

COVID-19 – Plano de Contingência

Setembro de 2020

Índice

1. Enquadramento	4
1.1. Explicação do que é o Corona Vírus – Covid-19	4
1.2. Principais sintomas	7
1.3. Tempo de incubação e formas de manifestação	8
2. Plano de contingência	8
2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhador(es) pode causar na entidade	8
2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 de trabalhador(es).....	9
2.3. Estabelecer procedimentos específicos;.....	12
3. Definir responsabilidades;.....	13
4. Identificar os profissionais de saúde e seus contactos;	14
5. Adquirir e disponibilizar equipamentos e produtos;	14
6. Informar e formar os trabalhadores e alun@s;.....	14
7. Diligências a efetuar na presença de trabalhador(es) / Alun@s suspeito(s) de infeção por Covid-19 no Serviço.....	15
8. Procedimentos num caso suspeito	15
9. Procedimentos perante um Caso suspeito validado.....	17
10. Procedimento de vigilância de contactos próximos.....	18
11. Anexos.....	21

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais. Na sequência da publicitação do Despacho n.º 2836-A/2020, de 02.03.2020 e em alinhamento com a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a Orientação n.º 006/2020, de 26/02/2020 da Direção-Geral da Saúde (DGS), atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação, procedeu-se à construção do seguinte documento. Posteriormente foi reformulado após publicação da Orientação nº 024/2020 de 08 de maio e atualizado de acordo com as Orientações para a organização do ano letivo 2020/2021, emitidas pela DGEstE, DGE e DGS, e em consonância com o plasmado na Resolução do Conselho de Ministros n.º 53-D/2020, de 20 de julho de 2020.

Este documento designado por Plano de Contingência da escola Profissional Prática Universal, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta da Escola, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade das atividades.

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

1. Enquadramento

Definição de Caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas escolas.

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas; OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/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

Transmissão da infeção

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.

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela escola deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados). É obrigatório o uso de máscara, corretamente colocada (ver anexo IV), tanto pelos alunos como pelo pessoal docente e não docente.

1.1. Explicitação do que é o Corona Vírus – Covid-19

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da 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, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

O que são os coronavírus?

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

Este coronavírus é igual aos outros vírus?

Não. Apesar de se tratar de um novo vírus e ainda não existir um total conhecimento sobre este, sabe-se que é diferente dos outros, apesar de ter alguma semelhança (geneticamente) ao SARS. É necessário mais tempo de investigação para se conseguir apurar todas as suas características e qual o tratamento mais adequado.

Porque foi dado o nome de COVID-19?

A Organização Mundial da Saúde decidiu atribuir um nome que fosse fácil de transmitir e que não indicasse nenhuma localização geográfica, um animal ou grupo de pessoas. O nome, COVID-19, resulta das palavras “corona”, “vírus” e “doença” com indicação do ano em que surgiu (2019).

Qual a diferença entre COVID-19 e SARS-CoV-2?

SARS-CoV-2 é o nome do novo coronavírus que foi detetado na China, no final de 2019, e que significa “síndrome respiratória aguda grave – coronavírus 2”. A COVID-19 é a doença que é provocada pela infeção do coronavírus SARS-CoV-2.

Quando foi detetada a COVID-19?

A COVID-19 foi detetado no final de dezembro de 2019 na cidade chinesa de Wuhan.

Qual é a origem da COVID-19?

A origem (fonte da infeção) da COVID-19 é desconhecida e ainda pode estar ativa, segundo as informações publicadas pelas autoridades internacionais.

1.2. Principais sintomas

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

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- odinofagia (dor de garganta)
- dores musculares generalizadas

Em casos mais graves pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.

1.3. Tempo de incubação e formas de manifestação

- O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

2. Plano de contingência

2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhador(es) pode causar na entidade

A escola deve estar preparada para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não ir trabalhar, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis. Neste contexto é importante avaliar:

- As atividades desenvolvidas pela escola que são imprescindíveis de dar continuidade (que não podem parar) e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar.

Serviços imprescindíveis
Direção (1 elemento) Secretaria (2 elementos)

- Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento para a escola e para satisfazer as necessidades básicas dos alunos.

Recursos essenciais
Energia Elétrica, comunicações.

- Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são imprescindíveis para o funcionamento da escola. Deve-se equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais (contratados, trabalhadores com outras tarefas, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da escola e, se possível, formá-los.

