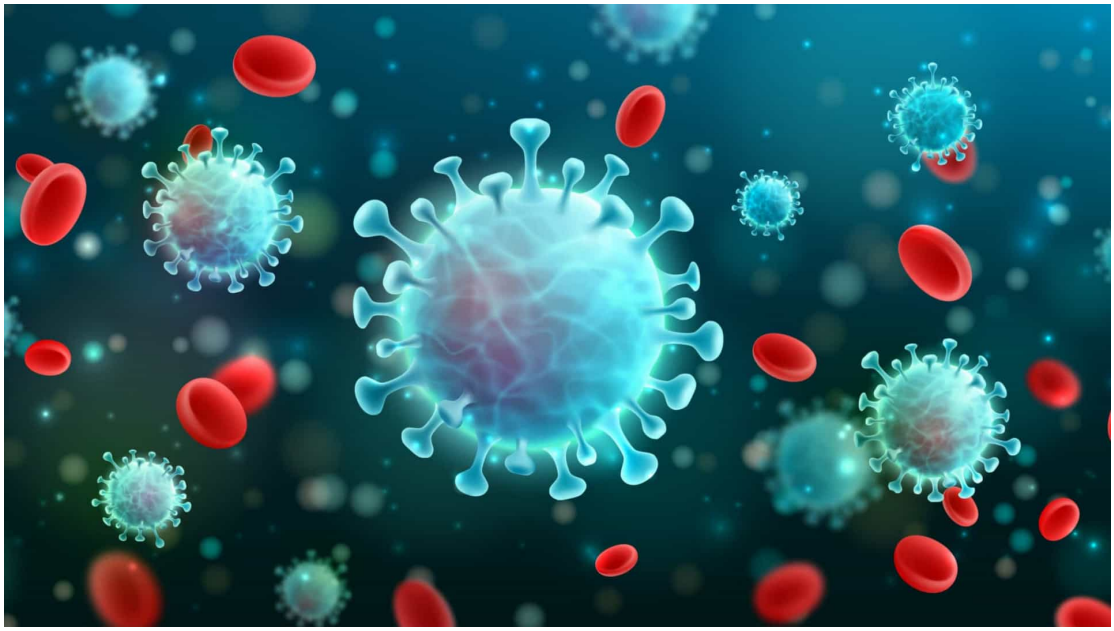


CORONA VÍRUS

SARS-COV-2 (COVID-19)

PLANO DE CONTINGÊNCIA

CSSJP

Índice

1. OBJETIVO 03
2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO 03
3. O QUE É O COVID-19? 03
4. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO 04
5. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO 04
6. MEDIDAS DE PREVENÇÃO.....05
6.1 HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO 05
6.1.1 HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO SECRETARIA 05
6.2. INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO 05
6.3. SAÚDE E HIGIENE 06
6.4. ACESSO ÁS INSTALAÇÕES: ENTREGA E RECEÇÃO 07
6.5 PERTENCES 08
6.6 INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS 08
6.7. REFEIÇÕES 09
6.8 SESTA 09
6.9 CASA DE BANHO E MUDANÇA DE FRALDA 09
6.10. RELAÇÃO COM AS CRIANÇAS - PRÁTICAS PEDAGÓGICAS 10
6.11. COLABORADORES 12
6.12ENCERRAMENTO..... 12
7 MEDIDAS DE CONTENÇÃO.....12
8 DISPOSIÇÕES FINAIS.....15
9 ANEXOS 15

1. OBJETIVO

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinaram, 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 medidas de prevenção, deteção e encaminhamento. A Direção Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações que são atualizadas de acordo com a evolução da situação.

Este documento, em cumprimento do disposto no Despacho no 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por Plano de Contingência COVID-19, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta do Centro Social Santa Joana Princesa, centrando-se nas questões operacionais e acautelar, de forma a proteger a saúde dos utentes, colaboradores e pessoas externas do CSSJP. A aplicação das medidas previstas no presente plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS. O presente documento é anexo do Plano de Contingência Interno.

2. ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente plano de contingência aplica-se a toda a população das respostas sociais da Infância do Centro Social Santa Joana e de terceiros que se encontrem nas instalações da mesma. A elaboração deste Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador/utente com sintomas desta infeção, devem seguir a informação disponibilizada nas orientações da DGS, nomeadamente a Norma 006/2020 de 26/02/2020. Toda a informação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

3. O QUE É O COVID-19?

O COVID-19 (Coronavírus Doença 2019) foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, em Wuhan, na China. O vírus é transmitido entre pessoas, possivelmente através de gotículas, secreções e aerossóis infetados.
Estima-se que o período de incubação (entre a exposição e aparecimento de sintomas) seja entre 2 e 14 dias. A transmissão por pessoas assintomáticas ainda está a ser investigada.
Na maioria dos casos apresenta sintomas respiratórios ligeiros a moderados, semelhantes à gripe sazonal:

- Tosse
- Febre
- Dificuldade respiratória

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte. A maioria dos casos recupera sem sequelas.
Os principais grupos de risco são idosos, pessoas com doenças crónicas e profissionais de saúde.

4. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

A evolução constante da COVID-19, obriga a atualizações constantes das definições em uso e da forma de atuação, pelo que á presente data, por orientações da DGS as definições são de acordo com a orientação da DGS 006/2020:

Critérios clínicos - Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização;

Critérios epidemiológicos - 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.

Acresce que, conforme foi divulgado na videoconferência de 8 abril de 2020, sobre a reabertura da resposta social Creche, pela Sr.ª Diretora Geral da Saúde Graça Freitas, deve ser dada a atenção também, nas crianças, a sintomas não respiratórios como o mau estar generalizado, dores no corpo, diarreias e questões gastrointestinais, sintomas não tão comuns no adulto.
Apesar das diarreias e questões intestinais poderem ser sintomas de outras doenças, se a criança apresentar estes sintomas deve permanecer em casa e contactar o SNS 24.

5. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

Considera-se que a 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 mícron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. 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. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto

com as mucosas orais, 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.

6. MEDIDAS DE PREVENÇÃO

No âmbito da Infeção pelo Coronavírus SARS-COV-2, o Centro social Santa Joana Princesa, está a seguir as recomendações e orientações da DGS - Direção Geral de Saúde.

6.1 HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO (7H30-19H30)

Este horário é adequado às necessidades dos pais e encarregados de educação, não devendo a criança permanecer na instituição " *por um período superior ao estritamente necessário".* Entre as **7h30/8h00 e as 18h30/19h30**, apenas podem frequentar as instalações os utentes que comprovaram devidamente a sua necessidade, através do comprovativo de horário laboral de ambos os pais.

6.1.1 HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO SECRETARIA

A secretaria terá o horário das 9h30/ 13h – 14h/18h, sendo apenas presencial das 14h/15h.

6.2. INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

a) Afixação em vários locais do CSSJP, de cartazes divulgadores de normas e comportamentos a considerar (ver em apêndice);
b) Sensibilização dos colaboradores, utentes e visitantes para as normas de higienização das mãos e de etiqueta respiratória, bem como, para o risco de partilha de objetos pessoais;
c) Afixação do plano de contingência nas instalações do CSSJP e sua comunicação aos EE;
d) Aos Colaboradores é disponibilizada cópia do presente Plano, instruções de trabalho específicas e formação adequada sobre as medidas de prevenção e controlo de transmissão da COVID-19;
e) Os Encarregados de Educação devem ter atualizado junto da instituição todos os contactos, nomeadamente, os números de telemóvel das pessoas a contactar em caso de emergência.

