



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



# Plano de contingência e Ação

## Prevenção da transmissão pelo coronavírus (COVID-19)



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS ALFREDO DA SILVA - SINTRA  
5 de março de 2020

## **A - ENQUADRAMENTO**

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinaram a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações, das quais se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020, de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020, de 26/02/2020, que serão atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

Este documento apresentado, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por Plano de Contingência do Agrupamento de Escolas Alfredo da Silva, doravante nomeado como **plano de contingência**, tem em consideração a estrutura proposta pela DGAEP, e está em consonância com as diretivas do SNS para infeção humana pelo Coronavírus (SARS-CoV-2 e COVID-2019) e define o nível de resposta e de ação da ESCOLA BÁSICA ALFREDO DA SILVA para minimizar os riscos de transmissão daquele agente patogénico, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

### **TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO:**

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

Pode ainda ser transmitido através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos).

### **PERÍODO DE INCUBAÇÃO:**

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 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**.

As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

### **PRINCIPAIS SINTOMAS**

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- Febre alta
- Tosse
- Falta de ar (dificuldade respiratória)
- Cansaço

## **B – PLANO DE CONTINGÊNCIA**

O plano de contingência responde às seguintes três questões:

1. Quais os efeitos que a infeção de alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes pode causar na escola?
2. O que se deve preparar para fazer face a um possível caso de infeção?
3. O que fazer numa situação em que existe um aluno, docente, trabalhador não docente ou visitante suspeitos de infeção?

Neste documento define-se responsabilidades, criando uma estrutura de comando e controlo, rede de comunicação de contactos atualizada, identificar os profissionais de saúde e respetivos contactos, designadamente, as Autoridades de Saúde Locais.

## **PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS:**

### **Regresso de deslocações ao estrangeiro**

Não tendo sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a deslocações ao estrangeiro, recomenda-se a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde.

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes:

- Monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores.
- Estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias.
- Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contacto físico.

**Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.**

### **Medidas de prevenção diária:**

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 40 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

## **MEDIDAS DE ISOLAMENTO:**

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.

Na Escola Básica Alfredo da Silva, o espaço de isolamento será o **gabinete da secretaria**, para garantir o isolamento dos casos suspeitos e assegurar as seguintes características:

- Proximidade de instalações sanitárias (que possam ficar para uso exclusivo do elemento com suspeita de infeção);
- Condições para observação do doente;
- Ventilação natural.

Este gabinete será devidamente identificado e comunicado a toda a escola, que tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com quem apresente os sintomas acima descritos.

## **CASO SUSPEITO**

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente um quadro clínico de infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

## **PROCEDIMENTOS AO SURGIR UM CASO SUSPEITO:**

### **Aluno – caso detetado dentro da Escola**

No caso de presença em sala de aula, se o/a professor(a) suspeitar do estado do aluno, deve questionar no sentido de averiguar se este se sente com febre ou com qualquer um dos sintomas de gripe (descritos anteriormente);

Em caso de suspeita, chama de imediato a/o Assistente Operacional.

A/O Assistente Operacional dirige-se à sala de aula (com máscara e luvas descartáveis colocadas). O aluno deve colocar a máscara sozinho, devendo a/o AO tranquilizá-lo e acompanhá-lo até à sala de isolamento;

O/A professor(a), dentro da sala de aula, tranquiliza os restantes alunos da turma e providencia para que todos desinfetem as mãos (recorrendo ao álcool gel ou à lavagem com água e sabão, nas salas onde é possível);

O/A professor(a) procede ao acompanhamento dos restantes alunos para outro espaço. A/O Assistente operacional efetua a desinfecção da mesa do aluno, da maçaneta da porta e promove o arejamento da sala.

