

O QUE É O COVID-19?

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um novo coronavírus (SARS-COV-2), que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

ESTE CORONAVÍRUS É IGUAL AOS OUTROS VÍRUS?

Não. Apesar de se tratar de um novo vírus e ainda não existir um total conhecimento sobre este, sabe-se que é diferente dos outros, apesar de ter alguma semelhança (geneticamente) ao SARS. É necessário mais tempo de investigação para se conseguir apurar todas as suas características e qual o tratamento mais adequado.

QUAIS SÃO OS SINAIS E SINTOMAS?

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

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

QUAL É O 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 SE TRANSMITE?

O COVID-19 pode transmitir-se por:

- gotículas respiratórias;
- contacto direto com secreções infecciosas;
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem.

O COVID-19 PODE TRANSMITIR-SE DE PESSOA A PESSOA?

Sim e poderá ocorrer pela proximidade a uma pessoa com COVID-19 através de:

- gotículas respiratórias – espalham-se quando a pessoa infetada tosse, espirra ou fala, podendo ser inaladas ou pousarem na boca, nariz ou olhos das pessoas que estão próximas.

PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

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 subseqüentes, 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.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO DIÁRIA

- 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.

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 no serviço e na comunidade.

Cada escola deve definir uma área ou sala de “isolamento” (gabinete ou sala), devidamente identificada e comunicada a toda a escola, que tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com quem apresente os sintomas acima descritos.

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.

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 escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola,

dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 **(808 24 24 24)**.

Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de “isolamento”.

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, 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:

1. 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.
2. 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.

A Direção Pedagógica informa de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição 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.

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.

NA SITUAÇÃO DE 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 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.

CMSJG - PLANO DE CONTINGÊNCIA

Dando continuidade às atividades letivas, a Direção Pedagógica do CMSJG preparou este documento, em conformidade com as diretrizes anunciadas pela DGESTE e pela DGS, como medida preventiva e assegurando todos os meios e recursos para, dentro da realidade do CMSJG, contribuir para a segurança dos nossos alunos e profissionais.

MEDIDAS A SER IMPLEMENTADAS:

- Disponibilização de álcool gel em vários pontos do Conservatório (átrio, entrada das casas de banho e salas de piano);
- Criação de uma sala de isolamento: **ANFITEATRO - SALA MANUEL CARDOSO**, auxiliada pela casa de banho contígua;
- É competência das funcionárias de serviço o auxílio e o encaminhamento para a sala de isolamento dos alunos com sintomas;
- Articulação com os serviços de saúde.

PARA QUE ESTE PLANO RESULTE É NECESSÁRIO:

- Implementar medidas de prevenção e de preparação para fazer face a casos críticos.
- Caso surja alguma situação de COVID-19 há que acionar os recursos disponíveis para a intervenção de forma a minimizar os efeitos da doença provocada pelo COVID-19 assegurando os serviços essenciais.

A AÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO É DETERMINANTE NO SUCESSO DESTES PLANOS, PELO QUE DEVEM:

- Dizer aos educandos que devem evitar cumprimentos sociais com contacto físico;

- Ensinar os educandos a lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Recomendar que devem evitar tocar nos olhos, no nariz e boca com as mãos;
- Verificar se os educandos são portadores de lenços de papel;
- Ensinar a esconder o espirro, colocando o braço na frente quando espirrarem ou tossirem;
- Informar o CMSJG, no caso de terem tido contacto com pessoas portadoras do Coronavírus.
- Não trazer os educandos para o CMSJG com sintomas (tosse, febre alta,...);

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO INTERNOS

- Todo os professores e funcionários devem desinfetar as mãos à entrada e à saída do CMSJG;
- Caso manifestem sintomas devem ficar em casa até que a situação fique completamente esclarecida;
- Em caso de dúvida devem usar máscara;
- No caso de se confirmar a doença num profissional da escola, este não deve frequentar a escola por um período mínimo de 14 dias, ou até que lhes seja dada alta clínica;
- Os profissionais da escola deverão avisar a Instituição, preferencialmente por via telefónica, caso lhes seja confirmada a doença do Coronavírus;
- As medidas habituais de higienização serão reforçadas;
- Devem ser desinfetadas todas as superfícies partilhadas pelos alunos, maçanetas das portas, mesas, estantes de partituras, entre outros.

FACE ÀS CONDIÇÕES EXIGIDAS PARA A SALA DE ISOLAMENTO, A MESMA TERÁ OS MEIOS INDISPENSÁVEIS PARA PRESTAR OS PRIMEIROS PROCEDIMENTOS:

- Na sala existirá termómetro, desinfectante e máscaras (se não houver os intervenientes devem improvisar uma máscara com lenço de papel ou pano);
- A sala estará limpa e desinfectada e reforçar-se-á a limpeza e desinfecção sempre que esta for utilizada. Deverá ser arejada;
- Existirão sacos de plástico com espessura de 50 ou 70 micron, que após serem utilizados com armazenamento de resíduos deverão ser fechados e segregados para serem enviados para operador licenciado para gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

- Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas 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:

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 expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

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).

Guarda, 8 de março de 2020

A Direção Pedagógica.