6.3. SAÚDE E HIGIENE

a) **A limpeza e desinfeção é frequente e várias vezes ao dia das superfícies** frequentemente manuseadas e mais utilizadas (ex. maçanetas de portas e interruptores), bem como, dos brinquedos e posto de trabalho (incluindo materiais e equipamentos utilizados);
b) Promoção da lavagem das mãos à entrada e à saída do CSSJP, antes e depois das refeições, depois de atividades de grupo e de idas à casa de banho: lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, conforme procedimentos afixados (baseados na Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019 de 16/10/2019);
Todos os sanitários têm água, sabão líquido com doseador e toalhetes de papel de uso único;
d) Reforço do álcool gel antisséptico para desinfeção das mãos, em condições eficazes e eficientes, nas diferentes salas da instituição, à entrada dos corredores e à entrada da instituição;
e) Disponíveis lenços de papel descartáveis em cada sala;
f) Cumprir com os 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);
g) Uso obrigatório de máscara por todos os adultos, estando proibida a colocação de máscaras a crianças de Creche e Pré-Escolar;
h) As janelas e portas serão abertas, de forma a evitar o seu manuseamento e a garantir a renovação de ar das salas e espaços fechados;
i) A louça utilizada pelos utentes e colaboradores será lavada na máquina de lavar com produto adequado;
j) Todos os funcionários têm de cumprir os procedimentos de colocação/remoção de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara;
l) Todos os funcionários têm de cumprir os procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes – não dar o aperto de mão, não beijar, evitar as reuniões presenciais de trabalho internas, evitar os postos de trabalho partilhados);
m) Os colaboradores, utentes e pessoas externas que manifestam sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade em respirar) não devem se apresentar no estabelecimento do CSSJP;
n) Caso algum colaborador, utente ou fornecedor tenha estado fora do país ou tenha tido contacto com alguma pessoa infetada ou em situação de quarentena, deve comunicar a instituição por telefone (234181600);
o) Antes da abertura, é realizada a testagem de rastreio à COVID-19 dos profissionais de ambas as respostas sociais, da responsabilidade da Direção Geral de Saúde em colaboração com as Autarquias.

6.4. ACESSO ÁS INSTALAÇÕES: ENTREGA E RECEÇÃO

São definidos os seguintes locais de entradas e saídas:

i. Na Creche, a entrada/saída é realizada pela porta principal da instituição;

ii. No Pré-Escolar, a entrada/saída será pela porta do piso inferior;

a) As pessoas externas, nomeadamente fornecedores só entram na instituição excecionalmente e de forma segura (proteção de calçado e máscara) não podendo existir o cruzamento com crianças;
b) Os encarregados de educação deverão fazer uma prévia e cuidada seleção de objetos de consolo e regulação (chupeta, fralda, o-ós…) no sentido de escolher apenas aquele que ofereça garantia de tranquilidade e segurança emocional à criança, bem como responsabilizar se pela sua correta higienização. Devem igualmente gerir e acordar com a educadora responsável, a redução, tanto quanto possível e antecipada de acessórios pessoais, vestuário, fraldas, produtos de higiene e alimentação específica;
c) As crianças não devem permanecer no CSSJP por período superior ao estritamente necessário segundo as necessidades da família/encarregado de educação;
d) Sempre que se deslocam ao Centro, os Encarregados de Educação têm de usar máscara;
e) Para abertura da porta, os encarregados de educação devem evitar tocar à campainha e abrir diretamente com as mãos (usar um lenço descartável ou o cotovelo);
A receção e entrega das crianças serão realizadas no portão por um Colaborador destacado para o efeito;
g) Os Encarregados de Educação devem permanecer o mínimo de tempo possível em contacto com o colaborador, sendo a passagem de informação realizada preferencialmente através de telefone e canais digitais;
h) Será efetuado controlo da temperatura corporal das crianças no momento de entrada na instituição. Se existirem sinais de qualquer tipo de doença, a criança fica impedida de entrar;
i) Com as novas medidas a receção e entrega das crianças poderá estar sujeita a demora, devendo os Encarregados de Educação aguardar no exterior da instituição cumprindo com a distância de segurança (2m); **Todas as crianças devem ser entregues na instituição até às 9h30**, estando sujeitas a uma maior demora após este horário;
j) Apenas uma pessoa está autorizada a entregar e a recolher cada criança;
k) Quando a criança entra na instituição é encaminhada para proceder à lavagem das mãos ou à sua desinfeção com álcool gel (crianças com idade superior a 3 anos).
l) Os espetáculos, festas internas, reuniões de pais presenciais, idas à praia, etc., estão canceladas, bem como, as atividades extracurriculares com profissionais externos à instituição, com exceção de atividades terapêuticas.

