

## **Medidas de Autoproteção – MAP**

### **Plano de Contingência**

#### **Surto de pneumonia por novo Coronavírus (COVID-19)**

O documento a seguir transcrito, contém normas e recomendações importantes relacionadas com as Medidas de Autoproteção implementadas pela Escola Artística Soares dos Reis. Solicitamos a todos uma leitura atenta e o cumprimento das regras estabelecidas.

**Se ocorrer um caso de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) deve adotar a seguinte orientação de prevenção, controlo e vigilância na Escola.**

Plano de Contingência, elaborado no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19), os procedimentos a adotar perante um elemento da nossa comunidade educativa com sintomas desta infeção. 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.

Esta Orientação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19.

As situações não previstas nesta Orientação devem ser avaliadas caso a caso.

#### **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).

#### **Principais Sintomas**

Infeção respiratória aguda, com sintomas de febre ou tosse ou dificuldade respiratória (falta de ar) e cansaço requerendo ou não hospitalização.

#### **Transmissão da infeção - esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19**

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

– Por gotículas respiratórias - 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;

– Pelo contacto direto - pelo contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção;

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

Pelas características da nossa atividade - escola pública toda a comunidade escolar tem um maior risco de infeção por COVID-19. Pessoas que viajam de transportes públicos, frequentam recintos públicos como museus, bibliotecas, pavilhões desportivos, projetos internacionais – ERASMUS, etc.

Perante este enquadramento devemos adotar os seguinte Plano de Contingência

## **Surto de pneumonia por novo Coronavírus (COVID-19)**

### **Procedimentos específicos**

#### Processo de alerta de caso suspeito com sintomas e ligação epidemiológica de COVID-19 (Anexo I)

**1** – Caso suspeito que apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos deve comunicar o mais célere e expedito quanto possível ao assistente operacional do setor/bloco/piso;

**2** - O assistente operacional deve reportar à Direção Executiva da EASR (preferencialmente por via telefónica), a situação de doença enquadrada com os sintomas e ligação epidemiológica compatível com a definição de caso possível de COVID-19;

**3** – Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno, docente, trabalhador não docente e visitantes para a **Área de “ISOLAMENTO”** (A0.14B - gabinete do coordenador dos Assistentes Operacionais – Anexo III) na escola com a finalidade de evitar e restringir o contacto direto da comunidade escolar com o indivíduo doente. O responsável que acompanha o suspeito doente, deve manter um distanciamento social deste superior a 1 metro, assim como, 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 suspeito doente. Na deslocação do indivíduo com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas na Escola.

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; cadeira (para descanso e conforto do indivíduo, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (saco de plástico com espessura de 50 ou 70 micron); toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do indivíduo com Sintomas/Caso Suspeito;

**4** - O responsável da estrutura de comando e controlo deve comunicar (preferencialmente por via telefónica) com o indivíduo já na área de “ISOLAMENTO” e solicitar que o suspeito doente (COVID-19), contacte o Serviço Nacional de Saúde - SNS 24 (808 24 24 24). O profissional de saúde do SNS 24 questiona o indivíduo doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

O suspeito doente, 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 suspeito doente deve substituí-la por outra.

**5** – No 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 indivíduo com outro(s) da comunidade escolar. Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas

instalações da Escola. O Diretor informa de imediato o delegado regional de educação do norte sobre a existência de caso suspeito validado.

**6** - A Direção Executiva da Escola informa toda a comunidade escolar da existência de Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.

**7** - Na situação de caso confirmado providenciase a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “ISOLAMENTO”.

**8** - Procedimento de vigilância de contactos próximos: Considera-se “contacto próximo” um indivíduo 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).

Este Plano de Contingência foi desenvolvido e será atualizado com a informação disponibilizada pela Direção-Geral da Saúde (DGS), de forma a que sejam cumpridas as recomendações no âmbito da prevenção e controlo de infeção do Surto de pneumonia por novo Coronavírus (COVID-19).

### **Procedimentos de Prevenção Diária**

- Procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 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;
- 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; evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas 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 indivíduos e entre estes e visitantes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, locais de maior aglomeração de pessoas na Escola).

### **Medidas adicionais para covid-19 a implementar na EASR**

- Encerrar as escadas de caracol de acesso aos três pisos do edifício;
- Limitar a utilização do elevador apenas a pessoas com dificuldades de mobilidade ou cargas;
- Desinfetar antes e depois dos intervalos os puxadores das portas (entrada da escola, secretaria, papelaria, bar, entre outros);
- Desinfetar os pufes de tecido que se encontram nos corredores do edifício;
- Outras medidas podem ser implementadas a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19.