Funcionários a garantir

Ausência de professores procede-se como o estipulado na legislação.
Pessoal não docente pode ser realocado para garantir os serviços considerados imprescindíveis.

- Os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infeção por SARS-CoV-2 (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público; trabalhadores que prestam cuidados de saúde; trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade).

Maior risco de infeção

Funcionários da secretaria
Funcionária do Bar
Professores de turmas com alunos contaminados
Alunos de turma com elementos contaminados

- As atividades da escola que podem recorrer a formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, designadamente pelo recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências e o acesso remoto dos alunos. Deve-se ponderar o reforço das infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação para este efeito.

Formas alternativas de trabalho

Atividades e tarefas enviadas por *email* para alun@s impedidos de assistir às aulas, utilização da plataforma ZOOM.

2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19 de trabalhador(es)

Estabelecer uma área ou sala de “isolamento” e o(s) circuito(s) até à mesma

A colocação de um trabalhador ou alun@ numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na escola e na comunidade.

A área de “isolamento” (sala, gabinete, secção, zona) numa escola tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores ou alun@s com o trabalhador ou alun@ doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, critérios referidos no ponto 3) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores ou alun@s. Grandes escolas ou escolas com vários estabelecimentos podem definir mais do que uma área de “isolamento”.

A área de “isolamento” deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis. Esta área deverá estar equipada com: telefone (ou telemóvel); cadeira (para descanso e conforto do trabalhador ou alun@, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis;

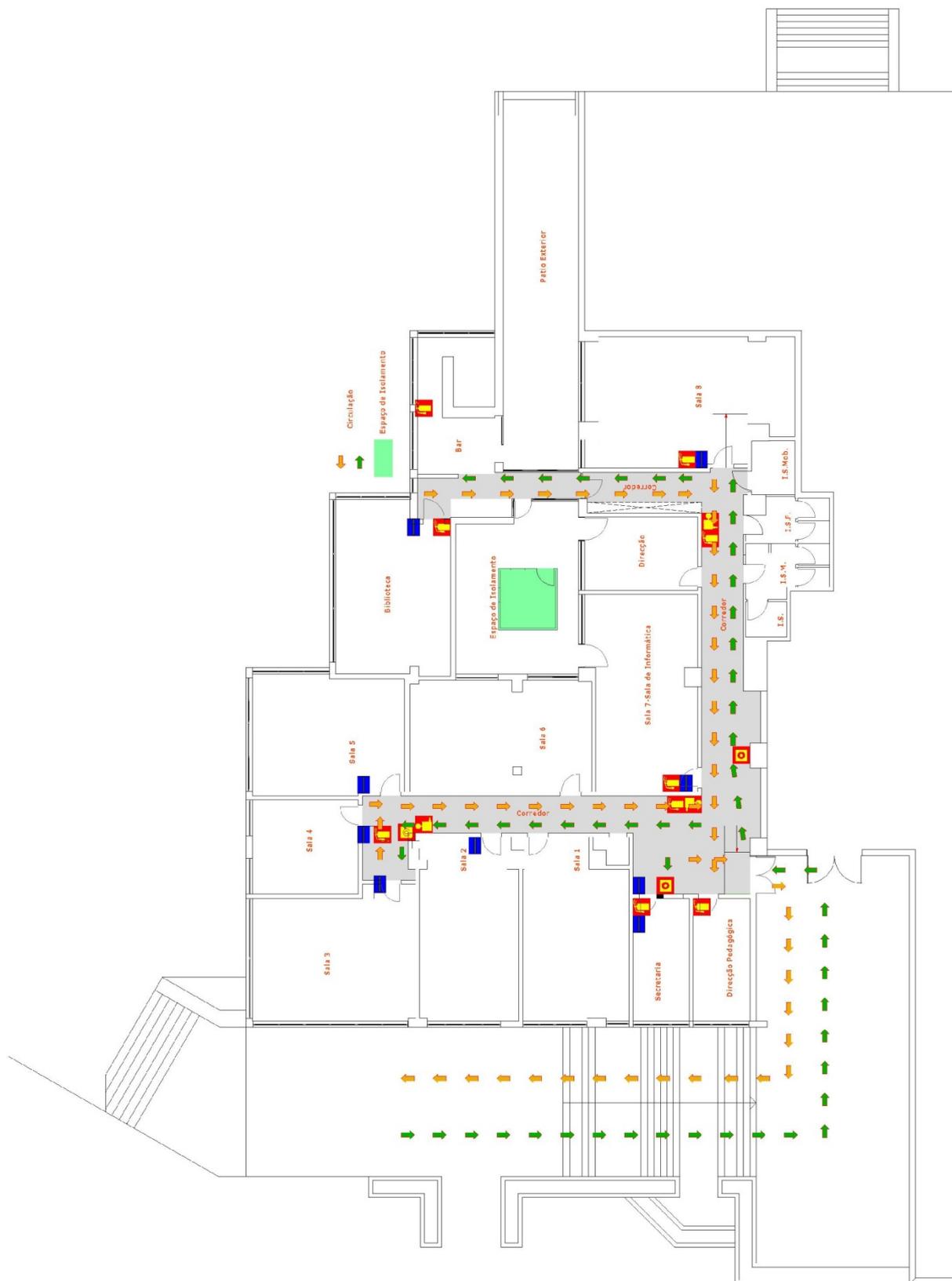
contentor de resíduos; solução antisséptica de base alcoólica; toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador/ Alun@ com Sintomas/Caso Suspeito.

Sala de Isolamento
Terraço Exterior em espaço preparado para o efeito

A escola deverá estabelecer o(s) circuito(s) a privilegiar quando um Trabalhador/ Alun@ com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do Trabalhador/ Alun@ com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores / Alun@s nas instalações.

Circuito a privilegiar	
Escola Profissional Prática Universal	

Circuito a privilegiar



2.3. Estabelecer procedimentos específicos;

A escola deverá estabelecer os seguintes procedimentos:

1- Processo de alerta de Trabalhador/ Alun@ com sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19), isto é, como se procede à comunicação interna entre:

- O Trabalhador/ Alun@s com sintomas - ou o trabalhador/ Alun@ que identifique um trabalhador/ Alun@ com sintomas na escola – e o Diretor (ou alguém por este designado). De referir que este processo de comunicação deve ser o mais célere e expedito possível;

Comunicação interna
<p>Alun@s <u>Sala Aula</u> - o professor comunica à Direção <u>Intervalos e períodos sem aulas</u> - o aluno dirige-se à secretaria que de seguida informa a Direção Trabalhador - dirige-se à secretaria que de seguida informa a Direção</p>

- O Diretor e os restantes trabalhadores, após deteção de casos: O Diretor avisa os trabalhadores dos casos detetados, via correio eletrónico.

2- Procedimentos diversos a serem divulgados pela escola:

- Procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; 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; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
 - 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);
 - Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
 - Procedimentos de conduta social, ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os alun@s;
- Evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados.
- 3 – Processo (interno) de registo de contactos com o Caso Suspeito.

3. Definir responsabilidades;

Estabelecer que:

- Todos os trabalhadores/ Alun@s devem reportar à Direção, uma situação de doença enquadrada como Trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Sempre que for reportada uma situação de Trabalhador/ Alun@ com sintomas, o Diretor deve ser informado;
- Nas situações em que o Trabalhador/ Alun@ com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente devem estar definidos

Acompanhamento

Assistente operacional com o posto de trabalho mais próximo do local onde se encontra o doente e comunica ao Diretor que procede em conformidade.

4. Identificar os profissionais de saúde e seus contactos;

Ter disponível na escola, em local acessível, os contactos úteis dos Serviços de Saúde locais.

SNS 24 - 808 24 24 24

Bombeiros Voluntários de Bragança - 273 300 210

Centro de Saúde de Bragança (Sé) - 273302420

5. Adquirir e disponibilizar equipamentos e produtos;

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (ex. zona de refeições, entrada da escola, área de “isolamento” da escola), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Máscaras cirúrgicas suplentes para utilização do Trabalhador/ Alun@ com sintomas (caso suspeito);
- Os trabalhadores/ Alun@s que prestam assistência ao Trabalhador/ Alun@ com sintomas (caso suspeito) além da máscara previamente colocada à entrada da escola devem usar luvas descartáveis
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- 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 na escola. Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;
- 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. maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

6. Informar e formar os trabalhadores e alun@s;

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os trabalhadores e alun@s na página da Escola e de acordo com o plano de comunicação da Escola;
- Esclarecer os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, panfletos e comunicação direta, 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;

- Informar os trabalhadores e Alun@ quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na escola via plano de comunicação.