6.5 Pertences

a) Na Creche e Pré-escolar, os encarregados de educação devem providenciar um calçado limpo para as crianças utilizarem no interior das salas, preferencialmente crocks ou chinelos de forma a ser mais fácil o momento de calçar e descalçar;
b) Todas as crianças devem ter sempre duas mudas de roupa lavada na instituição,
c) Todas as crianças têm de ter um recipiente individual de água, devidamente identificado;

d) Todos os pertences das crianças têm de estar devidamente identificados e têm de ser entregues (quer por parte da família, quer por parte da instituição) em sacos descartáveis, em vez das habituais mochilas;
e) As crianças não podem trazer brinquedos ou outros materiais não necessários de casa.

6.6. INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS

a) As crianças e colaboradores estão organizados em salas fixas, sendo o acesso à sala limitado apenas ao pessoal afeto à mesma;
d) Os espaços sujos estão devidamente assinalados nas instalações do CSSJP;
e) Nas instalações do Centro é assegurado o máximo de distanciamento físico possível entre as pessoas;
f) As mesas/berços/espreguiçadeiras/catres são organizados de forma a existir um maior distanciamento;
g) Na sesta, as posições dos pés e das cabeças das crianças são alternadas;
h) Definir por criança o seu catre, cadeira e lugar na mesa, identificando-o;
i) Reduzir os materiais lúdico-pedagógicos não necessários às atividades;
j) Remover os materiais não laváveis da sala;
k) Reduzir o risco de partilha de objetos entre as crianças, estabelecendo sempre que possível os materiais individuais para cada uma.

6.7 REFEIÇÕES

a) Os funcionários têm de manter a utilização dos equipamentos de proteção individual já estabelecidos (máscaras);
b) Garantir que não são partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos entre crianças;
c) Os lugares estão marcados e as mesas organizadas de forma a assegurar o maior distanciamento possível entre crianças;
d) Entre os turnos, existe a desinfeção das superfícies utilizadas (mesas, cadeiras, etc.);
e) De forma a diminuir o cruzamento de crianças na sala de refeições são adotadas as seguintes medidas:

Refeitório da sala 12/24m
almoço: 11h20-12h15 | lanche 15h30-16h;

Refeições no refeitório principal
Sala 12/36m - almoço 11h20-12h15 | lanche 15h30-16h;
Sala 24/36m - almoço 11h45-12h30 | lanche 15h30-16h;
Sala 1 - almoço 12h30-13h00 | lanche 16h00-16h15;
Sala 2 - almoço 12h30-13h00 | lanche 16h00-16h15;

Sala 3 - almoço 13h00-13h30 | lanche 16h15-16h30;

6.8 SESTA

As crianças do pré-escolar deixam de dormir, à semelhança do ensino pré-escolar público.

6.9 CASA DE BANHO E MUDANÇA DE FRALDA

a) No máximo podem ir duas crianças em simultâneo à casa de banho;

b) Após cada utilização, os sanitários são pulverizados com a solução desinfetante;

c) As portas permanecem, sempre que possível, abertas para evitar o contacto constante com as mesmas;

d) Na troca de fraldas, cumprir com o já estabelecido, havendo o uso de luvas e a higienização da bancada de muda fraldas antes e após cada utilização.

