



ANO LETIVO 2020/2021 PLANO DE CONTINGÊNCIA (ATUALIZAÇÃO)

O presente documento foi elaborado seguindo as orientações emanadas da DGS e DGEstE e visa dar a conhecer os pontos essenciais do Plano de Contingência do Agrupamento de Escolas de Caneças.

Nele são estabelecidas as medidas e procedimentos para manter as atividades escolares e os serviços em funcionamento, promovidas as medidas de prevenção e educação da população escolar, tendo em vista minimizar e conter a propagação do vírus.

As recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do Agrupamento serão amplamente divulgados através dos meios mais adequados, diretamente aos alunos, professores e assistentes operacionais e, eletronicamente, através da página da Escola

A coordenação global do Plano de Contingência é feita pelo Diretor do Agrupamento de Escolas de Caneças, professor Fernando Costa.

Ponto focal e equipa operativa:

Ponto Focal- Professora Maria Isabel	Telef. 219809630 (ext. 774)	
Barbosa		
Ponto Focal (Substituto) - Professor	Telef219809630 (ext. 772)	
Carlos Rolo		

Todas as situações de ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19, devem ser imediatamente comunicadas a este responsável (ponto focal). Este desencadeará os contactos com a Autoridade de Saúde Pública Local (Anexo I)

Os Coordenadores de Estabelecimento, os elementos da Saúde Escolar - Enfermeira Alexandra Domingos, professora Beatriz Taborda e a chefe de pessoal não docente - Maria Cecília Caldas, são elementos fundamentais da equipa operativa.





Escola Secundária de Caneças Professora Isabel Barbosa	Telef. 219809630	
Escola Básica dos Castanheiros- Professor Hugo Carrilho	Telef. 219818150	
Escola Básica das Fontes- Professora Anabela Mendes	Telef. 210516255	
Escola Básica Francisco Vieira Caldas Professora Anabela Mendes	Telef. 219809250	
Escola Básica Cesário Verde Professora Paula Salgueiro	Telef. 219806254	
Escola Básica Artur Alves Cardoso Professora Belmira Proença	Telef. 219803853	
Escola Básica Maria Costa Professora Susana Costa	Telef. 219337012	

Todos os docentes e não docentes se encontram envolvidos direta ou indiretamente na identificação e encaminhamento de casos suspeitos.

Objetivos

Pretende-se com este Plano:

- apresentar as medidas e procedimentos estabelecidos para cada uma das Escolas do Agrupamento, a fim de contribuirmos para minimizar e conter a propagação do vírus,
- promover medidas de prevenção e educação da população escolar;
- manter em funcionamento os serviços essenciais.

Medidas de prevenção

• permitir a entrada no estabelecimento de ensino apenas a pessoas que necessitem de atendimento presencial, previamente agendado





ou, em situações de urgência, devidamente autorizado, a fim de ser evitada a concentração dentro dos espaços escolares;

- usar sempre a máscara;
- lavar e desinfetar, frequentemente as mãos com água e sabão, seguindo as indicações dadas na informação afixada nas escolas (Anexo III e IV);
- respeitar o distanciamento social;
- permanecer em casa quando se sentir doente, ligar para a Saúde 24 (800 24 24 24) e seguir as recomendações. Limitar o contacto com outras pessoas, tanto quanto possível;
- respeitar as indicações de professores e funcionários.

Medidas implementadas

- distribuição de um Kit de máscaras (3 máscaras para 25 lavagens, devidamente certificadas) a alunos a partir do 5ºano, pessoal docente e não docente;
- colocação de sinalética com a definição dos circuitos de entrada e saída dos espaços onde decorrem as aulas e serviços, pavilhão gimnodesportivo e sala de isolamento;
- divulgação de informações e procedimentos adequados, através da afixação de cartazes, nas salas de aula, corredores, casas de banho e outros espaços utilizados pelos alunos, professores e pessoal não docente;
- colocação de doseadores com solução acética de base alcoólica para desinfeção das mãos, nos espaços utilizados pelos alunos;
- implementação de Plano de Higienização (Anexo V);
- reforço da limpeza geral do espaço escolar;
- arejamento das salas de aula;
- definição de áreas de isolamento/acolhimento;
- atualização de ficheiro dos contactos telefónicos e eletrónicos de todos os alunos e respetivos encarregados de educação, número de utente e número de cartão de cidadão de todos os alunos;
- utilização de correio eletrónico, como canal privilegiado de contacto com toda a comunidade educativa, pessoal docente e não docente, alunos e encarregados de educação.





