

O QUE É O COVID-19?

Os coronavírus pertencem à família Coronaviridae que integra vírus que podem causar infeção no Homem, noutros mamíferos (por exemplo nos morcegos, camelos, civetas) e nas aves. Até à data, conhecemos oito coronavírus que infetam e podem causar doença no Homem. Normalmente, estas infeções afetam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes às constipações comuns ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia. Dos coronavírus que infetam o Homem o SARS-CoV, o MERS-CoV e o SARS-CoV-2 saltaram a barreira das espécies, ou seja, estes vírus foram transmitidos ao Homem a partir de um animal reservatório ou hospedeiro desses vírus. O SARS-CoV originou uma epidemia em 2002-2003 e o MERS-CoV emergiu em 2012 e foi causando casos esporádicos de infeção humana ou pequenos clusters de casos de doença respiratória. O novo coronavírus, o SARS-CoV-2, que origina a doença designada COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China.

QUAIS SÃO OS SINAIS E SINTOMAS?

- Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia e choque séptico.
- Os dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a segunda semana da doença.
- Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

QUAL É O PERÍODO DE INCUBAÇÃO?

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

COMO SE TRANSMITE?

- A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).
- A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosem ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.
- As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.
- Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Atualização set/2020

Dando início às atividades no ano letivo 2020/21, 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.

PARA QUE ESTE PLANO RESULTE É NECESSÁRIO:

1. Implementar medidas de prevenção ao nível interno que privilegiem, a segurança, o distanciamento social, a higiene, a limpeza e o arejamento dos espaços;
2. Fazer um trabalho de consciencialização dos alunos no que respeita ao cumprimento das medidas preventivas;
3. Seguir todos os protocolos em casos suspeitos.

A AÇÃO DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO É DETERMINANTE NO SUCESSO DESTE PLANO, PELO QUE DEVEM:

1. Recomendar os educandos no sentido de promover o distanciamento social;
2. Ensinar os educandos a lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
3. Recomendar o uso de máscara em todas as situações em que tal é necessário;
4. Recomendar a limpeza frequente das mãos com o álcool-gel disponibilizado nos vários espaços da escola;
5. Recomendar que devem evitar tocar nos olhos, no nariz e boca com as mãos;
6. Verificar se os educandos são portadores de lenços de papel, máscara e todo o material didático necessário para o dia de aulas;
7. Ensinar a esconder o espirro, colocando o braço na frente quando espirrarem ou tossirem;
8. Explicar aos alunos a razão e o valor das medidas de prevenção no contexto de pandemia que atravessamos;
9. Informar o CMSJG, no caso de terem estado em contacto com pessoas portadoras do COVID-19;
10. Impedir que os alunos se apresente no CMSJG com sintomas de COVID-19 (tosse, febre,...);

PROCEDIMENTOS INTERNOS DE PREVENÇÃO

1. É obrigatório desinfetar as mãos à entrada do CMSJG, bem como na entrada para cada aula, com o álcool-gel disponibilizado no hall de entrada, à porta das casas de banho e em todas as salas de aula.
2. É obrigatório o uso de máscara em todos os espaços comuns e dentro da sala de aula, com devida exceção para as aulas de canto, instrumentos de sopro e coro, ou sempre que o professor entender necessário que a máscara seja retirada, desde que salvaguardadas as devidas distâncias de segurança..

