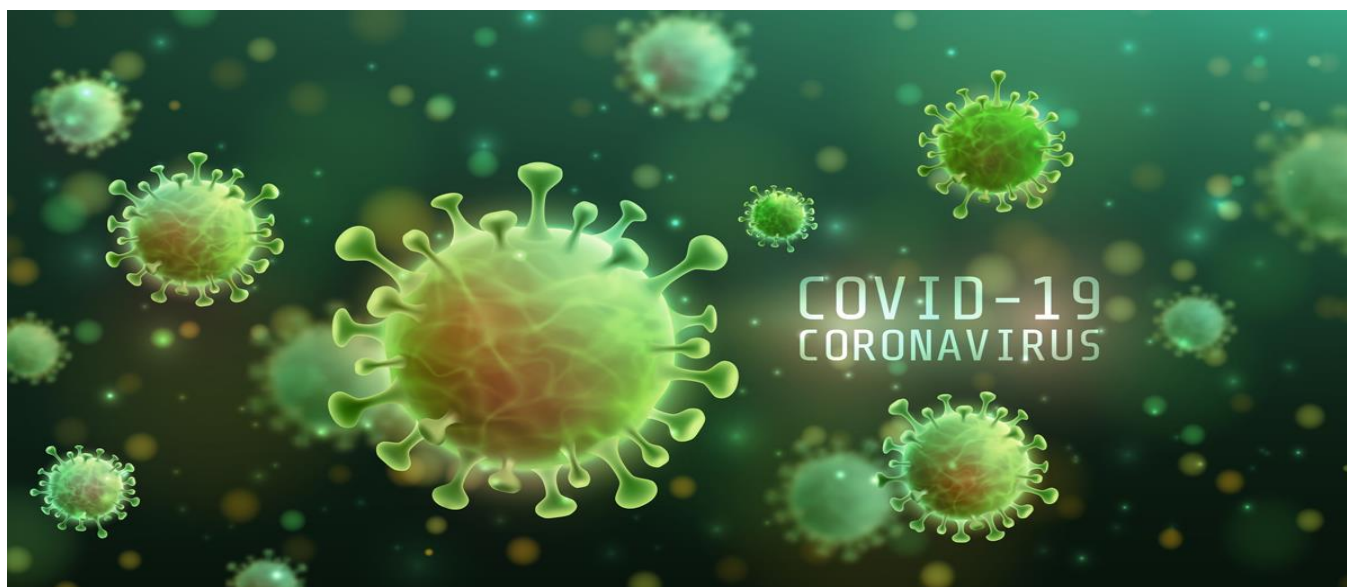


AGRUPAMENTO DE ESCOLAS N.º 1 DE MARCO DE CANAVESES

EB/JI de Regoufe



PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19 (do inglês Coronavirus disease 19)

17 de julho 2020

O plano de contingência consiste num conjunto de medidas e ações que devem ser aplicadas oportunamente, de forma articulada, em cada uma das fases da evolução da proliferação do Coronavírus, de forma a permitir que a escola se prepare para enfrentar as possíveis consequências deste surto, em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas da comunidade educativa.

São consideradas três áreas prioritárias de intervenção:

- Adequação das condições físicas das escolas e medidas de prevenção;
- Definição de uma estratégia de comunicação interna e externa;
- Ações a desenvolver para controlar a transmissão e manter a atividade da Escola.

1 – Enquadramento

1.1- Caracterização do agente e formas de transmissão

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.

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

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infeciosas;
- 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 e ainda através do 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).

1.2- Principais sintomas

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

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

1.3 - Tempo de incubação e formas de manifestação

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).

2. Plano de contingência

2.1 - Identificação dos efeitos que a infeção de docentes ou de trabalhadores não docentes pode causar na escola

A existência de turmas sem atividades letivas por ausência do docente pode acarretar perturbação na dinâmica da escola. Terá, por isso, que se equacionar uma substituição, urgente, do docente. No caso de coincidir com o período da manhã ou da tarde, os carregados de educação, deverão ser contactados e caso não seja possível a substituição do docente em falta, os alunos serão encaminhados para casa após informação/contacto com os encarregados de educação.