Área de Isolamento

Estão definidas as áreas de isolamento nos Planos de Ação de cada Escola de Agrupamento para encaminhamento de casos suspeitos de COVID-19.

Caso sejam identificados, em simultâneo, vários casos suspeitos, deve recorrer-se a outras salas que não estejam a ser utilizadas, para isolamento dos restantes casos suspeitos.

Em situação de caso suspeito:

- é ativado o Plano de Contingência;
- é contactado o Ponto Focal;
- o caso suspeito é encaminhado para a sala de isolamento acompanhado por um assistente operacional, onde permanecerá;
- é contactado o encarregado de educação, se o aluno for menor;
- o encarregado de educação ou o aluno maior contacta a linha SNS24;
- o ponto focal contacta a Autoridade de Saúde Local;
- seguem-se as orientações da linha SNS 24;
- o acesso às áreas de isolamento fica interditado, exceto a pessoas devidamente autorizadas. Sempre que utilizada a área de isolamento será limpa e desinfetada.

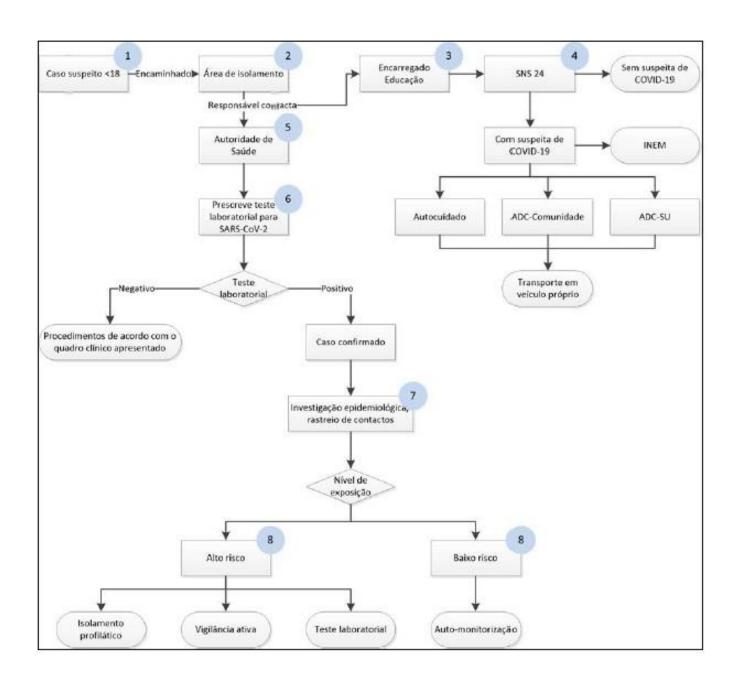
As crianças, os alunos, o pessoal docente e não docente com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se nos estabelecimentos escolares. Devem contactar o SNS24 (800 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas para o efeito e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde.

Caneças, 14 de setembro de 2020





ANEXO I - FLUXO DE INFORMAÇÃO



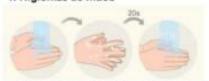




ANEXO II- TÉCNICAS DE COLOCAÇÃO DA MÁSCARA

Para Colocar a Máscara

1. Higienize as mãos



2. Coloque a máscara na posição correta

A extremidade superior da máscara é a que tem um encaixe que assenta e molda-se ao nariz.



3. Coloque a máscara do lado correto

A parte interna das máscaras é branca, enquanto a externa tem outra cor. Antes de colocar a máscara verifique se está do lado correto.



4. Coloque a máscara no rosto

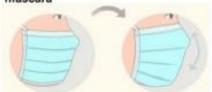
Existem diversos tipos de máscaras médicas no mercado, cada um com um método próprio de aplicação.

- √Com alças para as oreihas
- ✓De amarrar
- √Com faixas

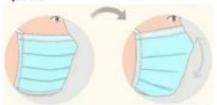
5. Ajuste a máscara no nariz



 Se necessário, amarre a tira inferior da máscara



7. Ajuste a máscara no rosto e debaixo do queixo







ANEXO III- TÉCNICAS DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus. Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

 Lavar as mãos com frequência – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água,





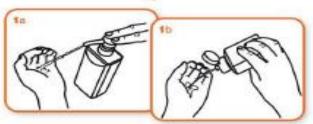


ANEXO IV - TÉCNICAS DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS COM SOLUÇÃO ACÉTICA DE BASE ALCOÓLICA

Fricção Anti-séptica das mãos



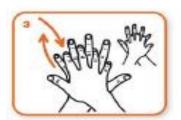
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



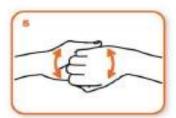
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



As paimas das mãos com dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo.