3. Os alunos do 1º ciclo devem entrar e sair do CMSJG com a máscara colocada. Na sala de aula podem estar sem máscara.
4. Todas as salas terão toalhetas desinfetantes para limpar alguns materiais/instrumentos, como por exemplo o piano;
5. Está disponível um dispensador de álcool-gel em cada sala;
6. O Conservatório tem identificados circuitos de entrada e saída, que devem ser respeitados por todos;
7. À entrada os alunos deverão passar por um tapete especialmente vocacionado para a prevenção do COVID-19;
8. As salas de aula das classes de Formação Musical (6,5m x 9,8m) terão apenas o número necessário de mesas para que estas possam estar o mais afastadas possível, tendo uma lotação máxima de 17 alunos.
9. As salas de classe de conjunto também estarão preparadas para que haja o maior distanciamento possível entre os alunos, com lugares marcados:
 1. Sala das Classes de Conjunto Vocais (coro): 9,8m x 16,8m, lotação máxima de 42 alunos;
 2. Sala das Classes de Conjunto Instrumentais: 9,8m x 6,55m, lotação máxima de 15 alunos;
 3. Sala de Orquestra: 19,4m x 5,7m, lotação máxima de 30 alunos
10. Nas salas das classes de conjunto instrumentais, cada aluno terá a sua cadeira e a sua estante;
11. Nas salas das classes de conjunto vocais não haverá estantes, cada aluno terá a sua cadeira;
12. Depois de definida a planta da sala (1º dia de aulas da disciplina), não serão permitidas alterações à mesma;
13. Dentro da sala de aula os alunos devem dirigir-se para o seu lugar pelo caminho mais curto;
14. As salas estão divididas com uma marcação no chão. Esta marcação delimita o espaço do aluno e do professor, o qual não deve ser ultrapassado sem autorização;
15. As salas de formação musical e de classe de conjunto são desinfetadas no intervalo entre aulas;
16. Nos corredores estão identificados sentidos de circulação, que devem ser respeitados por todos;
17. Os encarregados de educação, e outras pessoas externas, só devem entrar no Conservatório (e só no hall de entrada) em caso de extrema necessidade.
18. Este ano não haverá caderneta do aluno. Toda a comunicação deve ser feita, preferencialmente, pelos meios digitais como o e-mail (dos professores ou da Direção Pedagógica), telefone ou na plataforma Teams. As justificações de falta deverão ser entregues por e-mail para secretariacmsjg@gmail.com, no prazo de 5 dias úteis;
19. Alunos, professores ou funcionários que manifestem sintomas de COVID-19 devem ficar em casa até que a situação fique completamente esclarecida;
20. No caso de se confirmar a doença num aluno ou profissional da escola, este não deve frequentar a escola até que lhe seja dada alta clínica;
21. Os profissionais e alunos do CMSJG deverão avisar a Instituição, preferencialmente por via telefónica, caso lhes seja confirmada a doença do COVID-19;
22. A escola tem um plano de limpeza e desinfeção diário e reforçado;
23. As salas de aula serão arejadas no final de cada aula ou durante a aula se as condições meteorológicas assim o permitirem;
24. Nos espaços comuns manteremos o arejamento possível, mesmo que em prejuízo do conforto (aquecimento).

25. É necessário garantir que os alunos trazem todo o material que necessitam para a aula, evitando assim a partilha de materiais;
26. É totalmente desaconselhada a partilha de objetos como instrumentos, livros, partituras, telemóveis, material escolar, entre outros;
27. É também desaconselhada a partilha de alimentos e bebidas;
28. Sala de isolamento: **SALA CONTÍGUA ÀS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS DE PORTADORES DE DEFICIÊNCIA;**
29. É competência das funcionárias de serviço o auxílio e o encaminhamento para a sala de isolamento dos alunos com sintomas;

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

1. Na sala existirá termómetro, desinfetante e máscaras;
2. A sala estará limpa e desinfetada e reforçar-se-á a limpeza e desinfecção sempre que esta for utilizada.
3. Existirão sacos de plástico, 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.

O QUE FAZER PERANTE UM CASO SUSPEITO DE COVID-19 NO CMSJG?

1. Encaminhar o aluno para a área de isolamento;
2. Contactar o SNS 24 (808 24 24 24)
3. Informar imediatamente a autoridade de saúde local (delegado de saúde/unidade de saúde pública) da existência de um caso suspeito e fornecer-lhe os dados (nome, data de nascimento, contacto telefónico) para facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco;
4. Contactar o encarregado de educação;
5. Reforçar a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento;
6. Acondicionar os resíduos produzidos pelo caso suspeito em duplo saco, de plástico e resistente.

AULAS NÃO PRESENCIAIS

1. Se o aluno tiver que faltar por motivos relacionados com a pandemia COVID-19, devidamente justificados com declaração médica, poderá solicitar junto do professor a realização da aula, no horário habitual, através das plataformas digitais;
2. Caso seja necessário novo confinamento, será estudada a possibilidade de recorrer novamente à realização de aulas através das plataformas digitais.

Guarda, 15 de setembro de 2020

A Direção Pedagógica.