

PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19



NOVO | NEW | 新型 冠状病毒
CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议

		
Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o antebraço	Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool	Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória
When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm	Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution	Avoid close contact with people suffering from respiratory infections
咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或手臂掩住嘴巴和鼻子	经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手	避免与有呼吸道感染的患者密切接触

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL
若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24 ☎
808 24 24 24

1. Enquadramento

Este documento pretende apresentar o plano de contingência para o COVID-19 da Pombalingua, Escola de Inglês, Pombal.

Este plano permite que a Pombalingua (pessoal docente, não docente e alunos) esteja preparada para enfrentar, de modo adequado, as possíveis consequências de uma epidemia em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas pertinentes da comunidade educativa.

O presente documento consiste num conjunto de medidas e ações que deverão ser aplicadas, oportunamente, de modo articulado, em cada fase da evolução da epidemia do COVID-19.

As medidas necessárias, a sua calendarização, bem como as responsabilidades de cada pessoa dentro da instituição devem ser ajustadas aos diferentes cenários de evolução da epidemia, a fim de assegurar que cada um saiba o que fazer em situação de crise e o que esperar das ações desenvolvidas por si e pelos outros.

O objetivo deste plano de contingência é manter a atividade da instituição escolar, face aos possíveis efeitos da epidemia, nomeadamente o absentismo dos profissionais e dos alunos e respetivas repercussões nas atividades escolares e no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa.

1.1. O que é o Coronavírus - COVID-19?

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.

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 a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas e ainda através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos).

1.2. Principais sintomas

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

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

1.3. 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).

2. Plano de contingência

2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhador(es) pode causar na escola

Nesta fase é previsível que surjam casos de profissionais ou alunos doentes, com possível comprometimento da vida da instituição escolar devido ao absentismo daí decorrente. Esse absentismo poderá afetar diferentes áreas de funcionamento da Escola.

O plano de contingência permite que a Pombalingua se prepare para lidar com esse disfuncionamento.

É necessário proceder a uma análise das diversas atividades desenvolvidas pela Pombalingua e identificar todas as que possam ser consideradas essenciais.

Relativamente aos serviços administrativos, devendo privilegiar-se o contacto à distância (telefone ou e-mail) considera-se essencial a receção de alunos (devido às entradas e saídas controladas) pelo que estes serviços serão assegurados por, no mínimo, um funcionário.

Se se verificar absentismo de assistentes administrativos, a Pombalingua permanecerá em funcionamento até que o Diretor, em articulação com as devidas autoridades, considere que já não estão asseguradas as condições de segurança.

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham 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 por dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou dificuldades respiratórias.

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

2.2.1. Higiene pessoal e do ambiente escolar

2.2.1.1. Medidas Gerais

- Afixação de cartazes da Direção Geral de Saúde;
- Limpeza e arejamento das salas, abrindo as portas, sobretudo durante os intervalos;
- Limpeza das mesas e cadeiras dos alunos utilizando solução desinfetante;
- Aumento do número de vezes em que são limpas as superfícies de trabalho, maçanetas das portas, os teclados e ratos de computadores, utilizando solução desinfetante;
- Abertura das portas durante a limpeza diária dos diferentes espaços;
- Colocação de dispositivos com soluções de limpeza das mãos à base de álcool, em espaços que não possibilitem a lavagem das mãos e no espaço de isolamento;
- Todas as casas de banho possuem dispositivos de sabonete líquido e toalhetes de mãos;

2.2.2. Medidas de prevenção diária

2.2.2.1. Higiene das mãos

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos.
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após comer e/ou beber, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas.
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar.
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida.
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

2.2.2.2. Medidas de distanciamento social

- Prescindir de cumprimentos por beijos e abraços.
- Evitar o contacto com outras pessoas.
- Manter, no mínimo, uma distância de 1 metro.
- Não partilhar material escolar (canetas, régua, etc).
- Não partilhar alimentos e não utilizar os mesmos recipientes (copos, talheres, etc).
- Não partilhar objetos pessoais.

3. Medidas de isolamento

Os alunos ou profissionais, que manifestem febre ou outros sintomas de uma possível infeção com o COVID-19, não devem vir para a Pombalingua, a fim de evitar o contágio de outras pessoas.

Em caso de dúvida, deverá ser contactada a Linha Saúde 24 – 808242424 e o Diretor que, por sua vez, entrará em contacto, caso necessário, com o Delegado de Saúde da área.

A Pombalingua dispõe de uma **zona de isolamento – zona de reuniões anexa ao gabinete do Diretor.**

Esta zona dispõe o seguinte equipamento:

- dispositivo com solução de limpeza das mãos à base de álcool;
- lenços de papel;
- água (copos e garrafa);
- termómetro;

- sacos de lixo;
- máscara e viseira;
- botins.

4. 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.

4.1. Procedimentos em caso suspeito

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

Nas situações necessárias, o responsável (profissional da Escola que se encontre mais próximo) acompanha o aluno até à zona de “isolamento”.

Quem acompanha o aluno com sintomas, docente ou trabalhador não docente, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

A. Caso suspeito não validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente ou trabalhador não docente.

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.

5. Procedimentos perante um caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- se o caso for confirmado: a zona de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de caso confirmado a Pombalingua deve:

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

6. 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:

6.1. “Alto risco de exposição”:

- 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.

6.2. “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.

Contactos úteis

Linha de SNS24 - 808242424

Telefones do Diretor- 236214319 / 969931203

Telefones da Pombalingua- 236214319 / 969931203

Meios de comunicação da informação

e-mail da secretaria- info@pombalingua.com

Endereço do site da escola – www.pombalingua.com

e-mails do pessoal docente –

gill@pombalingua.com

maria@pombalingua.com

paul@pombalingua.com

pedro@pombalingua.com

teresa@pombalingua.com