



Plano de Contingência

COVID – 19 (Coronavírus) - Março 2020

1. Enquadramento

A COVID-19 é uma doença infecciosa emergente, identificada pela primeira vez na cidade Chinesa de Wuhan, cujos casos iniciais datam de dezembro de 2019. Embora a fonte de infeção seja ainda desconhecida, a maior parte dos casos iniciais foram relacionados com um mercado alimentar e de animais vivos nessa cidade. Desde então, o surto adquiriu uma dimensão epidémica, com casos confirmados em mais de 60 países, incluindo Portugal. O Comité de Emergência da Organização Mundial de Saúde (OMS) decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, no âmbito do Regulamento Sanitário Internacional.

De acordo com o Centro Europeu de Prevenção de Controlo das Doenças (ECDC), o impacto potencial da COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação continuada e global do vírus. A transmissão ocorre pessoa a pessoa, por contacto direto ou indireto através de gotículas. Após contacto com o vírus, a maioria das pessoas desenvolvem doença ligeira, sendo a probabilidade de complicações graves mais comum em pessoas de grupos etários mais velhos e na presença de outras doenças crónicas.

Neste âmbito, a preparação das instituições, organizações, serviços e sociedade é essencial para uma resposta efetiva e oportuna. As atividades a desenvolver devem ser proporcionais ao nível de risco definido pelas instituições de referência. A estratégia a seguir deve ter em conta o alinhamento com a Organização Mundial de Saúde (OMS) e com a Direção-Geral da Saúde (DGS). Os planos de contingência são instrumentos de referência para as medidas a adotar, de acordo com áreas de intervenção, o nível de risco e as especificidades das organizações onde são ativados.

A Forave perante o risco atual e a sua responsabilidade perante toda a comunidade escolar elaborou o presente plano de contingência alinhado com as orientações nacionais. A sua aplicação é dinâmica e mutável de acordo com as novas informações e conhecimentos, os quais levam a novas medidas e resultam na atualização do plano e respetiva divulgação.

Cofinanciado por:

1. COMO SE TRANSMITE O COVID – 19?

O 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.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

Desconhece-se ainda o tempo de sobrevivência do COVID-19 nas superfícies, mas deve ascender a vários dias e em diversos tipos de materiais - metal, plástico e vidro, segundo o Centro dos EUA para Controlo e Prevenção de Doenças (CDC) e, por isso, é importante mantê-las limpas, dado que o contágio pode também verificar-se indiretamente quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infetada depositadas em superfícies de utilização pública – como por exemplo as maçanetas das portas, corrimões, vidros e mesas.

Assim, deve-se privilegiar a limpeza através de procedimentos de desinfeção de superfície com 62-71% de etanol (álcool etílico) ou, em alternativa, 0,1% de hipoclorito de sódio, ou seja, lixívia. As escolas são espaços prioritários para a implementação de planos de contingência para a epidemia de COVID-19, uma vez que pelas suas características, são locais ideais para a disseminação do vírus. São áreas onde se encontram muitas pessoas em simultâneo e cujo funcionamento implica a interação em grupos, em salas fechadas, onde a partilha de objetos é uma constante e em situações de proximidade. Na preparação das escolas para a epidemia dever-se-ão ter em conta, para além do seu espaço físico, outras atividades relacionadas com as escolares, nomeadamente o transporte para a escola. Esta intervenção deve passar por formação adequada a todos os profissionais existentes nas escolas, colaboradores docentes e não docentes, e a todos os alunos, para que estes saibam agir e proteger-se face à ameaça, quer na escola quer em outros ambientes por eles frequentados.

A formação deve insistir principalmente na prática de hábitos de higiene saudáveis, como por exemplo, a simples lavagem das mãos. Ao preparar os alunos e restante comunidade escolar, estes atuarão como veículo de transmissão dos conhecimentos apreendidos, ensinando e alertando outros públicos, entre os quais, os seus familiares e amigos sobre os modos de agir face à COVID-19. No atual contexto da fase 5-6 da epidemia de COVID-19 e segundo as entidades reguladoras da saúde, é urgente a implementação de planos de contingência nos diversos sectores da sociedade.

