



PLANO DE RETOMA DA ATIVIDADE PRESENCIAL

**PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO, CONTROLO E VIGILÂNCIA DA
SAÚDE DOS ESTUDANTES/ COLABORADORES CONTRA O COVID-19**



**ORIENTAÇÃO N.º 006/2020 DA DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE E COM O APOIO DOS SERVIÇOS DE
SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO**

Índice

| | | |
|--------|--|----|
| 1. | OBJETIVO | 3 |
| 2. | ÂMBITO | 3 |
| 3. | ENQUADRAMENTO LEGAL | 3 |
| 4. | DEFINIÇÃO | 3 |
| 5. | VIAS DE TRANSMISSÃO | 4 |
| 6. | PLANO DE CONTINGÊNCIA | 6 |
| 6.1. | Identificação dos efeitos que a infeção do(s) trabalhador(es) pode causar na empresa | 6 |
| 6.2. | Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhador(es) | 10 |
| 6.2.1. | Área de “isolamento” e o(s) circuitos até à mesma | 10 |
| 6.2.2. | Procedimentos num caso suspeito com sintomas | 12 |
| 6.2.3. | Procedimentos num caso suspeito validado | 14 |
| 6.2.4. | Procedimentos de vigilância de contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um caso confirmado de COVID-19 | 17 |
| 6.2.5. | Procedimentos internos básicos para higienização das mãos | 21 |
| 6.2.6. | Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica | 22 |
| 6.2.7. | Procedimentos de etiqueta respiratória | 23 |
| 6.2.8. | Procedimentos de informação e formação dos trabalhadores | 24 |
| 6.2.9. | Procedimentos de conduta socioeconómica | 24 |

1. OBJETIVO

O presente plano de contingência visa a definição de procedimentos técnicos de atuação relativamente à prevenção, contra os efeitos de contágio do coronavírus COVID-19 no Instituto Superior de Saúde (ISAVE). De igual modo, estabelece logaritmos de atuação relativamente à despistagem de potenciais situações de risco, assegurando medidas de cariz social e de saúde que assegurem a redução dos efeitos de transmissão e consequentemente minimizem o impacto socioeconómico na organização.

A informação disponibilizada teve como linhas de orientação a atualização diária da informação disponibilizada no sítio da DGS, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença.

2. ÂMBITO

Os procedimentos estabelecidos no plano de contingência abrangem todos os colaboradores da organização, assim como, estudantes, clientes, utentes e ou fornecedores que estabeleçam relações de proximidade e ou contacto com estes.

3. ENQUADRAMENTO LEGAL

Orientação n. 002-2020 de 25/01/2020, Infecção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV);

Orientação n. 02A/2020 de 09/03/2020, Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) – Nova definição de caso;

Orientação n. 003-2020 de 30/01/2020, Prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (2019- nCoV);

Orientação n. 006-2020 de 26/02/2020, Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas;

Orientação n. 011-2020 de 17/03/2020, Medidas de prevenção da transmissão direta no atendimento público; COVID-19;

Informação 003/2020 de 20/02/2020, Recomendações para viajantes;

Informação 005/2020 de 27/02/2020, Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus;

Informação 006/2020 de 28/02/2020, COVID-19: Recomendações para eventos públicos e eventos de massa;

Informação 014/2020 de 21/03/2020, COVID-19: Limpeza e desinfecção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares.

4. DEFINIÇÃO

“O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infeção é ainda desconhecida. Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora não se

conheçam ainda mais pormenores.”¹ A OMS declarou Emergência de Saúde Pública Internacional na sequência dos surtos de contágio e proliferação existentes. Atualmente, assiste-se a um cenário de transmissão da infeção no enquadramento nacional.

5. VIAS DE TRANSMISSÃO

São consideradas as seguintes vias de transmissão do COVID-19:

– Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra)

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 infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

– Pelo contacto direto com secreções infecciosas

O 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), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

– Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron)

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

6. PLANO DE CONTINGÊNCIA

O ISAVE tem um plano de contingência específico de modo a dar resposta a um potencial cenário de epidemia gerado pelo novo coronavírus.

