



ESCOLA SECUNDÁRIA DE FRANCISCO RODRIGUES LOBO

PLANO DE CONTINGÊNCIA

INFEÇÃO POR CORONAVÍRUS COVID-19

ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO	3
1.1. O que é o Coronavírus?	3
1.2. Período de incubação	3
1.3. Principais sintomas	4
1.4. Transmissão da infeção	4
1.5. Medidas de prevenção diária	4
2. PLANO DE CONTINGÊNCIA	5
2.1. Identificação dos efeitos que a infeção por COVID-19 pode causar na ESFRL	5
2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19 na ESFRL	5
2.2.1. Sala de “isolamento” e o(s) circuito(s) até à mesma	5
2.2.2. Procedimentos Específicos	6
3. PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO	8
4. PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO	8
4.1. Na situação de um caso suspeito validado	9
4.2. Na situação de um caso confirmado	9
4.3. Atuação do Estabelecimento de Educação ou Ensino perante um caso confirmado de COVID-19 fora do Estabelecimento	10
5. PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	10
5.1. “Alto risco de exposição”	10
5.2. “Baixo risco de exposição” (casual)	10
6. UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS DE AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E BALNEÁRIOS	11
6.1. Acessibilidade	11
6.2. Higienização	12
6.3. Lotação dos balneários	13
6.4. Utilização de máscaras	14
ANEXO 1	15
ANEXO 2	16
ANEXO 3	17

1. ENQUADRAMENTO

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinaram em conjunto com o Ministério da Educação e das suas estruturas diretamente dependentes, tais como DGEstE e 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.

A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações, das quais se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, assim como as orientações constantes do volume 3 Saúde e Atividades Diárias – Medidas de Prevenção e Controlo da COVID-19 em Estabelecimentos de 20/05/2020 o Referencial Escolas de Controlo de Transmissão de COVID-19 em contexto escola de 4/9/2020.

Este documento tem em conta o cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designando-se por plano de contingência e define um conjunto de orientações que permitem a preparação e adequação da resposta da ESFRL, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade.

A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

1.1. O que é o Coronavírus?

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.

1.2. Período de incubação

O período de incubação (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 1 a 14 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).

1.3. Principais sintomas

A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, dor no peito e dor de cabeça, entre outros. A pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas (assintomática).

1.4. Transmissão da infeção

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente por:

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Existem ainda estudos que sugerem a acumulação de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

1.5. Medidas de prevenção diária

- **Distanciamento** entre pessoas;
- **Higiene pessoal**, (lavagem das mãos e etiqueta respiratória) nomeadamente;
 - 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.
- Utilização de **equipamentos de proteção individual** (uso de máscaras);
- **Higiene ambiental**, como a limpeza, desinfeção e ventilação adequada dos espaços;
- **Automonitorização de sintomas**, não se deslocando para a escola pessoas com sintomas sugestivos de COVID-19.

2. PLANO DE CONTINGÊNCIA

2.1. Identificação dos efeitos que a infeção por COVID-19 pode causar na ESFRL

Antecipando os diferentes cenários que podem ocorrer no contexto escolar em tempos de COVID-19, é essencial organizar uma resposta célere e adequada que permita controlar as cadeias de transmissão e evitar a ocorrência de um surto.

Desta forma a ESFRL deve estar preparada para a possibilidade de ser limitada uma turma, uma zona ou uma ala da escola ou em última caso a própria escola, na sua totalidade.

2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19 na ESFRL

2.2.1. Sala de “isolamento” e o(s) circuito(s) até à mesma

A colocação de qualquer Elemento da Comunidade Escolar (ECE) numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na ESFRL e na comunidade.

A área de “isolamento” (sala, gabinete, secção, zona) tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto de qualquer ECE com um outro que manifeste sinais, sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito e, assim, permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes elementos da escola.

De acordo com a orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020 da DGS a área de “isolamento” deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do possível infetado, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); *kit* com água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica – SABA (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com Sintomas/Caso Suspeito.

A escola deverá estabelecer o(s) circuito(s) a privilegiar quando um elemento da ECE com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do elemento escolar com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores nas instalações.

Assim, a Direção determinou como **SALA DE “ISOLAMENTO”** o **GABINETE MÉDICO** SITUADO JUNTO AO CAMPO DESPORTIVO COBERTO DA ESFRL (ver ANEXO I).

O circuito será feito através do átrio (após aviso telefónico para a Direção e para a encarregada dos Assistentes Operacionais) pela porta que conduz diretamente às instalações desportivas que se encontra devidamente identificada, de forma a minimizar contactos físicos com os restantes utilizadores dos edifícios da escola.

2.2.2. Procedimentos Específicos

O que fazer numa situação em que existe um aluno suspeito de infeção:

- **SE SE ENCONTRAR EM SALA DE AULA:** o docente deverá solicitar à assistente operacional do piso correspondente que informe a Direção, que se deslocará à sala de aula, a fim de avaliar a situação. O aluno que manifeste sintomas será encaminhado para a sala de isolamento através do circuito próprio devidamente acompanhado pela encarregada dos Assistentes Operacionais D. Rosa Mendes (ou em sua substituição D. Isabel Sousa) (ver Anexo I).

Caso se trate de um **MENOR DE IDADE**, é contactado de imediato o **encarregado de educação**, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor. O encarregado de educação deverá dirigir-se de imediato à ESFRL e será encaminhado para junto do seu educando que se encontra na sala de isolamento, entretanto a encarregada dos Assistentes Operacionais D. Rosa Mendes (ou em sua substituição D. Isabel Sousa) contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação perante um caso suspeito COVID-19, a direção contacta a Delegada de Saúde (ver Anexo II).

Caso se trate de um **MAIOR DE IDADE** este contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas, de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação perante um caso suspeito COVID-19, a direção contacta a Delegada de Saúde (ver Anexo III).

Nota: Se o maior de idade não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo diretor do estabelecimento de educação ou ensino.

- **SE SE ENCONTRAR NO RECINTO ESCOLAR:** qualquer aluno que manifeste os sintomas deverá contactar um(a) assistente que informará a Direção e a Encarregada dos Assistentes Operacionais – D. Rosa (ou em sua substituição D. Isabel Sousa) – que fará o acompanhamento do aluno à sala de “isolamento”.

Caso se trate de um **MENOR DE IDADE**, é contactado de imediato o **encarregado de educação**, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor. O encarregado de educação deverá dirigir-se de imediato à ESFRL e será encaminhado para junto do seu educando que se encontra na sala de isolamento, entretanto a encarregada dos Assistentes Operacionais D. Rosa Mendes (ou em sua substituição D. Isabel Sousa) contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação perante um caso suspeito COVID-19, a direção contacta a Delegada de Saúde (ver Anexo II).

Caso se trate de um **MAIOR DE IDADE** este contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação, perante um caso suspeito COVID-19 a direção contacta a Delegada de Saúde (Anexo III).

Nota: Se maior de idade não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo diretor do estabelecimento de educação ou ensino.

✚ **O que fazer numa situação em que existe um docente ou trabalhador não docente suspeito de infeção:**

O docente ou trabalhador não docente deverá informar a Direção e dirigir-se-á para a sala de “isolamento. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação perante um caso suspeito COVID-19 a direção contacta a Delegada de Saúde (ver Anexo III).

✚ **O que fazer numa situação em que existe um visitante suspeito de infeção:**

Se o visitante, ao apresentar-se na portaria, manifesta sintomas, o assistente operacional deverá informar a Direção e aguardar as diligências a tomar. Caso o visitante se encontre já no interior da escola, a Direção será informada e a Encarregada dos Assistentes Operacionais – D. Rosa (ou em sua substituição D. Isabel Sousa) – fará o acompanhamento do visitante à sala de “isolamento”. Já na área de “isolamento” este contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem dadas de acordo com os procedimentos descritos no, Fluxograma de atuação perante um caso suspeito COVID-19 consoante de trate de um menor ou um maior de idade direção contacta a Delegada de Saúde. (ver Anexo II ou III).

3. PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO

- Se o caso não for considerado suspeito de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas), a pessoa segue o procedimento normal da escola, de acordo com o quadro clínico apresentado. Terminam os procedimentos constantes no Plano de Contingência para COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar” (Anexo II).

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.

4. PROCEDIMENTOS PERANTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO

- Se o caso for considerado suspeito de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas) será encaminhado de uma das seguintes formas:
 - **Autocuidado:** isolamento em casa;
 - Avaliação Clínica nas Áreas Dedicadas COVID-19 nos **Cuidados de Saúde Primários**;
 - Avaliação Clínica em **Serviço de Urgência**.

De acordo com os procedimentos do ponto 5, “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar” (Anexo II ou Anexo III).

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.

De acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde a deslocação para casa, para os serviços de saúde ou para o local de realização de teste deve ser feita em viatura própria, ou em viatura própria dos encarregados de educação, caso seja menor de idade. Se tal não for possível, deve ser utilizada uma viatura de transporte individual, não devendo recorrer-se a transporte público coletivo. Durante todo o percurso o caso suspeito e o(s) respetivo(s) acompanhante(s) devem manter a máscara devidamente colocada.



4.1. Na situação de um caso suspeito validado

Devem ser prosseguidos os procedimentos do ponto 5, “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar” (Anexo II ou Anexo III).

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 interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

4.2. Na situação de um 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 microm) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.



4.3 ATUAÇÃO DO ESTABELECIMENTO DE EDUCAÇÃO OU ENSINO PERANTE UM CASO CONFIRMADO DE COVID-19 FORA DO ESTABELECIMENTO

Se o caso confirmado tiver sido identificado fora do estabelecimento de educação ou ensino, devem ser seguidos os seguintes passos:

1. Perante a comunicação ao estabelecimento de educação ou ensino, de um caso confirmado de COVID-19 de uma pessoa que tenha frequentado o estabelecimento, devem ser imediatamente ativados todos os procedimentos constantes no **Plano de Contingência**.
2. Destacamos a obrigatoriedade de informar a escola.
3. A Direção do estabelecimento de educação contacta de imediato a **Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local**, a informar da situação.

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:

5.1. “Alto risco de exposição”

É definido como:

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, 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 expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

5.2. “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. UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS DE AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E BALNEÁRIOS

6.1 Acessibilidade

6.1.2 O acesso aos espaços de aula, adiante identificados e caracterizados (ponto 6.1), será sempre realizado a partir do corredor dos balneários, estes com utilização exclusivamente de vestiário. Assim serão estabelecidos os procedimentos de acesso aos balneários cumprindo as orientações de segurança, higienização e lotação.

6.1.3 A circulação deverá ser a seguinte:

- i. Acesso ao corredor dos balneários pelas escadas situadas a poente, em sentido descendente;
- ii. Circulação no corredor no sentido dos ponteiros do relógio para entrada em cada um dos balneários;
- iii. Manutenção da circulação no sentido dos ponteiros do relógio para entrar e sair dos balneários, do referido corredor para as instalações desportivas e para abandono deste espaço após o fim de cada aula;
- iv. A circulação, após sair do corredor dos balneários, será realizada ao longo da linha lateral nascente, pelo exterior do campo, em direção à zona de acesso à pista de atletismo;



6.2 HIGIENIZAÇÃO

6.2.2 Deverão estar disponíveis vários dispensadores de desinfetante (cerca de 10) ao longo do circuito de acesso aos balneários, na entrada/saída dos mesmos, à saída deste corredor, em cada uma das instalações desportivas, na sala de professores e arrecadação de material desportivo nomeadamente:

- i. Ao cimo da escada;
- ii. Entrada de cada um dos balneários (4);
- iii. Sala dos professores;
- iv. Passagem do corredor para o Polidesportivo Coberto;
- v. Ginásio;
- vi. Pista de Atletismo;
- vii. Polidesportivo Descoberto.

6.2.2 Os cacifos dos balneários deverão ser higienizados após a utilização durante o espaço de tempo da aula seguinte para que possam ser reutilizados pela turma seguinte. Deverá ser possível identificar quais os cacifos que acabaram de ser utilizados ou, em alternativa, aqueles que estão higienizados e disponíveis.

6.2.3 Os pisos do Polidesportivo Coberto e do Ginásio, assim como os bancos destas instalações, do corredor e dos balneários deverão ser limpos e higienizados sempre que terminem as aulas e não sejam utilizados na hora seguinte assim como no final da última utilização de aula de Educação Física ou de Desporto Escolar.

6.2.4 Todo o material desportivo deverá ser higienizado no final de cada aula.

6.3 LOTAÇÕES DOS BALNEÁRIOS

6.3.1 Existem 4 balneários para alunos e 2 balneários de professores. Cada um dos balneários dos alunos são compostos por 2 vestiários e uma zona comum de chuveiros. Apenas será possível utilizar os vestiários devendo proceder-se, como medida de segurança, ao encerramento da zona de chuveiros. As lotações totais, considerando todos os cacifos disponíveis (208) e as lotações instantâneas permitidas de acordo com as orientações de garantir o distanciamento de 3 metros, (32) são as seguintes:

LOTAÇÕES	Balneário Masculino Poente		Balneário Masculino Nascente		Balneário Feminino Poente		Balneário Feminino Nascente	
	Vestiário direito	Vestiário esquerdo	Vestiário direito	Vestiário esquerdo	Vestiário direito	Vestiário esquerdo	Vestiário direito	Vestiário esquerdo
Totais	28	28	24	24	28	28	24	24
3 metros	4	4	4	4	4	4	4	4

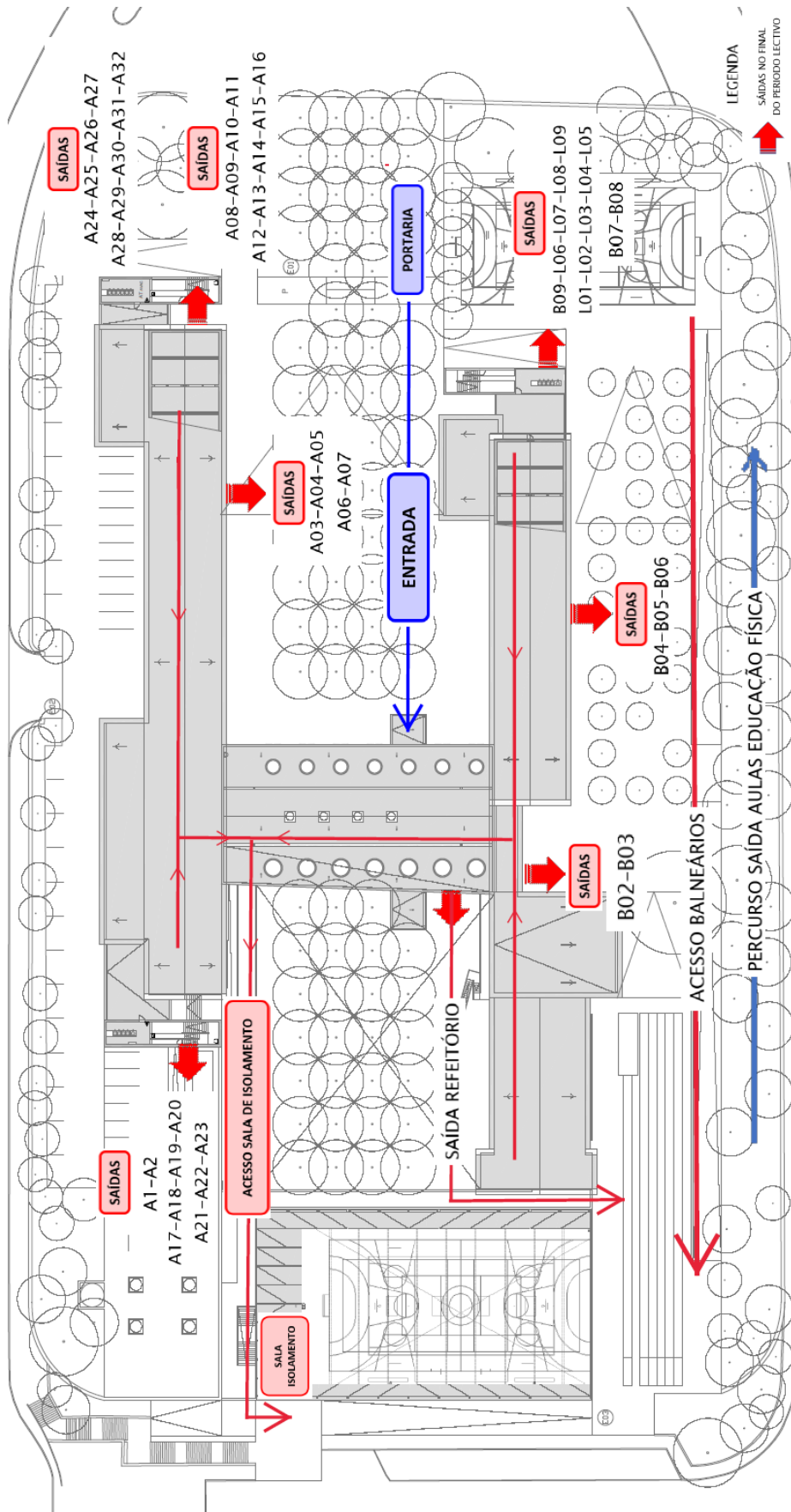
6.3.2 *Em situação normal a utilização dos balneários era possível por 4 turmas em simultâneo, em que o máximo de alunos não ultrapassava os 120.* No contexto atual e tendo em consideração o distanciamento mínimo de 3 metros, imposto pelas orientações da DGS, apenas é possível a utilização de um total de 32 alunos em simultâneo, 4 em cada vestiário. Esta limitação obriga a tempo de espera que depende do número de rapazes e de raparigas em cada turma, havendo ainda que resolver as situações especiais. Dessa forma deverão ser identificados no solo, ao longo do trajeto para os vestiários, locais de espera em fila para cerca de 80 alunos, quando estiverem 3 turmas em simultâneo.

6.3.3 Para que não se agrave a situação anteriormente descrita é absolutamente obrigatório que os alunos disponham também de tempo para no fim da aula poderem voltar a vestir-se e abandonarem os balneários, garantindo assim que não existe ajuntamento com as turmas que entram no horário seguinte.

6.4 UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS

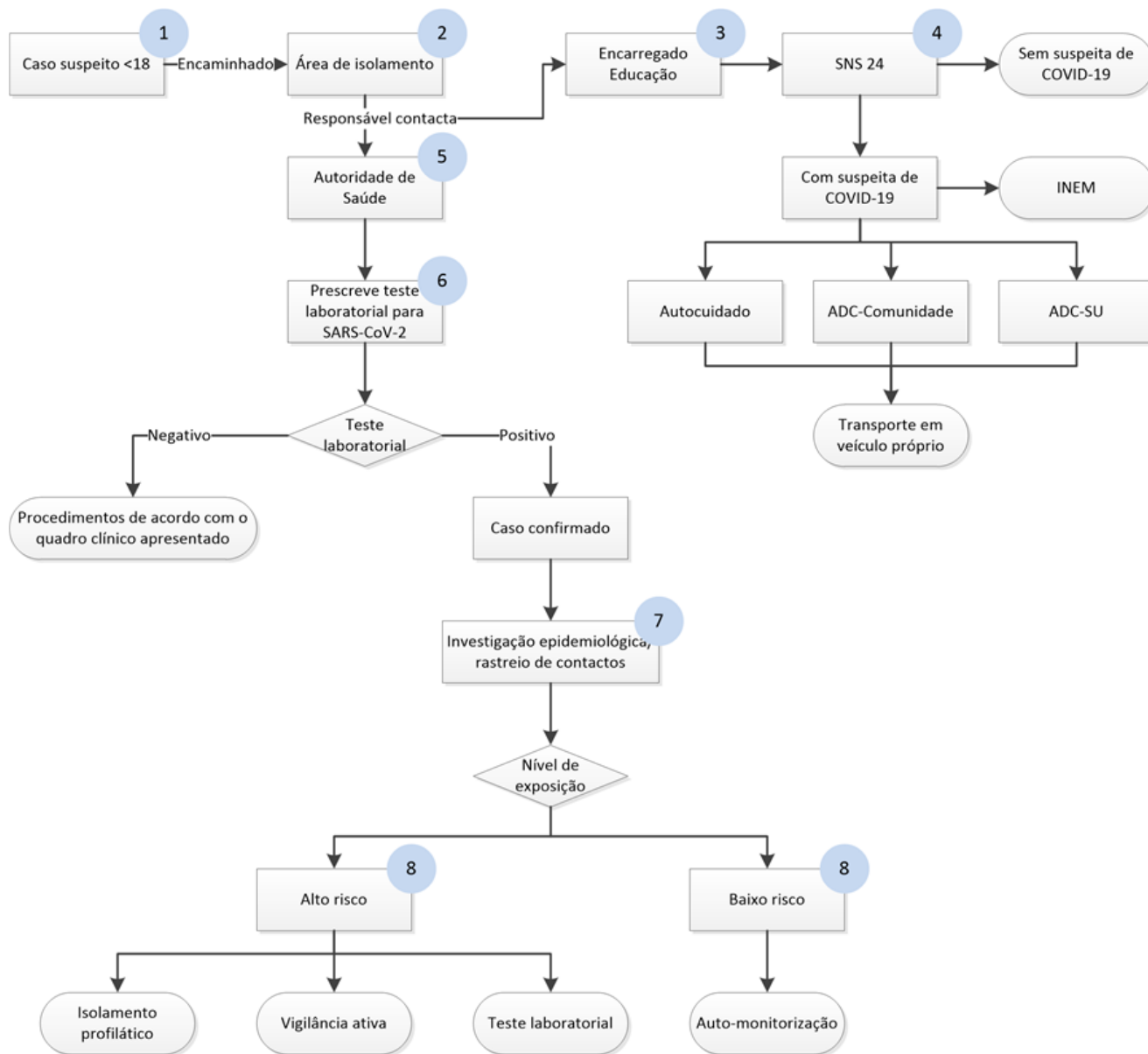
De acordo com as orientações os alunos deverão circular com máscara, sendo permitida a sua não utilização durante o exercício físico. Desse modo cada aluno deverá ser portador de um pequeno saco que possa ser fechado, ou outro processo que garanta a sua higienização, devidamente identificado com o nº, nome e turma, para impedir troca das máscaras. Deverá ser garantida a possibilidade de guardar as máscaras, devidamente protegidas, durante o período de aula. Os alunos deverão, no fim da atividade física, e/ou em situações em que o professor necessite de falar para a turma, colocar a máscara.