FASES	DESCRIÇÃO
Fases 1-3	Infeção predominantemente em animais; casos raros de infeção humana
Fase 4	Transmissão de pessoa a pessoa sustentada
Fases 5-6 ATUAL	Infeção humana disseminada
Período pós onda pandémica	Ocorrência possível de casos novos ou recorrentes
Período pós-pandémico	Atividade gripal ao nível sazonal

Com vista a minimizar os efeitos da COVID-19 e a permitir, tão breve quanto possível, o restabelecimento das atividades normais, os planos de contingência das escolas deverão ser adaptados às suas realidades e em concordância com as orientações da DGS. Em seguida, encontra-se descrito o plano de contingência para a FORAVE - Escola Profissional Tecnológica do Vale do Ave.

2. Finalidade

- Diminuir os efeitos gerais da epidemia;
- Minimizar os efeitos face a uma infeção de um aluno ou colaborador da FORAVE;
- Identificar o procedimento a adotar em situações suspeitas de infeção por COVID-19;

3. Público-alvo

A Comunidade Escolar, constituída por docentes, não docentes e discentes da FORAVE.

OUTROS PÚBLICOS - Famílias dos Alunos.

4. Metodologia

A metodologia a utilizar permite alertar para a saúde, melhorar o conhecimento e favorecer mudanças comportamentais e sociais, capacitando o indivíduo para a tomada de decisões que minimizem o risco de disseminação da infeção. Assim, o plano de contingência inclui comunicações orais e escritas ao público-alvo, formação aos colaboradores, aumento do controle dos procedimentos de higienização dos espaços e equipamentos.

5. Equipa Operativa

A equipa operativa será aquela que fará a articulação entre a escola e os serviços de saúde bem como os pais dos respetivos alunos e outras entidades pertinentes. A equipa operativa será composta por um representante de cada serviço. De acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde, o Coordenador desta equipa deverá ser um membro pertencente ao órgão de gestão da escola ou o representante máximo da instituição. Na Forave, a equipa operativa organiza-se do seguinte modo:



Cofinanciado por:

O organograma define a liderança e coordenação em situação de epidemia para o COVID-19. Ela tem autoridade para tomar decisões e atuar em conformidade a todos os níveis de intervenção.

O Diretor é o Coordenador da Equipa Operativa, sendo responsável pela implementação e coordenação do plano de contingência.

Para além disso, é o Diretor que estabelece o contacto com a Dgeste – Norte, em caso de elevado absentismo, e implementação das diretivas emanadas por este organismo.

Diligência:

- Garantir a normalidade, na medida do possível, das atividades letivas;
- Assegurar o contacto com a linha de Apoio Saúde 24 (808 24 24 24) no caso de suspeita de alunos com COVID-19;
- Efetuar o contacto com o Diretor de Turma, para que este contacte com o respetivo Encarregado de Educação, no caso de suspeita de alunos com COVID-19;
- Implementar as medidas que o Delegado de Saúde vier a aconselhar;
- Definir medidas alternativas de fornecimento de refeições aos alunos, no caso de encerramento da cantina;
- Ordenar o fecho da escola, de acordo com as recomendações das entidades competentes.

O **Serviço de Apoio** monitoriza o cumprimento do plano, implementa o plano de prevenção e elabora relatório mensal a entregar ao Coordenador da Equipa Operativa, apoiando-o no contacto com as diversas entidades. É ainda este serviço que apresenta o plano de contingência, organiza e implementa a formação aos colaboradores (docentes e não docentes).

O **Chefe dos Serviços Administrativos** identifica as atividades prioritárias no seu setor e organiza o serviço em conformidade. Monitoriza as faltas ao serviço dos docentes e não docentes e mantém o coordenador da equipa operativa informado do número de faltas por motivo de COVID-19.

O **Serviço de Apoio à Docência** é chefiado pelo Diretor Pedagógico, que gere os recursos humanos docentes, assegura-se de que esses colaboradores cumprem as medidas de higiene definidas no plano, bem como o acompanhamento dos alunos à sala de isolamento.

O responsável pelo serviço de **Transporte** certifica-se junto da empresa de transportes de que são cumpridas as normas de conduta e higiene previstas para os autocarros.

6. Medidas de Manutenção da Atividade Escolar em Situação de Crise

A evolução da epidemia é imprevisível, mas as entidades de saúde antevêm que possam ser afetadas parcelas significativas da população, provocando ruturas consideráveis nos domínios social e económico.