7. Diligências a efetuar na presença de trabalhador(es) / Alun@s suspeito(s) de infeção por Covid-19 no Serviço

- Acionar o Plano de Contingência da escola para COVID-19;
- Confirmar a efetiva implementação dos procedimentos específicos estabelecidos anteriormente;
 - Procurar manter 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.

8. Procedimentos num caso suspeito

Qualquer trabalhador/ Alun@ com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador/ Alun@ na escola com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a Direção (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência.

Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador/ Alun@) o Diretor assegura que seja prestada, a assistência adequada ao Trabalhador/ Alun@ até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.

O(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao Trabalhador/ Alun@ com sintomas, deve(m) 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 Trabalhador doente.

O Trabalhador doente/ Alun@ (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento” contacta o SNS 24 (808 24 24 24). Quando necessário pode ser ajudado pelo acompanhante.

Este trabalhador/ Alun@ deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador. Quando necessário pode ser ajudado pelo acompanhante. 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/alun@ deve substituí-la por outra.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador/ Alun@ doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador/ Alun@: Quando necessário pode ser ajudado pelo acompanhante.

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador/ Alun@;

- 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 trabalhador/ Alun@. O trabalhador/ Alun@ informa o diretor da não validação, e este último deverá informar o Centro de Saúde de Bragança (Sé) ou o Delegado de Saúde.
- ✓ 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 Trabalhador/ Alun@ informa o Diretor da existência de um caso suspeito validado na escola.

Na situação de Caso suspeito validado:

- O trabalhador doente/ Alun@ 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/ Alun@s à área de “isolamento” fica interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);
- O Diretor colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- O Diretor informa o Centro de Saúde de Bragança (Sé) ou o Delegado de Saúde responsável pela vigilância da saúde do trabalhador/ Alun@;
- O Diretor informa os restantes trabalhadores e Alun@s da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

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 trabalhador/ Alun@ com outro(s) trabalhador(es) / Alun@(s). Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações da escola.

9. 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 o Diretor dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o Caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da escola, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da escola;
- 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:

– O Diretor deve:

- ✓ Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento” entrando previamente em contacto com o Centro de Saúde ou a Autoridade de Saúde Local
- ✓ 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 posto de trabalho/sala de aula do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- ✓ Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em duplo saco, de plástico e resistente (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para local a indicar pelo Centro de Saúde (operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico);
- ✓ A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o Centro de Saúde de Bragança (Sé) ou Delegado de Saúde, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na escola, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente (anexo III).
- ✓ O diretor informa de imediato o Delegado Regional de Educação sobre a existência do Caso suspeito validado.

10. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador/ Alun@ 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 (Anexo II). O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

– “Alto risco de exposição” é definido como:

- ✓ Trabalhador/ Alun@ do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;
- ✓ Trabalhador/ Alun@ que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- ✓ Trabalhador/ Alun@ que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

– “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

- ✓ Trabalhador/ Alun@ 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 face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).

- ✓ Trabalhador(es) / Alun@(s) 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).

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 Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o Diretor e o Centro de Saúde de Bragança (Sé) ou Delegado de Saúde, 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 seguidamente apresentada:

Vigilância de contactos próximos	
“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; <ul style="list-style-type: none"> - 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; - Acompanhamento da situação pelo Centro de Saúde de Bragança (Sé) ou Delegado de Saúde.

De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador/ Alun@, 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 o trabalhador/ Alun@ estiver na escola, 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-19.

11. Anexos

Anexo I – O que deve saber sobre o vírus e medidas de proteção

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - www.dgs.pt), e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS:

FEBRE

TOSSE

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

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

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lâpis, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações



Anexo II - Como se pode proteger

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



Anexo III- Identificação dos contactos próximos do doente

Nome do Doente _____

DATA: _____ (hoje)

Onde esteve	

Com quem esteve		A/B ¹

DATA: _____ (ontem)

Onde esteve	

Com quem esteve		A/B ¹

ASSINATURA: _____

¹Legenda: A “Alto risco de exposição” B-“Baixo risco de exposição”

Anexo IV – Correta utilização das máscaras

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR** 
- 2º **VER A POSIÇÃO CORRETA**
Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior. 
- 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** 
- 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

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado
- Lavar a máscara após cada utilização:
 - . pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos
 - . não usar lixívia
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
 - . as condições para uma adequada lavagem e secagem;
 - . o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