6.10. RELAÇÃO COM AS CRIANÇAS - Práticas Pedagógicas

"*As creches e jardins de infância são instituições para a infância, com responsabilidades na garantia dos seus direitos e no apoio às famílias entre os 0 e os 6 anos de idade. Realçam-se os direitos de proteção (contra a discriminação, o abuso, a exploração, etc), de provisão (saúde, educação, segurança social, cuidados físicos, vida familiar, recreio e cultura) e de participação (ser ouvida, ter acesso à informação, liberdade de expressão e opinião), que privilegiadamente se conjugam no direito a BRINCAR, a ter experiências ricas e diversificadas e relações significativas com adultos e outras crianças".* Assim, importa salientar que algumas das medidas apresentadas que propõem em alguns momentos distanciamento físico, não serão sinónimo de confinamento nem isolamento social das crianças.

As práticas pedagógicas do corpo docente, estarão sempre de acordo com as normas da DGS para o pré-escolar. A saber:

a) Considerar que a situação que vivemos e a especificidade de cada contexto implicam, necessariamente, uma flexibilidade e adequação na organização das rotinas, dos espaços, dos materiais e das atividades;
b) Criar uma rotina pedagógica, tendo em conta as orientações da DGS, em articulação com os fundamentos e princípios da pedagogia para a infância definidos nas OCEPE;
c) Pese embora as regras atuais de distanciamento físico, importa não perder de vista a importância das aprendizagens e do desenvolvimento das crianças e a garantia do seu

direito de brincar;
d) Estar atento ao bem-estar das crianças e responder às necessidades emocionais, físicas e cognitivas das mesmas, uma vez que o desenvolvimento e a aprendizagem são indissociáveis;
e) As interações e as relações que as crianças estabelecem com os adultos e com as outras crianças são a base para a sua aprendizagem e desenvolvimento.
f) Dar a conhecer às crianças as novas regras de convivência social, levando-as a compreender a importância das novas formas de interação entre pares e com os adultos.
É importante prestar atenção às suas dúvidas e angústias, tranquilizando-as e ajudando as a compreender a importância do cumprimento destas novas regras, para a segurança e bem-estar de todos.
g) Conversar com as crianças acerca das alterações das suas rotinas e ouvir as suas opiniões e sugestões.
h) Realizar o registo das novas regras de segurança e com as crianças elaborar cartazes, panfletos, etc., afixando-os em local visível do Jardim de Infância e/ou da sua sala.
i) Planear atividades e projetos, escutando as crianças sobre como os podem desenvolver, tendo em conta o contexto atual.
j) Privilegiar a utilização das tecnologias de modo diversificado com diferentes funções, como recolha de informação, registo, comunicação, etc., com recurso à projeção, por exemplo, de visitas virtuais a museus, parques, palácios, audição de concertos de música, visualização de peças de teatro e documentários sobre assuntos que lhes interessem.
l) Desenvolver as atividades, preferencialmente, em pequenos grupos ou individualmente, quando possível.
m) Sempre que possível, privilegiar atividades em espaços abertos (pátios, logradouros, jardins).
n) Promover atividades como a leitura de histórias em círculo alargado.
0) Privilegiar atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.
p) Sempre que possível, assegurar que os objetos partilhados entre crianças são devidamente desinfetados entre utilizações.
q) Privilegiar, sempre que possível, o contacto com as famílias à entrada da instituição, mantendo o distanciamento físico recomendado, possibilitando que a articulação possa ser veiculada ou complementada, regularmente, via telefone ou por meios digitais, de modo a que, na adaptação a esta nova realidade, haja articulação e continuidade entre o Jardim de Infância e a família.
r) Nesta fase, devem-se cancelar festas e reuniões de encarregados de educação presenciais.