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos



Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.





ANEXO V - PLANO DE HIGIENIZAÇÃO







Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas

LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

1. Medidas gerais

Os estabelecimentos de ensino devem assegurar-se que os profissionais de limpeza estão sensibilizados para o cumprimento das regras de utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) (de acordo com anexo I) e de lavagem correta das mãos (de acordo com anexo II).

Salienta-se, ainda, a importância de cada estabelecimento de ensino ter um plano de limpeza e limpeza, devendo salvaguardar:

- A afixação de informação útil em local visível e acessível aos funcionários;
- O conhecimento sobre a utilização correta dos produtos de limpeza (detergentes e desinfetantes), de acordo com as Fichas de Dados de Segurança do produto;
- A disponibilidade de materiais de limpeza e desinfeção adequados (anexo III).

2. Procedimento

Quando se vai desinfetar uma área, as principais preocupações a ter em conta são:

Equipamentos de Proteção Individual (EPI):

 Deve ser usado equipamento que proteja o profissional, quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área onde irá operar, e que evite, ainda, que este traga agentes











contaminadores do exterior para a área da desinfeção. Sobre EPI, consultar anexo I.

· Entrada na "área suja":

- O profissional deve entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos;
- Ao entrar na "área suja", deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.

Operação dentro da "área suja":

- Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- A medida que se vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco.

· Saída da "área suja":

- No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
- Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
- Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

Resíduos:

 Os sacos de resíduos devem ser colocados no contentor ("caixote do lixo") dos resíduos indiferenciados. Estes resíduos não devem,











em caso algum, ser colocados no contentor de recolha seletiva, nem depositados no ecoponto.

 Nunca deixar os sacos de resíduos em espaços públicos, ou zonas onde possam ser mexidos.

3. Frequência de limpeza

A desinfeção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

- <u>Casas de banho</u> pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- Zonas e objetos de uso comum corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- <u>Salas de aula</u> no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Salas de professores de manhã e à tarde;
- <u>Refeitórios</u> logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e zonas de self-service.

4. Produtos e técnicas de desinfeção de espaços escolares

A limpeza e desinfeção de espaços escolares interiores utiliza os seguintes produtos e técnicas:

a) Agentes de desinfeção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70° (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio), siga as indicações do **anexo IV.**











b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- Balde e esfregona para o chão;
- ii. Panos de limpeza descartáveis ou panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, se houver condições para serem lavados e desinfetados pelo calor, em máquina de lavar;
- Sempre que possível, deixar as superfícies humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.

c) Ordem de limpeza dos espaços fechados (Salas de aula, salas de professores, entre outros):

A limpeza deve começar de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída. O chão deverá ser a último a ser limpo.

Ter especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

d) Procedimento gerais

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- Enxaguar as superfícies só com água;
- · Deixar secar ao ar, sempre que possível.











e) Procedimentos específicos

- Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores (se existirem); torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- Chão (último a limpar): deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização, conforme anexo IV e instruções do fabricante.
- Instalações sanitárias: devem ser lavadas, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1) porque é de mais fácil e rápida aplicação e desinfeção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte seguência:

- Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
- De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:

2.1. Parte interior:

- Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos;
- Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- Volte a puxar a água.











2,2, Parte exterior:

- Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa;
- Esfregar com o pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados);
- Passar o pano só com água;
- Deixar secar ao ar:
- Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras,

O chão deve ser lavado como descrito anteriormente,

Refeitórios:

Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando agentes de limpeza e desinfeção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

Os profissionais da área de preparação e confeção dos alimentos devem:

- Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
- Lavar as mãos com água e sabão imediatamente antes e após a manipulação de alimentos crus ou antes e após a utilização da casa de banho;
- Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Cumprir a etiqueta respiratória.