A ausência de um assistente operacional doente deve determinar uma substituição, se possível, ou o fecho do local.

2.2 - Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19

A arrecadação passa a ser destinada a sala de isolamento dos casos suspeitos. De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

No caso de se tratar de um aluno, assim que for comunicado um caso suspeito à direção da escola, o assistente operacional em serviço, deve acompanhar o mesmo até à referida sala, usando o percurso mais curto. Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos e ao distanciamento social.

Na sala deve estar disponível água, um pacote de bolachas fechado e um termómetro, para que se possa medir a febre, enquanto aguarda as orientações dadas pela linha SNS 24 (808 24 24 24).

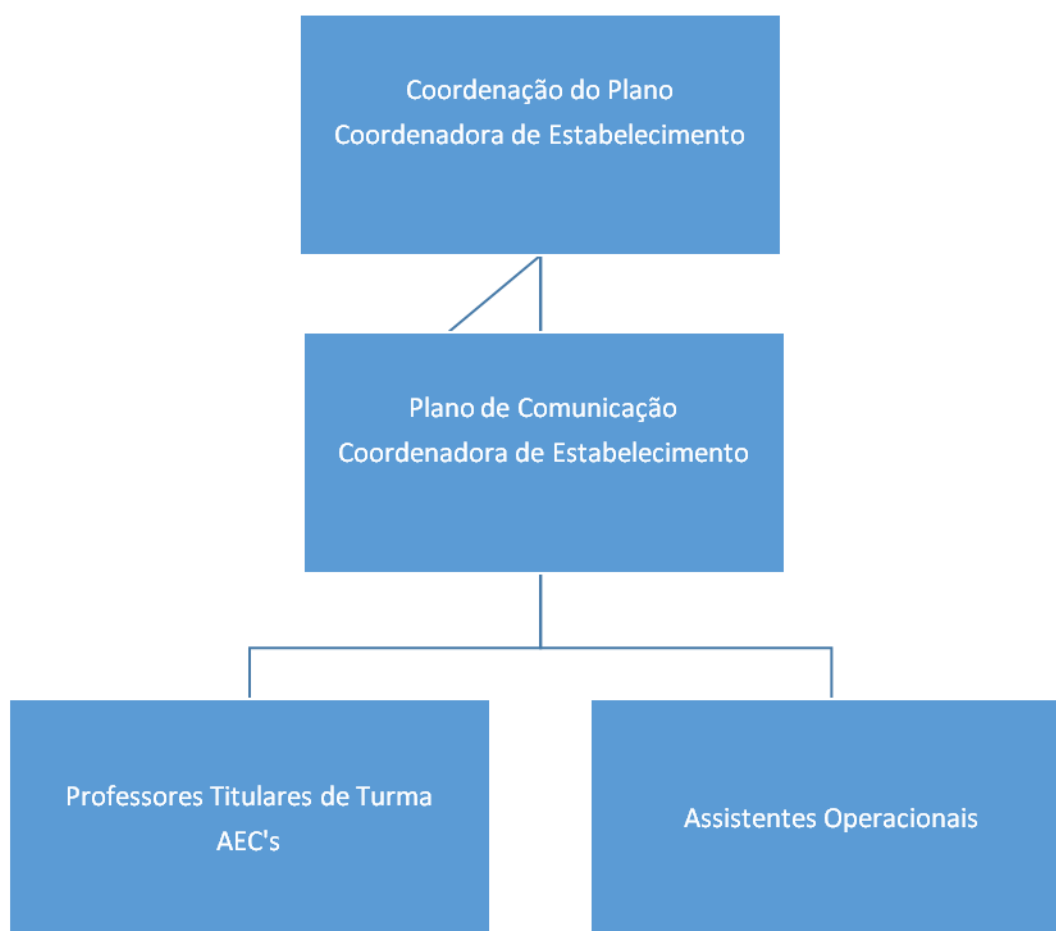
2.3 - Identificação do Coordenador e de uma Equipa Operativa

Coordenador do plano – Coordenadora de Estabelecimento.