6.10. COLABORADORES

a) Controlo da temperatura corporal no momento de entrada;

b) Devem ter uma muda de roupa e evitar uso de joias, anéis e pulseiras no local de trabalho;
c) Têm calçado próprio para usar no interior das salas;
d) Têm recipientes individuais de água devidamente identificados;
e) Registam os períodos de trabalho no cartão;
f) Os horários e locais das pausas para o almoço são definidos de forma a garantir um maior afastamento físico;
g) Estão definidas as instalações sanitárias a utilizar pelos profissionais de cada resposta social;
h) O local de acesso ao interior do centro, bem como, as salas dos cacifos de cada colaborador estão também definidas;
i) Em caso de ausência de Colaboradores essenciais à manutenção dos serviços, serão ativadas medidas para a sua substituição imediata por outros elementos da equipa;

6.11. ENCERRAMENTO

A necessidade de encerramento temporário de serviços do CSSJP será decidida pela Direção, em conformidade com as orientações dadas pelas Autoridades competentes.
Durante o período de encerramento, os Encarregados de Educação e colaboradores, têm o dever de comunicar à Direção do CSSJP (através do número 234181600) caso haja algum caso de suspeição ou identificação de infeção por COVID-19 no agregado familiar.

7. MEDIDAS DE CONTENÇÃO

É vedado o acesso ao CSSJP a todos os utentes, colaboradores que manifestem febre ou outros sinais de infeção, a fim de evitar o contágio de outras pessoas.
O colaborador que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a coordenadora (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre no Centro, dirige-se para a sala de isolamento. Perante a identificação de um possível caso, o responsável acompanha o utente imediatamente para a sala de isolamento, com entrada pelo corredor principal, e avisa a coordenadora pedagógica, bem como, os responsáveis legais do utente. A pessoa que efetuar o encaminhamento deve cumprir com as precauções de controlo de infeção através do uso de gel desinfetante, máscara e luvas. A sala onde se encontrava o utente é imediatamente evacuada até ser higienizada e arejada.

Os EE/ pais têm 30 minutos para vir buscar a criança que se encontra em isolamento e deve ligar à saúde 24 na presença do adulto que acompanha a criança na sala de isolamento.

A sala de isolamento tem:

- ventilação natural;
- possui revestimentos lisos e laváveis;
- encontra-se equipada com telemóvel e cadeira/ cama (para descanso e conforto do utente/colaborador, enquanto aguarda validação do caso e eventual transporte);
- possui um kit com água e alguns elementos não perecíveis;
- possui solução antissética de base alcoólica, luvas descartáveis e máscaras cirúrgicas para utilização pelo caso suspeito.

O CSSJP estabeleceu ainda as instalações sanitárias de apoio à sala de isolamento (wc das pessoas externas à instituição) com sabonete líquido e toalhetes de papel. A partir do momento da identificação do caso suspeito, este wc é de seu uso exclusivo.
Após o caso suspeito se encontrar na sala de isolamento, a coordenadora entra em contacto com a linha SNS 24 (808 24 24 24), que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações. A saída da sala de isolamento será realizada pela porta de emergência/traseiras da instituição.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados á situação clínica;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS contacta a linha de apoio ao médico, da DGS, para validação da suspeição. Todos os encarregados de Educação são informados da existência de um caso suspeito no Centro.

Na situação de caso suspeito o Centro deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfeção de todo o Centro, com especial incidência 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 caso suspeito (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do caso em duplo saco de plástico que, após ser fechado com dois nós apertados (preferencialmente com um adesivo/atilho) deve ser colocado em contentores de resíduos colectivos após 24horas da sua produção (nunca em ecopontos).

Da validação da DGS 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.

- Caso suspeito validado: é ativado o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
  A Diretora informa de imediato o delegado regional de educação e o delegado regional da segurança social sobre a existência do caso suspeito validado.

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.
- 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.

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:

"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 objetos ou equipamentos que possam ter sido contaminados.

"Baixo risco de exposição" (casual) é definido como:

- Quem teve contacto esporádico (momentâneo com o caso confirmado
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (como por exemplo, 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.