Referências:

- Australian Government. Department of Health Information for universities, higher education and vocational education facilities, their students and staff.
 - Disponível online em: https://www.health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-information-for-universities-higher-education-and-vocational-education-facilities
- CDC: Interim Guidance for Administrators of U.S. Institutions of Higher Education. cdc.gov/COVID19.https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-ihe-response,html
- CDC: How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu. July 31, 2018. Disponível online em: https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm
- CDC. Illlinois Department of Public Health. Pandemic COVID-19 Checklist: K-12 School Administrators.
 - Disponível online em: https://www.cdc.gov/nonpharmaceutical-interventions/pdf/pan-flu-checklist-k-12-school-administrators-item2.pdf
- CDC: Interim Guidance for Administrators of US Institutions of Higher Education. Plan, Prepare, and Respond to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19),
 - Disponível online em: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/quidance-administrators-college-higher-education.pdf
- Department of Health New York, Andrew M. Cuomo et al. Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19, April 8, 20202. Disponível online em: https://www.44thward.org/news/interim-cleaning-and-disinfection-guidance-for-chicago-public-schools-primary-and-secondary-schools-for-covid-19/
- Norma n.º 007/2020, de 29 de março da DGS Equipamentos de Proteção Individual (EPI). https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020.aspx
- Orientação n.º 014/2020, de 21 de março, da DGS Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares. https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacae-n-0142020-de-21032020.aspx











ANEXO I

Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza

- Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.





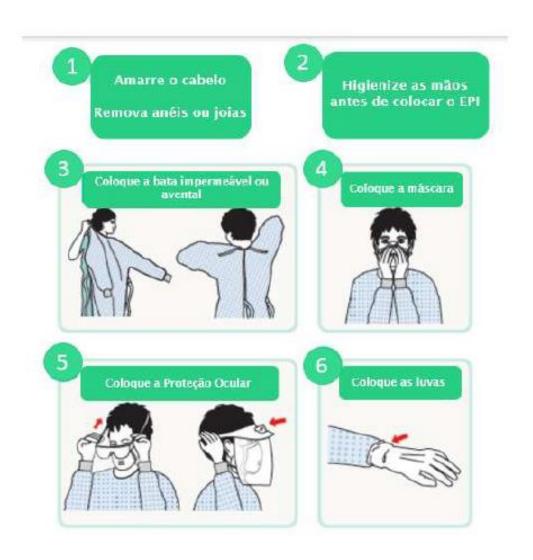






ANEXO I

SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI













ANEXO I

SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI







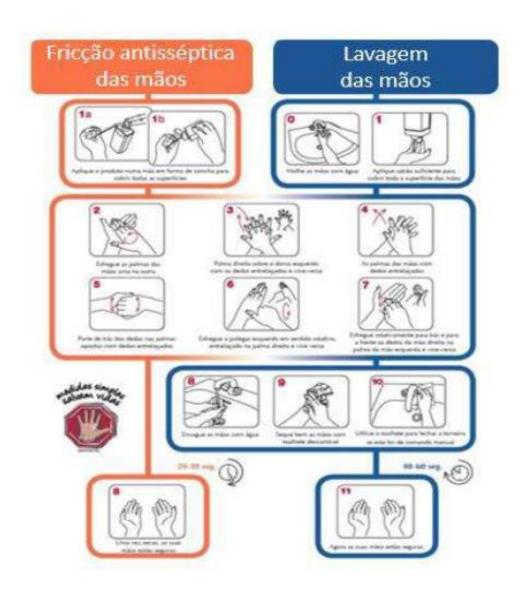






ANEXO II

Técnica de Higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão













ANEXO III

Materiais de limpeza

Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo), de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.

MATERIAIS LIMPEZA	IMAGEM	COMENTÁRIOS	
Pulverizador manual (bem rotulado)		Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos	
Panos de limpeza		Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável; Se forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfeção pelo calor em máquina de lavar.	
Balde		O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização;	
Esfregona		O balde e esfregona usados nas casas de banho não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços	











ANEXO IV

Preparação da solução à base do hipodorito de sódio (diluição de 1/100)

Concentração original do hipoclorito de sódio de 5% de cloro ativo	Quantidade final de solução pretendida 1000ppm	Volume de hipoclorito de sódio	Volume de água
	1 Litro	10 mililitros	990 mililitros
	5 litros	50 mililitros	4,950 litros
	10 litros	100 mililitros	9,900 litros

Notas:

- 1 Preferir sempre a solução de hipoclorito de sódio adquirida no mercado, já <u>pronta a</u> <u>usar</u>, sem ter de fazer diluições.
- 2 Dijuição: deitar primeiro no bajde a quantidade de água que se pretende e adicionar, de seguida, a quantidade do desinfetante, para evitar acidentes por salpicos. Seguir sempre as instruções do fabricante inscritas nos rótulos dos produtos para as dijuições.
- 3 Segurança no uso de desinfetantes e seu acondicionamento: rotular bem os frascos dos desinfetantes; não colocar desinfetantes em garrafas de água; manter os desinfetantes em local inacessível a crianças.