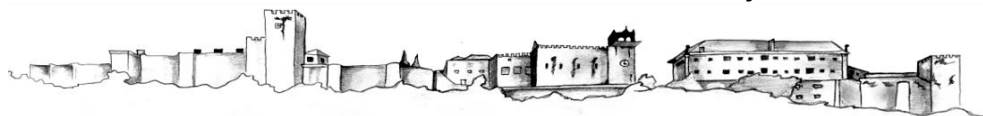

Ministério da Educação



REPÚBLICA
PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

Escola Secundária de Palmela

Plano de Contingência

(Despacho nº 2836-A/2020, de 2 de março de 2020)

Doença por Coronavírus (COVID-19)

Março 2020

Introdução

O presente documento divulga os pontos essenciais do Plano de Contingência da Escola Secundária de Palmela para a Doença por Coronavírus (COVID-19) e fornece informação aos alunos e respetivos encarregados de educação, docentes, assistentes operacionais, assistentes técnicos e visitantes sobre esta nova doença, sobre as medidas de prevenção e controlo desta infeção, e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados.

O Plano de Contingência da Escola Secundária de Palmela para a Doença por Coronavírus (COVID-19) foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento. Os alunos e respetivos encarregados de educação, docentes, assistentes operacionais, assistentes técnicos e visitantes, serão informados sobre a doença por coronavírus (COVID-19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: circulares informativas por correio eletrónico, notícias no portal da escola, afixação de cartazes nos diversos espaços de circulação e comunicações via diretores de turma.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência da Escola Secundária de Palmela para a Doença por Coronavírus (COVID-19) será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, por toda a comunidade escolar da escola. A Escola Secundária de Palmela está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus alunos, docentes, assistentes operacionais, assistentes técnicos e visitantes, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade.

Este documento será atualizado conforme documentação da DGS, DGEstE e conhecimentos científicos.

1. A Doença por Coronavírus (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infecção origina sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O novo coronavírus, agente causador da doença por coronavírus (COVID-19), foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na Cidade de Wuhan (China).

Embora o epicentro da epidemia tenha ocorrido em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infecção não se limita a Wuhan, mas a qualquer região com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus. Atualmente, o vírus encontra-se disseminado por todos os continentes, tendo focos muito ativos, na Itália, Irão e Coreia do Sul, embora esta seja uma situação em perfeita mutação.

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos 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 contato) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade respiratória (falta de ar)
- Cansaço.

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas, e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias, no entanto,

não deverá ser desprezado o impacto em toda a sociedade.

2.A Transmissão de COVID-19

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

As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou/e espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem várias formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (perímetro até 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.
- Pelo contacto social, seja ele afetuoso ou de cortesia.

Este novo agente, nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. Embora o epicentro da epidemia seja em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção estende-se a qualquer área internacional com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

3.Prevenir a Transmissão de COVID-19

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

Existem medidas de **prevenção diária** que qualquer aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante, deve seguir para prevenir a

transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos, não apenas, mas também, 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/e 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;
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum;
 - Utilizar álcool gel que se encontra nos dispensadores espalhados pelos diversos locais da escola.

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, assistentes operacionais, assistentes técnicos ou visitantes 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 e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem lavar frequentemente as mãos, não apenas, mas sobretudo antes das refeições e após o uso da casa de banho e 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. Consultar regularmente informação em www.dgs.pt.

O uso de máscaras de proteção não está recomendado, uma vez que não há qualquer evidência de benefício do seu uso fora de estabelecimentos de saúde.

4. Medidas a Adotar pela ES Palmela

A Escola Secundária de Palmela implementa de imediato as seguintes medidas:

- Cancelamento de todas as visitas de estudo previstas, incluindo as atividades no âmbito do desporto escolar, e do dia da escola. Outras ações poderão ser definidas na sequência da monitorização continua que será feita e em concertação com a DGS e com a DGEstE.
- Disponibilização de dispensadores de álcool gel nos espaços comuns da escola (portaria, refeitório, bares, reprografia, BE/CRE, corredores de todos os pisos, sala de estudo, serviços administrativos, ASE, laboratórios, miniginásio, auditório, PBX e instalações do Palmelense), condicionada à sua existência no mercado. Novos locais podem ser definidos após monitorização continua.
- Limpeza e desinfeção de locais de passagem frequente por parte das assistentes operacionais.
- Sensibilização por parte dos diretores de turma junto dos alunos sobre as medidas de prevenção.
- Aplicação de um questionário aos visitantes, na portaria.