8. DISPOSIÇÕES FINAIS

O presente plano de contingência será avaliado continuamente, de acordo com a monitorização dos casos de infecção do vírus nos colaboradores e utentes e pela evolução da situação a nível local, nacional e internacional.

Será o órgão de Direção que supervisionará toda a comunicação relacionada com o desenvolvimento e aplicação do plano.

A CONSULTA DA **NORMA 006/2020 DE 26 DE FEVEREIRO 2020** É FUNDAMENTAL, ASSIM COMO OUTRAS NORMAS QUE POSSAM SER EMANADAS PELA DGS.

A INFORMAÇÃO DISPONIBILIZADA DEVERÁ ESTAR SUJEITA A ATUALIZAÇÃO CONSTANTE VIA SITE DA DGS OU OUTRAS FORMAS DE COMUNICAÇÃO OFICIAIS.

A IMPLEMENTAÇÃO DESTE PLANO VISA ACAUTELAR E MINIMIZAR O IMPACTO DA EPIDEMIOLOGIA NA SITUAÇÃO

Contactos importantes:

· Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24
· Número de Emergência Médica - 112
· Centro social Santa Joana Princesa – 234181600

ANEXOS

A Direção

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 provincia 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 (lápis, 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

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE | SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE | DGS Direção-Geral da Saúde | REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO | direção-geral educação

CORONAVÍRUS (COVID-19)

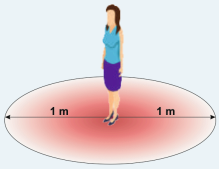
RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS

Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately In the trash

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol -based solution



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

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE

IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 1979-2019

120 anos DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

SNS 40 ANOS
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 1979-2019

DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde

NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Medidas de prevenção da infeção:

Ainda não há vacina para prevenir a doença respiratória aguda, COVID-19. A **melhor forma de prevenir a infeção** é evitando a exposição ao vírus, por isso deve:

- Evitar contato próximo com pessoas doentes;
- Lavar as mãos à entrada do estabelecimento de ensino, várias vezes durante o dia e sempre que se justifique;
- Reforçar junto de crianças e jovens, a importância da higienização das mãos e ensinar a sua correta lavagem:
  - Lavar antes e depois das refeições, depois de brincar e quando chegam a casa;
  - Lavar durante pelo menos 20 segundos;
  - Remover quaisquer artefactos, como anéis e pulseiras, antes da lavagem das mãos;
  - Se não tiver água e sabão disponível, pode usar solução à base de álcool, com pelo menos 60% álcool.
- Informar toda a comunidade, em particular as crianças, da necessidade de "esconder" o espirro, colocando o braço ou um lenço de papel na frente da boca e nariz sempre que espirram ou tossem;
- Evitar tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.
- Evitar partilhar comida, objetos ou outros bens pessoais (brinquedos, material escolar, copos, talheres, telemóveis...);
- Limpar e desinfetar com frequência:
  - Objetos e superfícies de contacto em sua casa e local de trabalho;
  - Objetos de maior utilização pelas crianças/jovens (material escolar, telemóveis...)

Se apresentar **sintomas de infeção respiratória** (tosse, febre ou dificuldade respiratória), deve:

- Ficar em casa, não vá para a escola ou trabalho;
- Ligar para SNS24 – 808 24 24 24 e seguir as recomendações;
- Não vá diretamente ao seu médico ou às urgências.

COVID-19

MÁSCARAS

COMO COLOCAR

1º **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**

2º **VER A POSIÇÃO CORRETA**
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)

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 ANTES DE REMOVER**

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

1. **Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.**
2. **Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.**
3. **Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.**
4. **Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.**

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE · SNS · DGS

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

Duração total do procedimento: 20 seg.

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os "Parabéns"!

Molha as mãos

Aplica sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos

Esfregua as palmas das mãos, uma na outra

Palma com palma com os dedos entrelaçados

Esfrega o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa

Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

Esfrega o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa

Enxagua as mãos com água

Seca as mãos com um toalhete descartável

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE · SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE · DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde