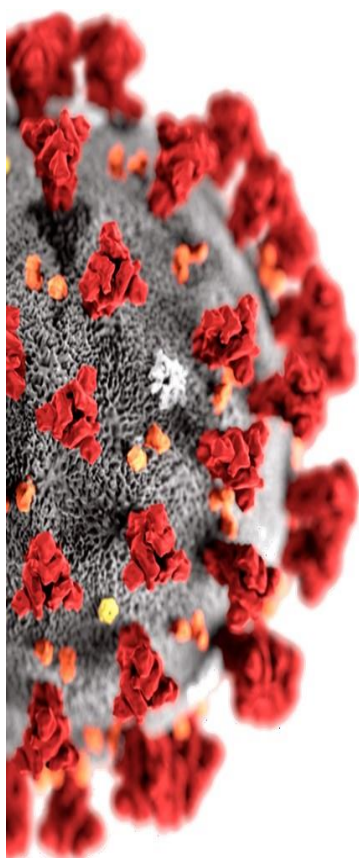




EXTERNATO
PAULO VI

PLANO DE CONTINGÊNCIA

(Despacho n.º 2836-A/2020)



CORONAVÍRUS

COVID-19

VERSÃO 3.2

Índice

1.	Introdução	3
2.	Informação Coordenação	4
3.	O que é o novo Coronavírus (COVID-19)	5
3.1.	Transmissão da infeção	5
3.2.	Período de incubação	5
3.3.	Principais sintomas	6
4.	Plano de Contingência	7
4.1.	Procedimentos Preventivos	7
4.1.1.	Retorno de deslocação ao estrangeiro	7
4.1.2.	Medidas de prevenção diárias	7
4.2.	Medidas face a possível caso de infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19)	8
4.2.1.	Medidas de isolamento	8
4.2.2.	Caso suspeito	8
5.	Procedimentos num caso suspeito	8
6.	Procedimentos perante um caso suspeito validado	10
7.	Procedimentos de vigilância de contactos próximos	11
8.	Medidas de Prevenção	12
8.1.	Medidas Gerais	12
8.2.	Medidas Específicas	13
8.2.1.	Comunidade Escolar	13
8.2.2.	Pais/Enc. de Educação	13
8.2.3.	Atividades que necessitem de transporte rodoviário	14
9.	Plano de higienização	15

1. Introdução

No seguimento das recomendações da Direção-Geral de Saúde (DGS), das quais se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, que são atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação e considerando a necessidade de proteger toda a comunidade educativa, a Direção do Externato Paulo VI aprovou o presente Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19).

Este documento foi feito, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836 - A/2020, de 02/03/2020, designado por **Plano de Contingência do Externato Paulo VI**, que define um conjunto de orientações que permitem a preparação e adequação da resposta do colégio, 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.

O presente plano será revisto e atualizado sempre que se verificar necessidade, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes.

2. Informação | Coordenação

- A. A coordenação do plano de contingência é da responsabilidade da Direção do Externato Paulo, nas pessoas de **Nelson Manuel Leitão Gonçalves Moreira**, Diretor Pedagógico, que poderá ser contactado através do email nelson.moreira@externatopaulovi.org ou do número de telefone 253208361.
- B. Qualquer ação no âmbito do presente plano deverá ser, prontamente, comunicada ao coordenador que é quem fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde, Direção-Geral da Saúde, Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares) e com os Encarregados de Educação.
- C. Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte de qualquer membro da comunidade educativa deverá ser esclarecida junto do coordenador.
- D. O coordenador é apoiado nas suas funções por **Maria Teresa de Jesus Semedo Pereira**, Diretora Titular e **Manuel Martins de Oliveira**, Diretor Administrativo e Financeiro.

3. O que é o novo Coronavírus (COVID-19)

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o novo Coronavírus (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.

3.1. Transmissão da infeção

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

- ✓ Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- ✓ Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- ✓ 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 à 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).

3.2. Período de incubação

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).

3.3. Principais sintomas

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

- ✓ Febre (temperatura corporal $\geq 38^{\circ}\text{C}$);
- ✓ Tosse;
- ✓ Dispneia / dificuldade respiratória;
- ✓ Anosmia¹, ageusia² ou disgeusia³ de início súbito.

¹ Perda completa do olfato.

² Falta completa de paladar.

³ Distorção persistente do paladar.

4. Plano de contingência

4.1. Procedimentos preventivos

4.1.1. Regresso de deslocações ao estrangeiro

Não tendo sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a deslocações ao estrangeiro, recomenda-se a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde.

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contacto físico.

Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas, **de imediato**, à linha **SNS 24 (808 24 24 24)** que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

4.1.2. Medidas de prevenção diárias

São consideradas medidas de prevenção diárias:

- ✓ 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 respiratória.

4.2. Medidas face a possível caso de infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19)

4.2.1. Medidas de isolamento

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na comunidade.

A área de isolamento definida no colégio é o quarto n.º2 do piso 2 (acesso junto à biblioteca – sala 1).

4.2.2. Caso suspeito

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.

5. Procedimentos num caso suspeito

Quando detetado um elemento da comunidade educativa que apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, cumpre-se os seguintes procedimentos:

5.1. Informa-se, imediatamente, o Coordenador do Plano de Contingência, ou um elemento da Direção (preferencialmente pessoalmente ou por via telefónica).

5.1.1. Caso a pessoa suspeita seja uma criança/ aluno:

5.1.1.1. O membro da Direção acompanha a criança/aluno para área de “isolamento” definido neste plano de contingência.

5.1.1.2. O membro da Direção contacta o Pai/Enc. de Educação da criança/aluno. O Pai/Enc. de Educação deve, no imediato, dirigir-se ao Colégio, preferencialmente em veículo próprio.

5.1.1.3. Na área de isolamento o Pai/Enc. de Educação contacta a linha telefónica **SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas para o efeito**. O membro da Direção poderá estabelecer este contacto com a prévia autorização do Pai/Enc. de Educação. As indicações prestadas são cumpridas.

5.1.2. Caso a pessoa suspeita seja um adulto:

5.1.2.1. Dirige-se sozinho para a área de isolamento.

5.1.2.2. Na área de isolamento o adulto contacta a linha telefónica **SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas para o efeito**. As indicações prestadas são cumpridas.

5.1.3. 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:
 - A. Caso Suspeito Não Validado:** este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente, funcionário não docente ou visitante (no caso da situação ocorrer dentro das instalações do Colégio);
 - B. 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 sobre a existência de caso suspeito validado.

6. 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 for um caso:

- ✓ não confirmado: a área de “isolamento” fica encerrada para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- ✓ confirmado: a área de “isolamento” fica interdita 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 Direção:

- ✓ Providencia a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- ✓ Reforça a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- ✓ Dá especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- ✓ Armazena os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de **resíduos hospitalares com risco biológico**.

7. Procedimentos 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:

A. “Alto risco de exposição”:

- ✓ Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, 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.

B. “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.

8. Medidas de Prevenção

De acordo com as orientações da Direção Geral de Educação (DGE) e da Direção Geral de Saúde (DGS) são implementadas as seguintes medidas:

8.1. Medidas Gerais

- A. Todo o Colégio é higienizado de acordo com o plano de higienização vigente.
- B. Dever de permanência em casa perante quaisquer sinais e/ou de doença, de acordo com a Norma n.º 020/2020 da DGS, como os referidos no ponto 3.3. (página 6).
- C. Utilização de máscara facial, de acordo com a Orientação n.º 011/2021 da DGS e nos termos da legislação em vigor:
 - i. Qualquer pessoa com idade superior a 10 anos e, no caso dos alunos, a partir do 2.º ciclo, independentemente da idade, deve obrigatoriamente utilizar máscara comunitária certificada ou máscara cirúrgica para o acesso ou permanência no interior do Colégio;
 - ii. Para as crianças que frequentam o 1.º ciclo, independentemente da idade, a utilização de máscara comunitária certificada ou máscara cirúrgica é recomendada para o acesso ou permanência no interior Colégio, como medida adicional de proteção uma vez que estas crianças não se encontram vacinadas.
 - iii. A utilização de máscara comunitária certificada ou máscara cirúrgica não é obrigatória nas seguintes situações:
 - Esta obrigatoriedade não se aplica nos espaços de recreio ao ar livre, sem prejuízo de ser recomendado o uso de máscara sempre que se verifiquem aglomerados de pessoas;
 - Durante a alimentação (lanche e almoço);
 - Aulas de Ed. Física em que os alunos estão a realizar a prática desportiva;
 - Atestado médico de incapacidade multiusos ou declaração médica que ateste condição clínica incapacitante para a sua utilização.

- D.** Higienização das mãos à entrada e à saída do Colégio com solução antisséptica de base alcoólica (SABA).
- E.** Lavar frequentemente as mãos com água e sabão durante a permanência no espaço escolar. A lavagem/desinfecção das mãos, por parte das crianças/alunos e dos profissionais de educação, será frequente ao longo do dia, entrada e saída da sala de aula, antes e após as refeições, antes e após a ida à casa de banho, e sempre que regressem do espaço ao ar livre.
- F.** Sempre que a atividade pedagógica decorra em mesas será maximizado o distanciamento físico entre as crianças/alunos.
- G.** Sempre que possível, e que tal não comprometa a segurança das crianças/alunos as janelas e portas das salas devem estar abertas, de modo a permitir uma melhor circulação do ar.
- H.** WC exclusivamente afetos a ciclos/anos de escolaridade.
- I.** Criação de zonas de circulação única.
- J.** Horários (entradas, saídas, almoço e intervalos) desfasados entre ciclos/anos de escolaridade.

8.2. Medidas Específicas

8.2.1. Comunidade escolar

- A.** Não partilhar objetos nem comida.
- B.** As crianças/alunos não podem trazer de casa brinquedos e/ou outros objetos.
- C.** As crianças e os profissionais de educação do Pré-escolar devem trocar o calçado que levam de casa por outro a utilizar apenas no espaço escolar. O calçado extra permanece no Colégio, sendo, todos os dias, devidamente higienizado.
- D.** As crianças do pré-escolar terão de ter uma muda de roupa no Colégio.
- E.** Aulas de Ed. Física:
 - Higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (Saba) à entrada e saída do Balneário e Ginásio/Salão Desportivo;

- Não é obrigatório o uso da máscara/viseira para os alunos que estão a realizar a prática desportiva;
- O duche/banho não é permitido;
- Os materiais e equipamentos utilizados são submetidos a limpeza e desinfeção no final de cada atividade (de acordo com a Orientação 014/2020 e 030/2020 da Direção Geral de Saúde – DGS).

8.2.2. Pais/Enc. Educação

- A.** Os Pais/Encarregados de Educação ou a pessoa por eles designada entregam as crianças/alunos na portaria e **estão impedidos de aceder ao espaço escolar**, evitando-se assim a circulação de pessoas no interior do Colégio (para mitigar a possível propagação do COVID-19).
- B.** Os Pais/Encarregados de Educação devem tomar as devidas diligências no sentido dos seus filhos/educandos não trazerem para o Colégio brinquedos e/ou outros objetos que não sejam estritamente necessários à atividade pedagógica.
- C.** Os Pais/Encarregados de Educação devem tomar as devidas diligências para que os seus filhos/educandos fiquem o tempo estritamente necessário no Colégio.

8.2.3. Atividades que necessitem de transporte rodoviário

Sempre que as atividades se realizem no exterior do Colégio e seja necessário o transporte rodoviário são implementadas as seguintes medidas:

- A.** A redução da lotação máxima da viatura de acordo com a legislação vigente (Decreto Lei n.º 20/2020 de 1 de maio).
- B.** A higienização das mãos, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA), à entrada e à saída da viatura;
- C.** Todas as viaturas encontram-se devidamente higienizadas, desinfetadas e nebulizadas com produto virucida cumprindo a Orientação 014/2020 de 21 de março da DGS.

9. Plano de Higienização

O Plano de Higienização cumpre a Orientação 014/2020 da DGS (prática recomendada para a prevenção de transmissão da COVID-19 em ambientes comunitários).

- A. O plano de higienização está afixado na portaria 101/103 da Avenida Central.
- B. Os profissionais de limpeza conhecem bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante a realização do seu trabalho e como garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção.

NOTA: É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

Braga, 8 de outubro de 2021.



Nelson Manuel Leitão Gonçalves Moreira