O plano de contingência dá resposta a três questões essenciais:

1. Quais os efeitos que a infeção de trabalhador(es)/estudante (s) por SARS-CoV-2 pode causar no ISAVE?
2. O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhador(es)/estudante(s)?
3. O que fazer numa situação em que existe um trabalhador(es)/estudante(s) suspeito(s) de infeção por SARS-CoV-2 no ISAVE?

6.1. Identificação dos efeitos que a infeção do(s) trabalhador(es)/Estudantes pode causar na empresa

O ISAVE está preparado para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não ir trabalhar, ou estudantes não poderem ir para o instituto, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

Assim, são estabelecidas as seguintes orientações de avaliação:

| Atividades desenvolvidas pela organização imprescindíveis de dar continuidade |
|--|
| Serviço de secretaria (marcação prévia para visitantes - secretaria@isave,pt) |
| Biblioteca (sem requisição de livros) e informática (marcação prévia - secretaria@isave,pt) |
| Aulas práticas e avaliações de algumas unidades curriculares revistas pelo Conselho Pedagógico |
| Época de exames Normal e Recurso |
| Uso de uma sala para almoço com as regras de higiene e segurança a cumprir |
| Usar ginásios para treino mediante disponibilidade (marcação prévia - secretaria@isave,pt) |

| Condições. Específicas para que as atividades ocorram com segurança * |
|--|
| Redução das turmas para 8-12 estudantes |
| Blocos de 3/ 4 horas seguidas (intervalos na sala) |
| Horários desfasados entre as turmas (de segunda a sábado e pós-laboral) |
| Evitar horários longos durante o dia |
| Uso obrigatório de máscaras na instituição e recurso ao desinfetante de mãos disponível |
| Uso obrigatório dos EPIs nas aulas (Práticas/ laboratoriais) que irão decorrer presencialmente |
| Cumprir com o distanciamento social identificado com marcas no espaço |
| Uso de bata obrigatória no laboratório |
| Cada sala terá um cesto para material sujo |

*Estas medidas e outras de cariz mais específicas, em função da unidade curricular em questão serão informadas aos estudantes previamente

6.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhador(es)/estudante(s) Área de “isolamento” e o(s) circuitos até à mesma

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

A área de “isolamento” é **Sala 5 no piso 1** que tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores/estudantes com o trabalhador/estudante doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, critérios referidos no ponto 6) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores/estudantes.

A área de “isolamento” Sala 5 no piso 1 possui:

- Ventilação natural;
- É equipada com telefone e cadeira.
- Em termos de material imprescindível, o espaço disponibiliza:
- Um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) disponível no interior.

No acesso a esta área possui um 2º contentor para, aquando da saída da área, permite a recolha dos EPI's usados na intervenção;

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA), com pelo menos 70% de álcool, que deverá ficar disponível no interior e no acesso exterior a esta área;
- Toalhetes de papel;
- Máscara (s) cirúrgica (s) – máscara tem um uso viável de 3 a 4 horas;
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.
- Um “kit” com água e alguns alimentos não perecíveis (bolachas ou barras de cereais por exemplo).
- Próxima desta área de isolamento, existe uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador/Estudante com Sintomas.
- A área de isolamento tem um acesso fácil e permite uma saída fácil para o exterior, de modo a evitar contactos com os restantes trabalhadores/estudantes.
- A organização estabeleceu o circuito quando um Trabalhador/Estudante com sintomas se dirige para a área de “isolamento”. Na deslocação do Trabalhador/Estudante com sintomas, são evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores/estudantes nas instalações.

Sala 5 | Piso 1

Todos os trabalhadores/estudantes têm conhecimento da localização da sala de isolamento e do circuito até ao local do isolamento.

6.2.1. Procedimentos num caso suspeito com sintomas

Se se identificar um estudante, professor ou assistente com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a Presidente (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência. O A Presidente aciona o Plano de Contingência.