É de prever que surjam casos de COVID-19 entre os profissionais podendo conduzir a uma situação de elevado absentismo.

Neste caso, dever-se-ão implementar uma ou mais das medidas que visem assegurar os serviços mínimos para garantir as atividades essenciais da escola e conforme a fase de evolução da epidemia na comunidade escolar:

ATIVIDADES LETIVAS E ACOMPANHAMENTO DOS ALUNOS NA ESCOLA

- Promoção de atividades letivas através do Tempo de Estudo Autónomo, com diferentes níveis de autonomia dos alunos;
- Promoção de sessões síncronas online, via Skype;
- Criação de ficheiros de atividades, por módulo, para realização de trabalhos à distância;
- Reorganização de horários;

LIMPEZA DA ESCOLA

- Reforço da frequência da limpeza dos espaços escolares;

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

- Definição das atividades prioritárias;
- Redução do número de horas de atendimento ao público;
- Imposição de um limite de 2 pessoas em atendimento/à espera de atendimento no interior da secretaria.

7. Plano de Intervenção

7.1. Medidas de Prevenção e Controlo da COVID-19

- Distribuir cartazes informativos pelos espaços escolares. Atualizar sempre que necessário.
- Colar junto a todos os lavatórios da escola cartazes com a demonstração da técnica de higienização das mãos.
- Disponibilizar, no site da escola, informação atualizada e links a fontes de obtenção de informação precisa sobre a epidemia e prevenção da COVID-19.

Ação de formação para colaboradores (docentes/não docentes), abordando os seguintes conteúdos:

Características do vírus, modo de transmissão e medidas para a sua minimização:

- Etiqueta respiratória: Demonstração e relevância da colocação do lenço de papel no caixote do lixo; da utilização de um lenço de papel ao tossir; da utilização do antebraço para cobrir a boca ao tossir e espirrar, na ausência de lenço de papel.
- Lavagem das mãos: Demonstração e treino da técnica; importância da frequência da lavagem.
- Importância da zona T como pontos de entrada fácil do vírus (olhos, nariz e boca);
- Arejamento das salas: sua importância; como e quando fazer.
- Desinfecção das superfícies: reforço da necessidade de limpeza das maçanetas, corrimões, mesas. Desinfecção do ar das salas.
- Partilha do material: considerar o material partilhado como um modo de transmissão e, conseqüentemente, desencorajar a partilha.

Sintomas da COVID-19

- Febre;
- Tosse;
- Dificuldades respiratórias;
- Cansaço.

Esta doença, em situações mais graves assemelha-se a uma pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte. Recorde-se os sintomas associados a duas doenças que têm expressão nesta altura do ano e que podem ser confundidos com os sintomas do COVID-19:

SINTOMAS	GRIFE COMUM	GRIFE A
Febre	< 39°C	Início súbito de 39°C
Dor de Cabeça	De menor intensidade	Intensa
Calafrios	Esporádico	Frequentes
Cansaço	Moderado	Extremo
Dor de Garganta	Fortes	Leve
Tosse	De menor intensidade	Seca e contínua
Muco	Congestionamento nasal	Pouco comum
Dores Musculares	Moderadas	Intensas
Ardor nos olhos	Leve	Intenso

Informação das medidas a tomar pelo colaborador com suspeita ou com COVID-19

O colaborador que manifeste algum dos sintomas acima referidos, deve informar a escola da sua situação e permanecer em casa, durante 14 dias ou até alta clínica.

Apresentação do Plano de Contingência da Escola

- Nesta atividade será apresentado o procedimento a adotar, perante um eventual caso, conforme se demonstra.
- Os Diretores de Turma serão, ainda, informados que no âmbito do plano deverão:
- Manter os alunos informados sobre a COVID-19 e nomeadamente, do plano de contingência da escola;
- Apresentar o PowerPoint, entretanto fornecido pela Equipa Operativa e transmitir os conhecimentos adquiridos durante a formação aos seus alunos;
- Divulgar o plano de contingência aos Encarregados de Educação;
- Manter o Coordenador do Plano de Contingência informado sobre os casos de alunos ausentes por motivo de COVID-19.