Equipa e funções:

- **Coordenadora de Estabelecimento, Professores e Assistentes Operacionais**
 - Compete a estes elementos fazer a monitorização da aplicação do plano, dando especial atenção às medidas de prevenção – higiene pessoal e do ambiente escolar;
- **Assistentes Operacionais**
 - É responsável por coordenar as tarefas previstas no plano de contingência, nomeadamente a limpeza e higienização dos espaços, equipamentos e materiais escolares;
- **Coordenadora de Estabelecimento e Professores**
 - Garantem o desenvolvimento de medidas que minimizem as consequências resultantes do absentismo dos docentes e alunos, em articulação com a Direção da escola;
- **Coordenadora de Estabelecimento**
 - É da responsabilidade deste elemento, garantir a circulação da informação pela comunidade escolar, usando como forma privilegiada as tecnologias de informação e comunicação.

2.3.1- Definição da Cadeia de “Comando e Controlo”



2.3.2- Profissionais de saúde e seus contactos

Além da linha SNS 24 (808 24 24 24), constitui um interlocutor privilegiado com o centro de saúde local (Unidade de Saúde Terras do Românico) – 255530629.

2.4 - Condições físicas e prevenção

As condições físicas disponibilizadas terão em conta:

- as condições especiais que se devem facultar aos diferentes elementos da comunidade educativa, de forma a estes procederem regularmente a lavagem das mãos;
- a manutenção permanente das condições que permitam à sala de isolamento receber novos casos suspeitos.

Medidas de prevenção:

- Reforço da disponibilização nas instalações sanitárias destinadas aos alunos, de toalhetes de papel, sabão e soluções comerciais de lavagem das mãos.
- Colocação nos espaços escolares sabão e doseadores com soluções de limpeza das mãos à base de álcool.
- Lavagem com solução desinfetante das instalações sanitárias e dos tampos das carteiras no final do período da manhã e no final do período da tarde.
- Desinfeção do calçado, através do tapete de entrada de cada sala, logo após a chegada dos alunos à escola.
- Obrigatoriedade da manutenção das janelas das salas de aula abertas durante os intervalos.

Aumento das reservas de produtos de limpeza e de produtos alimentares processados, com maior prazo de validade.

2.5 – Informar e formar a comunidade educativa

Medidas de prevenção diária

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem 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;
- 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.

2.5.1- Ações de sensibilização:

Além das medidas adotadas para a adequação das instalações às novas exigências de higiene pessoal e do ambiente escolar, devem ser estimulados os comportamentos que dificultem a propagação.

- Afixar nos espaços comuns e instalações sanitárias informação sobre os principais sintomas desta infecção e das normas e rotinas de lavagem das mãos.
- Preparar a sala de isolamento, para onde devem ser encaminhados os alunos ou trabalhadores que manifestem sintomas, até que surjam as orientações da linha SNS 24.
- Distribuir / dar a conhecer a toda a comunidade educativa o desdobrável de sensibilização.

2.6 - São consideradas atividades essenciais e prioritárias:

- Professores - atividades letivas;
- Assistentes operacionais - vigilância dos espaços comuns e a limpeza das instalações sanitárias e salas de aula;
- Fornecedores de bens e serviços – funcionamento da cantina e fornecimento de produtos alimentares, de higienização no final das atividades letivas.

3 – Procedimento num caso suspeito

A deteção de um caso suspeito deve despoletar um conjunto de medidas que minimizem o contágio e permitam a comunicação interna e externa da ocorrência.

Procedimento:

- Funcionários docentes e não docentes – No caso de apresentarem sintomas, devem comunicar imediatamente à Direção da Escola. No caso de se encontrarem no estabelecimento de ensino, devem dirigir-se para a sala de isolamento logo que possível ou, caso se encontrem em casa, devem informar este órgão por via telefónica ou por correio eletrónico.

- Alunos – os alunos que manifestem sintomas devem:

- No caso de se encontrarem na escola, dirigir-se ao professor, o qual chamará de imediato o funcionário, para ser encaminhado para a sala de isolamento.