### **Aluno – Encaminhamento para a sala de isolamento**

A/O Assistente Operacional acompanha o aluno até à casa de banho reservada à sala de isolamento (próxima da sala de isolamento);

- O aluno desinfeta as mãos;
- A/O Assistente Operacional acompanha o aluno até à sala de isolamento e dá-lhe o termómetro para medir a febre;

Em caso de temperatura igual ou superior a 38°C a/o Assistente Operacional informa a Encarregada Geral Operacional, D. Rosa, ou a quem a substitua no PBX, que comunicará o caso à Direção da Escola.

## Aluno – Contacto com Encarregado de Educação

A Direção da Escola liga para a Linha Saúde 24 (**808 24 24 24**) e age em conformidade com as orientações recebidas;

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;

- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

A Direção da Escola contacta o Encarregado de Educação do aluno ou um familiar direto indicado por este;

O/A aluno(a) será encaminhado de acordo com as instruções do SNS;

Em caso de confirmação de infeção por COVID- 19, o Encarregado de Educação fica obrigado a comunicar à Escola e o aluno não deve frequentar a escola por um período mínimo de **catorze** dias;

O/A aluno(a) só poderá regressar à escola com apresentação de declaração médica.

## Profissionais em contexto escolar:

Se o profissional tomar consciência de alguns dos sintomas já descritos dirige-se ao PBX e solicita à D. Rosa, ou a quem a substitua, uma máscara e coloca-a de imediato;

✓ Encaminha-se para a casa de banho reservada à sala de isolamento para desinfeção das mãos;

✓ Dirige-se para a sala de isolamento para medição de febre;

✓ Em caso de temperatura igual ou superior a 38°C, liga para a **Linha Saúde 24 808 24 24 24** (através do telefone do gabinete) e age em conformidade com as orientações recebidas;

✓ Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;

- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.



**Desta validação o resultado poderá ser:**

**1.Caso Suspeito Não Validado:**

Este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente ou trabalhador não docente.

**2. Caso Suspeito Validado:**

A DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

**- O (a) Diretor(a) informa de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.**

**PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO**

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 dos resultados dos testes laboratoriais e:

- **Se o caso for não confirmado:** este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- **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.

## **Na situação de caso confirmado:**

A escola:

- Providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforça a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Dá especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazena os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

## **CASO IDENTIFICADO FORA DO ESPAÇO ESCOLAR**

Na situação de um aluno, docente ou um elemento do pessoal não docente, ou familiar direto, ser suspeito de Covid-19, deve avisar de imediato a direção da escola, para que sejam contactadas as entidades de saúde, de imediato, para acompanhar a situação e definir as medidas de prevenção e contenção.

## **PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS**

Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com um caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

### **1. “Alto risco de exposição”:**

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;
- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

## **2. “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:**


- Quem teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada de meios de contenção respiratória; etiqueta respiratória; higiene das mãos). Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias, desde a data da última exposição a caso confirmado.

A Diretora  
Mara José Claudino

É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

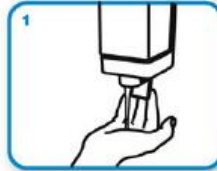
Anexos

# Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



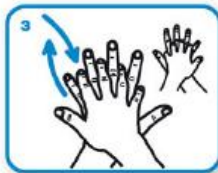
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



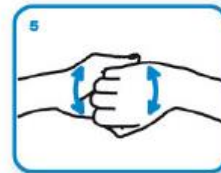
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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.

WORLD ALLIANCE  
FOR PATIENT SAFETY



Direção-Geral da Saúde  
www.dgs.pt



Ministério da Saúde



A Prevenção depende  
de cada um de nós.

## **Medidas a intensificar na Escola:**

- ✓ Reforçar a necessidade de higienização das mãos junto de todos para que lavem as mãos de uma forma mais sistemática, em especial, antes das refeições.
- ✓ Lavar/higienizar bem as mãos a cada intervalo e sempre antes de comer;
- ✓ Reforçar os cuidados ao utilizar os sanitários.
- ✓ Ao sair para o intervalo deixar pelo menos uma janela aberta para efeito de arejamento do espaço.

# Fluxograma de Procedimentos