### **Regresso de deslocações ao estrangeiro - Erasmus**

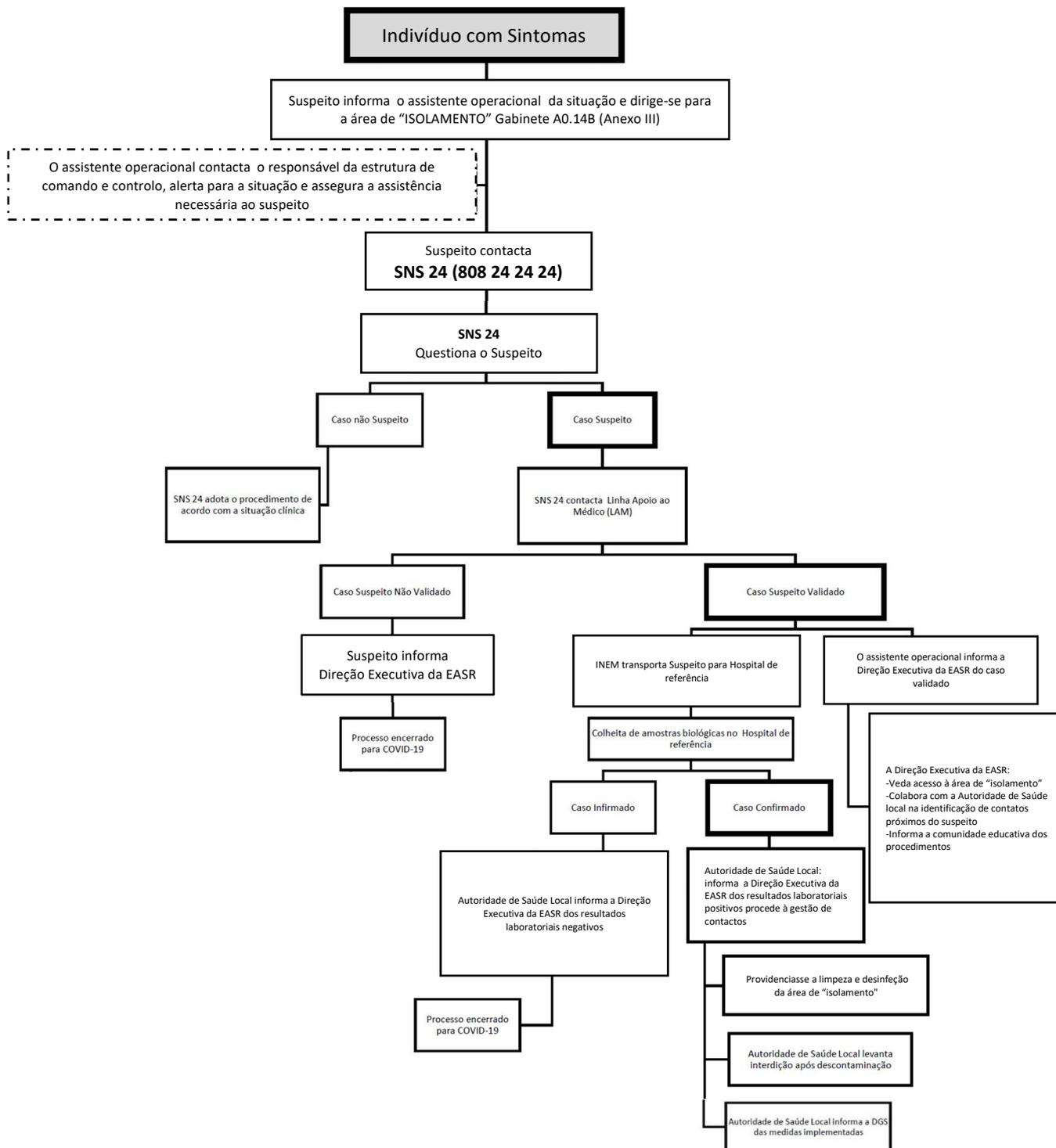
Não tendo sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a deslocações ao estrangeiro, recomenda-se a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades 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 (Modelo 3A\_Registo de temperatura – Anexo IV), registando os valores e 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.