5. O Que é um Caso Suspeito

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

Critérios clínicos		Critérios epidemiológicos
Febre Ou/E Tosse Ou/E Dificuldade respiratória	E	História de viagem para áreas com transmissão ativa nos 14 dias anteriores ao início de sintomas Ou Contacto com caso confirmado ou provável infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início de sintomas Ou Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

6. Estabelecer uma Área de Isolamento

A colocação de um aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante, suspeito de infeção numa área de isolamento visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na Escola e na comunidade.

A área de isolamento é o gabinete de posto médico da escola, o qual tem ventilação natural e está próximo de uma instalação sanitária equipada com doseador de álcool gel e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do caso suspeito. Esta área está equipada com:

- telefone;
- cadeira e marquesa (para descanso e conforto do aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante suspeito de infeção por COVID-19, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte pelo INEM);
- água e alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de álcool gel;
- toalhetes de papel;
- luvas descartáveis;

- máscara(s) cirúrgica(s);
- termómetro.

7. Designação de Grupo de Apoio

A diretora da Escola Secundária de Palmela designa um Grupo de Apoio responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19. O Grupo de Apoio é constituído por três elementos, a encarregada dos assistentes operacionais, Carla Sá, a assistente operacional do PBX, Mariana Fernandes e a adjunta da diretora, professora Maria dos Anjos Messias, a quem deve ser reportada uma situação de doença enquadrada de alunos, docentes, assistentes operacionais, assistentes técnicos ou visitantes com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que seja reportada uma situação de algum elemento com sintomas, o Grupo de Apoio informa de imediato a diretora da escola e fica responsável por acompanhar o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestando o apoio necessário. A diretora desencadeia os contactos estabelecidos neste plano de contingência:

- **Linha SNS 24: 808 24 24 24** (feito pela pessoa em isolamento)
- **Gabinete de Saúde Pública - Dr. João Diegues; Enf.ª Salete Antunes**
Telefone: 212339825
E-mail: usp.palmela@arslvt.min-saude.pt

8. Procedimentos num Caso Suspeito

Qualquer aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante, com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique um aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante, nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o grupo de apoio da escola e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada ao aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante doente toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. O grupo de apoio deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 2 metros) do doente. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar o uso de ascensores, de forma a evitar contaminação de superfícies. Deverão preferencialmente ser utilizadas escadas, não devendo idealmente ser usados os corrimãos como apoio.

O aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante com sintomas, deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito.

O grupo de apoio que acompanha e presta assistência ao aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante com sintomas, 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/e o grupo de apoio no caso de ser necessário (aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante não falantes de português) deve contactar a *Linha SNS 24* (808 24 24 24).

O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar 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 grupo de apoio:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do aluno, docente, assistente

operacional, assistente técnico ou visitante;

- 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 Confirmado:** fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente, assistente operacional ou assistente técnico. O grupo de apoio informa a diretora, são aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção e desativadas as medidas do plano de contingência.
- **Caso Suspeito Confirmado,** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O grupo de apoio informa a diretora da escola da existência de um caso suspeito de COVID-19 confirmado.

9. Procedimentos num Caso Suspeito Confirmado

Na situação de caso confirmado, o grupo de apoio em estreito contacto com a diretora da escola:

- Procede à interdição à área de isolamento, até à validação da descontaminação pela Autoridade de Saúde Local;
- Providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento, bem como do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos por ele utilizados);
- Reforça a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Armazena os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado, deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

10. Procedimentos de Vigilância de Contactos Próximos

Considera-se contacto próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

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

Alto risco de exposição, definido como:

- Aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante que partilhou o mesmo espaço (refeitório/bar, salas de aula, sala de estudo, BE/CRE, zona até 2 metros) do caso;
- Aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Aluno, docente, assistente operacional ou assistente técnico 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), definido como:

- Aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante 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);
- Aluno, docente, assistente operacional ou assistente técnico que prestou(aram) assistência ao caso confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância

ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

Importa ainda sublinhar que:

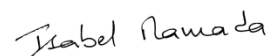
- A auto monitorização diária, feita pelo próprio aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;

- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o aluno, docente, assistente operacional, assistente técnico ou visitante 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.

A Diretora



(Isabel Ramada)