



INFORMAÇÃO SOBRE O

PLANO DE CONTINGÊNCIA

DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)



ESCT Escola
Secundária
Cacilhas-Tejo

INTRODUÇÃO	4
1. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)	5
2. A TRANSMISSÃO DE COVID-19	5
3. PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19	6
4. MEDIDAS A ADOTAR PELA ESCT	7
5. MEDIDAS A ADOTAR AO REGRESSAR DE ÁREAS COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA	7
6. ÁREA DE ISOLAMENTO	8
7. EQUIPA OPERACIONAL	9
8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO	9
9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO	10
10. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO	11
11. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	11
Anexo – Contactos	13

INTRODUÇÃO

O presente documento apresenta o [Plano de Contingência da ESCT para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#) estabelecido pela ESCOLA SECUNDÁRIA CACILHAS-TEJO (ESCT) e fornece informação 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 ESCT para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#) foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS), da DGAEP e da DGESTE.

A informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no [Plano de Contingência da ESCT para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#) será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, nomeadamente do site da escola. A Escola Secundária Cacilhas-Tejo está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus alunos e do pessoal docente e não docente, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade.

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 infeção origina sintomas como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou apresenta-se como doença mais grave, como pneumonia.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2) 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 infeção não se limita a Wuhan, mas a qualquer região com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de doença por coronavírus (COVID-19), é pouco provável que tenha sido contagiada.

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

- Dificuldade respiratória
- Tosse
- Febre

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.

2.A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 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 espirra (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem duas 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.

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 princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos. As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa.
- Os alunos, pessoal docente e não docente e visitantes devem lavar as mãos:
 - *Antes de sair de casa*
 - *Ao chegar à Escola*
 - *Após usar a casa de banho*
 - *Após intervalos e atividades desportivas*
 - *Antes das refeições*
 - *Antes de sair da Escola*
- Utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 70% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a **Linha SNS24: 808 24 24 24**. Não deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.

- 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 ESCT

A Direção da ESCT implementará as seguintes medidas:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (corredores, refeitório, bar).
- Disponibilização de toalhetes para os professores limparem o teclado e rato da secretária em cada sala, antes do início de cada aula.
- Disponibilização de dispensadores de gel em todas as salas de informática.
- Sessões de informação aos alunos e pessoal docente e não docente.
- Criação de área reservada à divulgação de informação atualizada sobre o COVID-19 no site da ESCT.
- Disponibilização de uma sala (A09) para acolhimento de casos suspeitos.
- Suspensão temporária de:
 - visitas de estudo;
 - atividades, dentro da Escola, que envolvam mais do que uma turma / 30 participantes;
 - atividades, fora da Escola, que impliquem uma concentração superior a 50 pessoas.

A decisão de encerramento total ou parcial da Escola será tomada após parecer da Entidade de Saúde competente.

5.MEDIDAS A ADOTAR AO REGRESSAR DE ÁREAS COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA

A ESCT tem em conta as orientações da Direção-Geral da Saúde e da Organização Mundial da Saúde sobre o COVID-19. De acordo com o [Plano de Contingência da ESCT para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#), **todos os alunos e membros do pessoal**

docente e não docente que regressem de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus, devem, por princípio de precaução de saúde pública, respeitar um período de isolamento profilático domiciliário de 14 dias após o seu regresso, durante o qual deverão vigiar o eventual aparecimento de sintomas (tosse, febre ou dificuldade respiratória).

Os que se encontrem nestas circunstâncias deverão, durante esse período:

- **Estar atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória**, no próprio ou nas pessoas com quem convive de perto;
- **Lavar frequentemente as mãos**, sobretudo antes das refeições e após uso da casa de banho;
- **Telefonar para a Linha SNS24 (808 24 24 24) caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), e seguir as orientações.**

6.ÁREA DE ISOLAMENTO

É estabelecida como área de isolamento a sala A09. A colocação de um membro da comunidade escolar suspeito de infeção por COVID-19 na área de isolamento visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível na Escola.

Esta área está equipada com:

- telefone;
- cadeira ou marquesa;
- *kit* com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de base alcoólica;
- toalhetes de papel;
- máscara(s) cirúrgica(s);
- luvas descartáveis;
- termómetro.

Para apoio à área de isolamento é disponibilizada uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização

exclusiva do caso suspeito.

Todos os membros da comunidade escolar deverão ser informados da localização da área de isolamento.

7. EQUIPA OPERACIONAL

A Direção designará uma Equipa Operacional, em cada turno de funcionamento da Escola, responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19. Os membros da comunidade escolar serão informados da constituição das referidas equipas. É a esta Equipa que deverá ser reportada qualquer situação de doença com sinais ou sintomas de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação com estas características, a Equipa Operacional deverá informar a Direção da Escola e ficar responsável por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos neste [Plano de Contingência da ESCT para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#).

Um dos elementos da Equipa acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos neste [Plano de Contingência](#).

8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Qualquer elemento da comunidade escolar com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique uma pessoa nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente a Equipa Operacional do COVID-19 e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada à pessoa toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. A Equipa Operacional 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 1 metro) do doente. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar o uso do ascensor, de forma a evitar contaminação de superfícies. Deverão preferencialmente ser utilizadas escadas, não devendo idealmente ser usados os corrimãos como apoio.

A Equipa Operacional que acompanha e presta assistência à pessoa 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 a Equipa Operacional, no caso de ser necessário, 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. 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 a Equipa Operacional:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica da pessoa;
- 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 Validado**: fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica. O aluno ou o trabalhador informa a Equipa Operacional da não validação, e esta deverá informar a Direção da Escola.
 - **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. A Equipa Operacional informa a Direção da Escola da existência na instituição de um caso suspeito de COVID-19 validado.

9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

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 realização de exames laboratoriais no INSA;
- O acesso à área de isolamento fica interdito (exceto à Equipa Operacional da Escola);

- O caso suspeito validado deverá 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 caso com outras pessoas. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações da Escola.

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 a Direção da Escola 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 limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- 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 Local.

10. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO

Na situação de **caso confirmado**, a Direção da Escola deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- 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 das salas de aula, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico nos termos regulamentares comunicados internamente.

11. PROCEDIMENTOS NA 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 da mesma turma do caso confirmado;
- Aluno, professor ou funcionário que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Aluno ou trabalhador 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 ou trabalhador 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(s) ou trabalhador(es) 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. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Escola, 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 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

É importante sublinhar que:

- A automonitorização diária 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 ou o trabalhador 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.

Anexo – Contactos

Linha SNS 24:

- 808 24 24 24

Elementos da Direção:

- Professora Sandra Pimenta (sandra.pimenta@escacilhastejo.org) (212736222)
- Professor Jorge Duque (jorge.duque@escacilhastejo.org) (212736222)

Equipa Operacional

Período da Manhã:

- Vanda Moriés
- Odete Francisco
- Cristina Carvalho

Período da Tarde:

- Natália Lopes
- Paula Santos
- Ana Guerra