ANEXO I



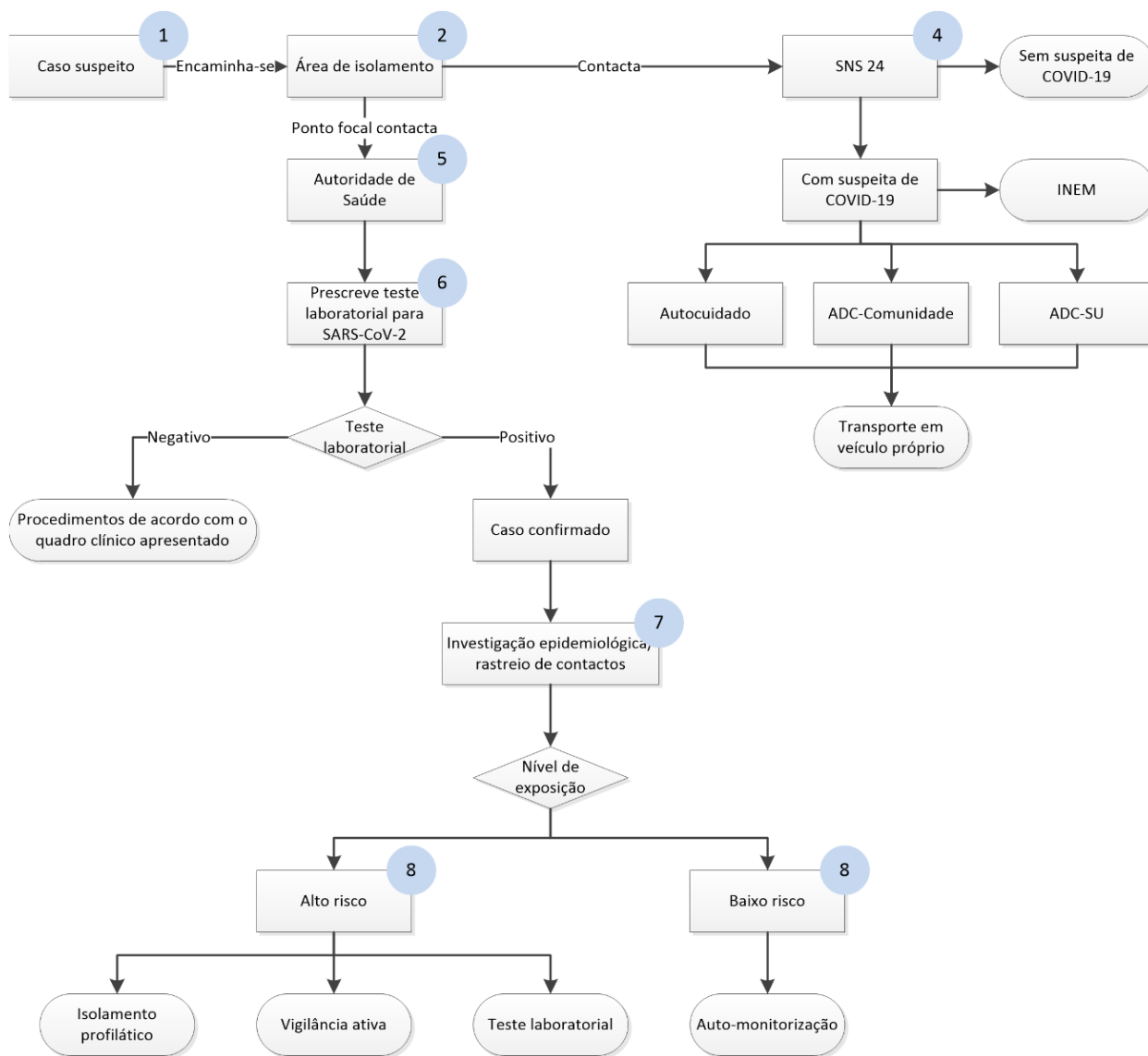
ANEXO II

FLUXO DE ATUAÇÃO PERANTE UM CASO DE COVID-10 NUM MENOR DE IDADE



ANEXO III

FLUXO DE ATUAÇÃO PERANTE UM CASO DE COVID-10 MAIOR DE IDADE



Este Plano de Contingência irá ser divulgado a toda a Comunidade Escolar e haverá uma formação destinada a todos os trabalhadores não docentes.

Leiria, 23 de Setembro, 2020