- No caso de já estarem a faltar às aulas pelo mesmo motivo, devem telefonar para a escola, informando o número e a turma a que pertencem e o dia partir do qual ficaram doentes.
- A Coordenadora de Estabelecimento/Professor deve certificar-se que foi realizada a chamada para a linha SNS 24. O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

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

4. 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 interditada 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 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 do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar 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.

5. 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, 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 expetoração, 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.

6- Identificação das medidas de manutenção da atividade escolar em situação de crise

6.1 - Absentismo dos professores

O órgão de gestão deve organizar uma bolsa de professores de substituição e definir os valores de absentismo dos professores, que inviabilizam a manutenção das atividades escolares. Neste caso, a decisão de cancelar as atividades escolares pode, em função do número de professores em falta, determinar a paragem parcial das aulas de certas turmas ou anos de escolaridade.

6.2 - Absentismo dos Assistentes Operacionais

Na ausência de um Assistente Operacional, a Coordenadora de Estabelecimento comunicará a Direção do Agrupamento.

6.3 - Fornecedores de bens e serviços essenciais ao funcionamento da escola

- A Coordenadora de Estabelecimento deve reunir com a Junta de Freguesia, para conhecer o seu plano de contingência e conhecer a equipa de substituição prevista, no caso dos prestadores do serviço adoecerem;
- Identificação de fornecedores alternativos, para os produtos alimentares e não alimentares, que permitam a manutenção das atividades escolares;
- Assegurar a existência de uma reserva estratégica de bens ou produtos, cuja falta possa comprometer o exercício das atividades consideradas prioritárias:
 - Produtos não alimentares – materiais escolares mais utilizados, produtos químicos de limpeza, papel higiénico, lenços de papel, dispensadores de soluções de lavagem de mãos à base de álcool/recargas, sacos do lixo, caixotes do lixo com tampa, máscaras, luvas, Paracetamol, termómetro, e resguardo plastificado/rolo de papel para a marquês da sala de isolamento.
 - Produtos alimentares – reforço das reservas de água engarrafada e de alimentos.

7- Informação e capacitação

O envolvimento de toda a comunidade escolar e seus parceiros requer uma divulgação atempada das medidas adotadas para minimizar os efeitos resultantes da evolução desta doença. Assim, realizar-se-ão, reuniões/ações de sensibilização com os diferentes agentes da comunidade escolar, para os informar das normas de funcionamento vigentes e os sensibilizar para as medidas de prevenção do contágio.

8- Procedimentos a manter, caso a situação se torne duradoura

Os Encarregados de Educação e outros visitantes serão convidados a proceder a esta higienização das mãos e, se necessário, sensibilizados para a importância deste procedimento.

➤ Salas de Aula

- Cada turma tem definido o lugar que ocupa e que deve ser mantido desde o início de cada aula.
- As salas de aula garantem a maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, garantindo-se o distanciamento físico de 1 metro;
- As mesas devem ser dispostas junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física das salas de aula;
- As mesas estão dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros;
- Renovação frequente do ar com as janelas e portas abertas, de acordo com as condições climatéricas
- Todos os alunos devem ser portadores de lenços de papel e um antipirético por exemplo paracetamol (com autorização do Encarregado de Educação), sendo necessário solicitar autorização ao professor para os depositar no caixote do lixo após o uso. A cedência de lenços de papel será realizada apenas em situações excecionais, pelo que os Encarregados de Educação serão alertados para a necessidade do seu educando cumprir esta norma de higiene pessoal.
- No final de cada aula, o professor garante que as janelas ficam abertas, para facilitar o arejamento.

- No final do período da manhã e do período da tarde, a sala deverá ser limpa e desinfetada, nomeadamente, as maçanetas das portas, os parapeitos das janelas, as mesas, quadros e o caixote do lixo.

Se durante a aula algum aluno manifestar sintomas similares aos de uma gripe:

- O professor chama o funcionário.

- Este funcionário, depois de colocar a sua máscara, acompanha o aluno até à sala de Isolamento. Aí, deve disponibilizar o termómetro e paracetamol, caso seja necessário e conste do registo de autorização do Encarregado de Educação

- A direção telefona para linha SNS 24 e segue as instruções. No caso de não haver indicação de se tratar de um caso suspeito, o aluno poderá solicitar entrar em contacto com o Encarregado de Educação para receber instruções de como proceder.