O Comité de Emergência do Regulamento Sanitário Internacional decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional. De acordo com o European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC), o impacto potencial dos surtos por COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação global do vírus. Recomenda-se o cumprimento do Plano de Contingência da EASR de prevenção e controlo de infeção do Surto de pneumonia por novo Coronavírus (COVID-19). Deve visualizar o vídeo legendado em português, produzido pela Organização Mundial da Saúde: <https://youtu.be/3MkRE2rG4Ok>

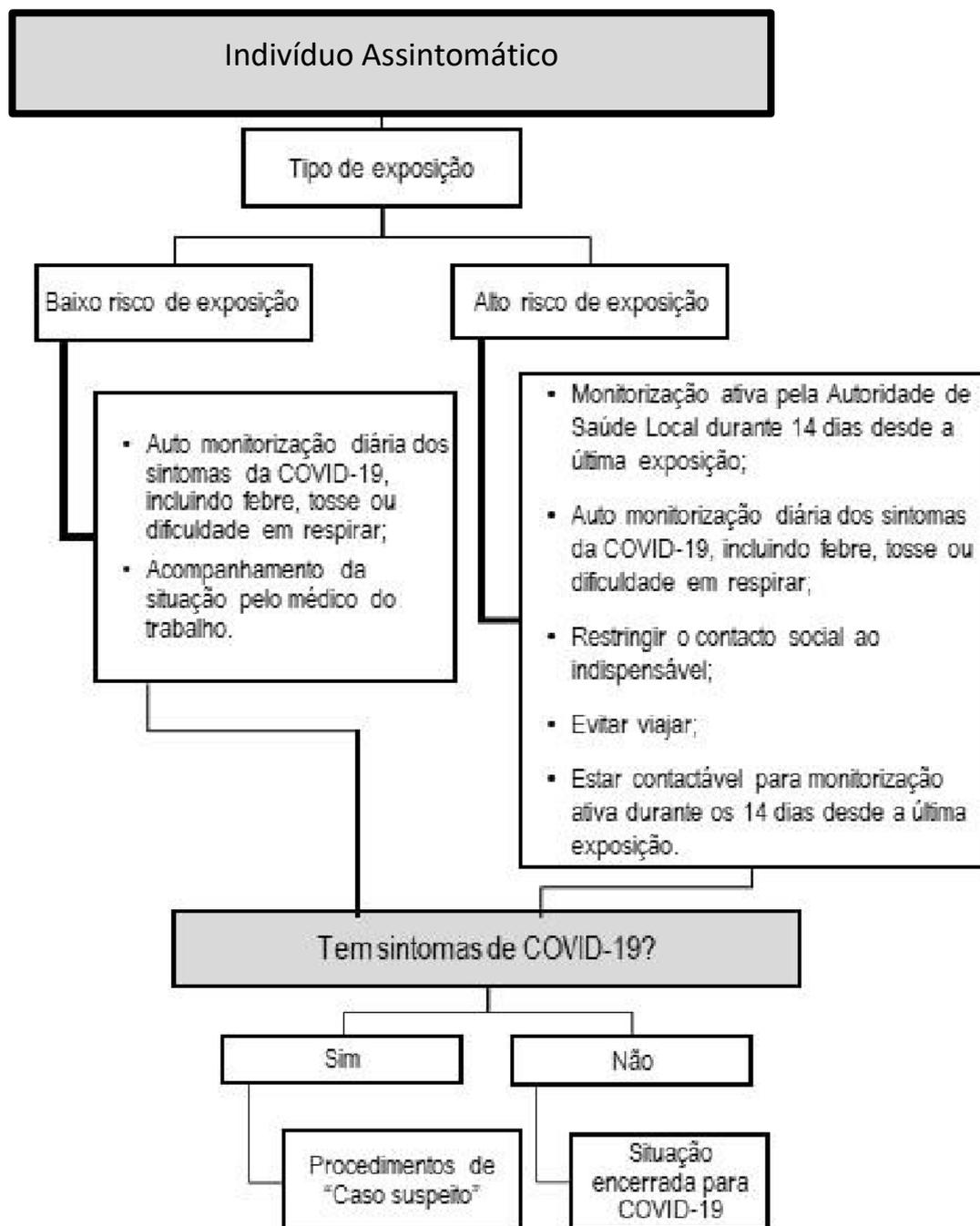
**Anexo I**  
**Fluxograma de situação de um Suspeito com sintomas de COVID-19**