8. MEDIDAS POR ÁREA DE ATUAÇÃO

8.1. Medidas básicas de higiene

A comunidade escolar deve:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabonete líquido, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após o contacto com alimentos, após o uso das instalações sanitárias, e após o contacto com superfícies em locais públicos (maçanetas das portas, botões de elevador, transportes públicos, etc.);
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- 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 um lenço (de utilização única) ou para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;
- Promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, sem absoluta necessidade (exceto atividades letivas e profissionais);
- Evitar cumprimentos com contacto físico;
- Limpar com frequência as superfícies e equipamentos de contacto (teclado, secretária, telemóvel, etc.);
- Caso apareça algum sintoma, como tosse, febre ou dificuldade respiratória (no próprio ou seus conviventes), reduzir os contactos sociais, não se deslocar para os serviços de saúde e telefonar para a Linha SNS24 (808 24 24 24).
- Dado que, em condições ideais, o vírus pode permanecer ativo em superfícies durante alguns dias, é essencial a sua limpeza e desinfeção frequente e adequada:
- A frequência de limpeza e desinfeção de superfícies, nomeadamente tampos de mesas, teclados, corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador, recomendada é, no mínimo, três vezes por dia e sempre que necessário;
- A higienização e limpeza deve ser adequada ao tipo de revestimento, deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante tais como solução de hipoclorito de sódio contendo 1000 ppm de cloro ativo ou álcool a 70°. O uso de detergentes e desinfetantes, deve estar de acordo com as recomendações do fabricante quanto à quantidade, diluição e tempo de contacto;
- Garantir a disponibilidade de água, sabonete líquido e toalhetes de papel para secagem das mãos em todas as instalações sanitárias e outros pontos de lavagem das mãos;
- Garantir a disponibilidade de SABA nos locais de entrada/saída dos edifícios, zona de maior aglomeração de pessoas, em cada piso junto dos elevadores ou escadas, à entrada e no interior das áreas de isolamento, e outros locais que se justifiquem quer pelo número de pessoas ou distância aos pontos de higienização;
- Os resíduos que resultem da higienização corrente podem ser descartados como habitualmente;
- Não partilhar objetos ou comida;
- **Não será autorizada a entrar na Forave qualquer pessoa que manifesta sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória.**

8.2. Medidas específicas perante um caso suspeito

Qualquer pessoa com sinais e sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória) e ligação epidemiológica (possível contacto com caso confirmado ou, história de viagem para áreas com transmissão na comunidade) deve dirigir-se para a área de isolamento e informar (antes ou depois) o responsável definido (preferencialmente por via telefónica). Este deve acompanhar o caso suspeito desde o seu contacto até à sua saída.

Se necessário, (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador ou estudante ou visitante), deve ser solicitado ao responsável que seja prestada a assistência adequada até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. Quem presta assistência ou entre na área de isolamento, deve colocar, momentos antes, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das medidas básicas quanto à higiene das mãos, após o contacto.

O caso suspeito, já na área de isolamento, deve contactar Linha SNS24 e seguir as instruções. Logo que possível deve colocar 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). Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída por outra. Na possibilidade de haver mais do que um caso suspeito em simultâneo o responsável definido pela entidade deve ponderar a definição de uma segunda área de isolamento temporária, ou colocação na mesma área garantindo uma distância superior a 2 metros entre os casos.

Se o caso for validado como tendo critérios de caso suspeito pela Linha SNS24, será encaminhado ao hospital e a Autoridade de Saúde Local iniciará o inquérito epidemiológico e a identificação e vigilância de contactos próximos, de acordo com orientações nacionais.

Após validação do caso pela Linha SNS24 e evacuação, o responsável deve garantir que a área de isolamento deve ser limpa e desinfetada por um trabalhador devidamente equipado com máscara cirúrgica e luvas descartáveis. Devem ser reforçadas a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas pelo caso suspeito.

Deve ser dada especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do caso confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este). Devem ser também armazenados 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 enviado para o respetivo contentor.

Se o caso não for validado pela Linha SNS24 devem ser aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção na área de isolamento.