- No caso do Encarregado de Educação se dirigir à sala de isolamento, tem que proceder a colocação de máscara e higienização das mãos.

➤ Biblioteca escolar/sala de recursos

- Manter as portas abertas, sempre que as condições climatéricas o permitirem.

- Proceder, regularmente, à desinfeção das maçanetas das portas, dos teclados e ratos dos computadores, das mesas e das cadeiras.

- Solicitar a todos os visitantes que procedam à lavagem das mãos com a solução à base de álcool.

- Impedir que o número de visitantes, em cada momento, seja excessivo para as instalações disponibilizadas.

- Usar o período correspondente à hora de almoço, para proceder ao arejamento das instalações e a uma limpeza/desinfeção dos principais equipamentos utilizados.

➤ Casas de banho

- Estas instalações devem ser alvo de limpeza e desinfeção profunda e repostos os consumíveis, três vezes no período da manhã e três vezes no período da tarde.

➤ Cantina



- Os funcionários devem proceder à lavagem frequente das mãos, das mesas/bancadas de trabalho, e à recarga dos dispositivos de lavagem de mãos com solução à base de álcool, nomeadamente a seguir aos momentos de utilização.

-As duas turmas têm mesas identificadas e separadas por turma.

-Está garantido o distanciamento físico entre alunos.

➤ Acesso ao recinto escolar

- A supervisão no recreio foi orientada para manter as “ bolha” de cada turma.

-O espaço físico exterior é amplo e permite o distanciamento entre as “ bolhas”

-A supervisão é assegurada por dois adultos.

9- Medidas de isolamento e distanciamento social

Sala de isolamento

- ✓ Deve ser usada exclusivamente pelas pessoas que são declaradas como casos suspeitos.
- ✓ Sempre que estiver a ser utilizada deve permanecer com a porta fechada.
- ✓ Depois de utilizada por alguém suspeito, deve sofrer uma limpeza profunda e permanecer aberta para arejamento. O funcionário responsável deve usar equipamento de proteção individual (luvas e máscara).
- ✓ Devem ser repostos os equipamentos / materiais que lhe estão destinados: termómetro, paracetamol, água, lenços de papel, recipiente fechado para depósito, rolo de papel para cobrir as marquesas/cadeiras e doseador/recarga de solução de lavagem de mãos à base de álcool.

10 – Procedimentos para o ensino presencial

- Desinfeção das mãos à entrada do recinto escolar;
- Definição de percursos de circulação para acesso às salas de aula;
- Instalação de dispensadores de álcool gel em todas as salas de aula;
- Sala fixa para cada turma, sendo o professor o elemento que circula;
- Cada sala tem no máximo 15 alunos, com lugares fixos para cada aluno;

- Procedimentos de limpeza e desinfeção conforme anexo 1

11- Plano de comunicação

Será desenvolvida uma estratégia de comunicação interna e externa, que passa pelo cumprimento dos procedimentos que se seguem:

- Divulgação do plano de contingência a toda a comunidade escolar.
- Informar os Encarregados de Educação que os alunos que ficarem doentes só podem regressar à escola quando se fizerem acompanhar de declaração médica.
- Sensibilizar os Encarregados de Educação para atualizar, sempre que necessário, os contactos telefónicos e de correio eletrónico, nos serviços administrativos e o Professor.
- Sensibilizar os Encarregados de Educação para a necessidade de informar o Professor, no caso de algum dos elementos do agregado familiar ser suspeito de ser fonte de contágio.
- Deve existir uma lista de contactos alternativos de fornecedores de bens e serviços, para equacionar outras soluções de fornecimento.
- Só a Escola pode dar informações a agentes externos que solicitem esclarecimentos sobre a aplicação do plano.
- Serão privilegiadas as Tecnologias de Informação e Comunicação como meio de fazer circular a informação, nomeadamente com o recurso ao correio eletrónico e contacto telefónico.