Anexo II

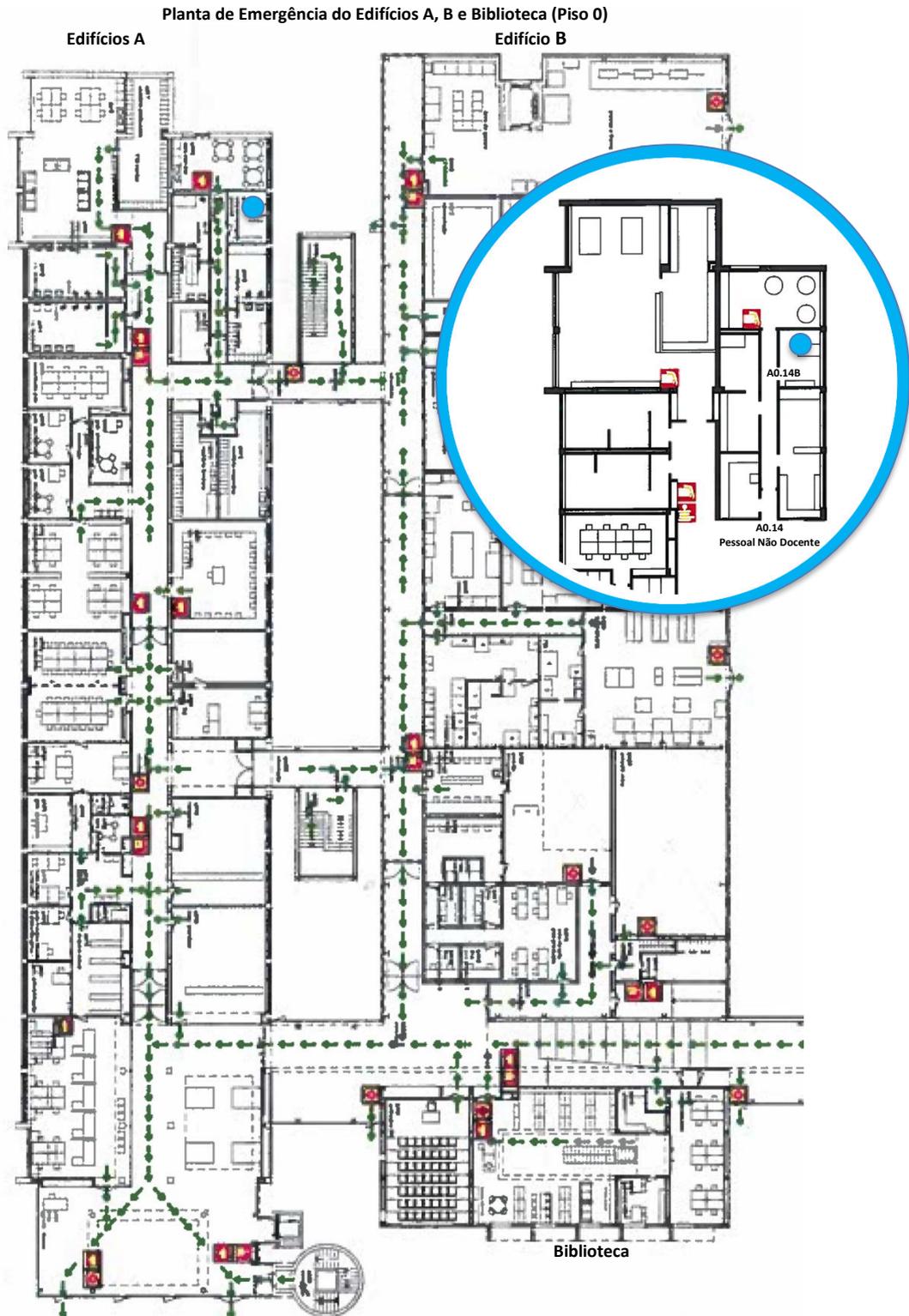
Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (indivíduo assintomático)

Caso Confirmado de COVID-19



Anexo III

Área de "ISOLAMENTO" A0.14B - Gabinete do Coordenador dos Assistentes Operacionais (Piso 0)



● Área de "ISOLAMENTO" A0.14B - Gabinete do Coordenador dos Assistentes Operacionais

**Anexo IV**

Modelo 3A\_Registo de Temperatura

**Informação e vigilância de cidadãos assintomáticos que regressam de áreas afetadas pela infeção por COVID-19**

Se esteve numa área afetada pela infeção COVID-19:

- **Esteja atento ao seu estado de saúde** durante 14 dias, desde a chegada;
- **Meça e registre a sua temperatura de manhã e à noite**, durante esses 14 dias. Registe também a ocorrência de outros sintomas como por exemplo: tosse, febre, dificuldade respiratória, dores de cabeça, astenia, entre outros.

Data de chegada a Portugal: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Registo da temperatura:**

Data da vigilância	Manhã	Noite	Outros sintomas/observações
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	
____ / ____ / _____	°C	°C	

Se tiver **febre (igual ou superior a 38. °C)** ou algum outro sintoma referido acima, telefone para:

- **Linha SNS 24 (808 24 24 24)**

Muito obrigado pela sua colaboração

### Fluxograma Simplificado

Atuação perante identificação de um Suspeito com sintomas de COVID-19 por Assistente Operacional