8.3. Medidas específicas perante uma pessoa assintomática regressada, nos últimos 14 dias, de uma área com transmissão comunitária ativa

- Para além das medidas básicas de higiene a pessoa deve ainda:
- Realizar a autovigilância de sintomas nomeadamente:
- Medir e registar da temperatura duas vezes ao dia, de manhã antes de sair de casa e à noite, depois de chegar (consultar anexo: Modelo de auto-registo de temperatura e sintomas);
- Manter as atividades letivas e profissionais, enquanto assintomático;
- A nível social, evitar permanecer em locais muito frequentados e fechados se não houver necessidade absoluta.

8.4. Medidas específicas perante uma pessoa assintomática com contacto com um caso confirmado

- Para além das medidas básicas de higiene a pessoa deve ainda:
- Realizar a autovigilância de sintomas nomeadamente:
- Medir e registar da temperatura duas vezes ao dia, de manhã antes de sair de casa e à noite, depois de chegar.
- Ficar em isolamento profilático certificado pela Autoridade de Saúde durante 14 dias, informando o responsável definido pela entidade;
- Ligar para a Linha SNS24 informando do contacto com o caso confirmado; caso desenvolva sintomas a ida aos serviços de saúde só deve ser feita se aconselhada pela Linha SNS24.
- As restantes pessoas (assintomáticas ou não) que não tenham regressado de uma área com transmissão comunitária ativa ou que não tenham tido contacto com um caso confirmado, devem cumprir as medidas básicas de higiene.

8.5. Medidas Excepcionais

- De acordo com a avaliação de risco e com as orientações governamentais poderão ser consideradas:
- O reforço das medidas de limpeza e desinfeção das superfícies;
- A emissão de recomendações de viagem de acordo com os seguintes níveis: nível 1, viajar com as precauções habituais; nível 2, viajar com precauções excepcionais; nível 3, reconsiderar viagem; nível 4, não viajar;
- A suspensão de eventos, atividades letivas, de investigação e de serviços com atendimento presencial;
- O encerramento das instalações.

9. ÁREA DE ISOLAMENTO

A área de isolamento (sala ou gabinete fechado) tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com casos suspeitos. O responsável definido deve identificar uma área de isolamento e informar a comunidade quanto à sua existência, localização e elemento responsável pela mesma. Esta deve estar identificada com indicação para não ser utilizada a não ser para este fim, e deve estar disponível para ser acionada por qualquer caso suspeito (por exemplo, não deve estar trancada). Sempre que possível, a localização da área de isolamento deve permitir um circuito de e até ao local com o menor contacto possível com outros indivíduos. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada para a utilização exclusiva do caso suspeito.

Por este motivo e pelo facto de não termos outra sala disponível que cumpra ambos os requisitos (proximidade de instalações sanitárias e curto circuito de acesso até ao local) ficou definido que a sala de isolamento será a sala 7, pertencente ao edifício B da FORAVE.

O responsável definido pela entidade deve garantir que a área de isolamento deve ter:

- ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica;
- revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados);
- telefone ou telemóvel (no caso de o próprio não ter o seu consigo);
- cadeira ou marquesa;
- água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- toalhetes de papel;
- máscaras cirúrgicas;
- luvas descartáveis;
- termómetro.

10. RECURSOS E INFRAESTRUTURAS

10.1. Medidas Relativas às Instalações e Equipamentos

Deve ser feita a atualização do levantamento da capacidade em termos de instalações, equipamentos e materiais, nomeadamente:

- Verificar as condições de higiene e segurança das instalações;
- Verificar as condições de ventilação. Em caso de anomalia notificar o responsável definido pela entidade;
- Promover o arejamento de todos os locais, mantendo as janelas abertas sempre que possível;
- Assegurar as medidas de higiene ambiental definidas anteriormente.

A decisão do encerramento das instalações e respetivas orientações deverá ser da responsabilidade da Direção, ouvidos os respetivos responsáveis máximos e as autoridades de saúde.

ANEXOS

Cofinanciado por:

Se esteve numa área afetada pela infeção COVID-19

Esteja atento ao seu estado de saúde durante 14 dias, desde a chegada;

Meça e registe 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, cansaço, entre outros.

Data de chegada a Portugal: ____ / ____ / _____

REGISTO DA TEMPERATURA:

Data da vigilância	Manhã	Noite	Outros sintomas/observações

Se tiver febre (igual ou superior a 38.0°C) ou algum outro sintoma referido acima, telefone para:

Linha SNS 24 (808 24 24 24)