhetes de papel);
- Máscaras cirúrgicas para o caso suspeito (se aplicável);
- Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis para os trabalhadores que prestem assistência ao caso suspeito (se aplicável);
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico resistente (com abraçadeira);
- Equipamento de limpeza de uso único;
- Produtos de higiene e limpeza, incluindo desinfetante

## Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19) Escola Básica Cadilhe – Amorim (Agrupamento de Escolas Campo Aberto – Póvoa de Varzim)



## **B - Cartazes informativos**

### **ANEXO I**

#### **Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza**

- Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.

## ANEXO I

### SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI

1

**Amarre o cabelo**  
**Remova anéis ou joias**

2

**Higienize as mãos**  
**antes de colocar o EPI**

3

**Coloque a bata impermeável ou**  
**avental**



4

**Coloque a máscara**



5

**Coloque a Proteção Ocular**



6

**Coloque as luvas**





## ANEXO I

### SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada.

### Sequência de remoção dos EPI

1

**Luvas :**  
A parte externa das luvas está contaminada



Higienize as mãos com água e sabão ou SABA

2

**Bata ou avental :**  
A parte da frente da bata está contaminada



3

**PROTETOR OCULAR:**  
A parte exterior dos Óculos ou da Viseira está contaminada



4

**MÁSCARA**

Higienize novamente as mãos. Não toque na frente da máscara porque está contaminada.



5

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



## ANEXO II

### Técnica de Higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão



### ANEXO III

#### Materiais de limpeza

Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo), de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.

MATERIAIS LIMPEZA	IMAGEM	COMENTÁRIOS
Pulverizador manual (bem rotulado)		Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos
Panos de limpeza		Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável; Se forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfeção pelo calor em máquina de lavar.
Balde		O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização;
Esfregona		O balde e esfregona usados nas casas de banho não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços

## ANEXO IV

### Preparação da solução à base do hipoclorito de sódio (diluição de 1/100)

Concentração original do hipoclorito de sódio de 5% de cloro ativo	Quantidade final de solução pretendida 1000ppm	Volume de hipoclorito de sódio	Volume de água
	1 Litro	10 mililitros	990 mililitros
	5 litros	50 mililitros	4,950 litros
	10 litros	100 mililitros	9,900 litros

#### Notas:

- 1** - Preferir sempre a solução de hipoclorito de sódio adquirida no mercado, já **pronta a usar**, sem ter de fazer diluições.
- 2 - Diluição:** deitar primeiro no balde a quantidade de água que se pretende e adicionar, de seguida, a quantidade do desinfetante, para evitar acidentes por salpicos. Seguir sempre as instruções do fabricante inscritas nos rótulos dos produtos para as diluições.
- 3 - Segurança no uso de desinfetantes e seu acondicionamento:** rotular bem os frascos dos desinfetantes; não colocar desinfetantes em garrafas de água; manter os desinfetantes em local inacessível a crianças.

ANEXO V

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

### SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU TOSSIRES TAPA A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES  
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE



NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

 REPÚBLICA  
PORTUGUESA  
SAÚDE

 40  
SNS  
SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE

 120  
DGS  
Direção Geral de Saúde

 REPÚBLICA  
PORTUGUESA  
EDUCAÇÃO





ANEXO VI

# COVID-19

# MÁSCARAS



## COMO COLOCAR

- 1º** LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR 
- 2º** VER A POSIÇÃO CORRETA 

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
- 3º** COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS 
- 4º** AJUSTAR AO ROSTO 

Do nariz até abaixo do queixo
- 5º** NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS 

## DURANTE O USO

- 1º** TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA 
- 2º** NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR 
- 3º** NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA 

Se o fizer, lavar as mãos de seguida

## COMO REMOVER

- 1º** LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER 
- 2º** RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS 
- 3º** DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA 
- 4º** LAVAR AS MÃOS 

## TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA  
SNS  
DGS

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 seg.

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os "Parabéns"!



Molha as mãos



Aplica sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregua as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



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



Esfrega o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxagua as mãos com água



Seca as mãos com um toalhete descartável