12 – Principais Necessidades para a Execução do Plano/Dificuldades Sentidas

Neste momento, a EB de Regoufe não tem nenhum Assistente Operacional, ou seja, tem falta de recursos humanos. Para que o plano seja executado na perfeição, é necessário, a colocação de Pessoal não docente bem como reforçar este recurso.

Outra dificuldade sentida é a falta de equipamento de proteção individual (EPI) e material de desinfeção, para além de outros materiais como por exemplo: fitas para marcar lugares, entradas e saídas, etc.

13 - Avaliação

O plano será atualizado e reavaliado, em função da evolução do surto de Coronavírus. Assim, que terminar a fase aguda, proceder-se-á a uma análise do grau de execução do plano.

Agrupamento de Escolas N.º 1 de Marco de Canaveses

ANEXO 1

MANUAL DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

1. Procedimento

Quando se vai desinfetar uma área, as principais preocupações a ter em conta são

Equipamentos de Proteção Individual (EPI):

- ✓ Deve ser usado equipamento que proteja o Assistente Operacional, quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área onde irá operar, e que evite, ainda, que este traga agentes contaminadores do exterior para a área da desinfeção.

Entrada na “área suja”:

- ✓ O Assistente Operacional deve entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos;
- ✓ Ao entrar na “área suja”, deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.

Operação dentro da “área suja”:

- ✓ Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- ✓ Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- ✓ À medida que se vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco.

Saída da “área suja”:

- ✓ No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- ✓ Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
- ✓ Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
- ✓ Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- ✓ Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- ✓ Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do

material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

Resíduos:

- ✓ Os sacos de resíduos devem ser colocados no contentor (“caixote do lixo”) dos resíduos indiferenciados. Estes resíduos não devem em caso algum, ser colocados no contentor de recolha seletiva, nem depositados no ecoponto.
- ✓ Nunca deixar os sacos de resíduos em espaços públicos, ou zonas onde possam ser mexidos.

2. Frequência de limpeza

A desinfecção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

Casas de banho – pelo menos três vezes de manhã e três vezes à tarde;

Zonas e objetos de uso comum – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos três vezes de manhã e três vezes à tarde;

Salas de aula – no final do período da manhã e da tarde e sempre que se justifique;

Salas de professores – de manhã e à tarde;

Refeitórios – antes e após a utilização, especialmente as mesas, cadeiras e bancadas.

2. Produtos e técnicas de desinfecção de espaços escolares

A limpeza e desinfecção de espaços escolares interiores utiliza os seguintes produtos e técnicas:

Agentes de desinfecção:

Solução de hipoclorito de sódio (lixívia) pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio).

Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- Balde e esfregona para o chão;
- Panos de limpeza descartáveis ou panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, se houver condições para serem lavados e desinfetados pelo calor, em máquina de lavar;
- Sempre que possível, deixar as superfícies humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.

Ordem de limpeza dos espaços fechados (Salas de aula, salas de professores, entre outros):

A limpeza deve começar de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída. O chão deverá ser a último a ser limpo.

Ter especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

Procedimento gerais

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- Enxaguar as superfícies só com água;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

Procedimentos específicos

- Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção:** maçanetas de portas; interruptores de luz; telefone; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- Chão (último a limpar):** deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização.
- Instalações sanitárias:** devem ser lavadas, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1) porque é de mais fácil e rápida aplicação e desinfecção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:

1. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
2. De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:

2.1. Parte interior:

- Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos;
- Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- Volte a puxar a água.

2.2. Parte exterior:

- Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa;
- Esfregar com o pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados);
- Passar o pano só com água;
- Deixar secar ao ar;

- Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

3. Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza

- Trazer uma roupa velha para efetuar as limpezas;
- Avental impermeável por cima da farda (**não usar roupa que traz de casa**);
- Máscara;
- Protetor ocular ou viseira;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora na primeira camada) e luvas reutilizáveis na segunda camada;
- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio **só para as limpezas.**

COVID-19



NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24



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.

#SEJAUAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA | SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE | DGS DIREÇÃO-GERAL DE SAÚDE

Orientação nº 024/2020 de 08/05/2020