Devem ser asseguradas as seguintes medidas:

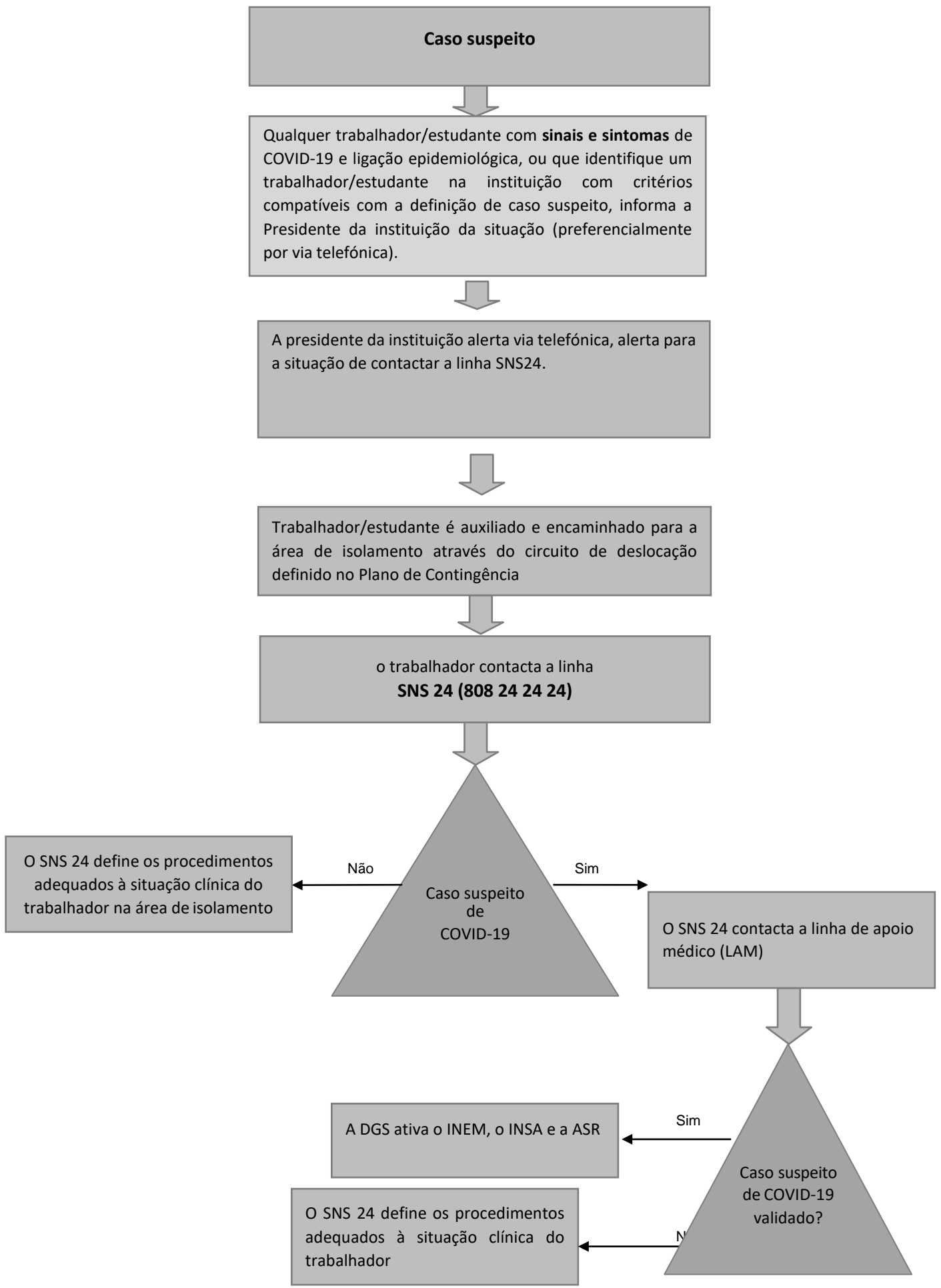
- Assegurar uma distância de segurança superior a 1 metro do doente;
- Utilizar, momentos antes de iniciarem a assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis;
- Cumprir o controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o trabalhador/estudante doente;
- Na área de isolamento, o trabalhador/estudante suspeito irá usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir;
- A máscara será colocada pelo próprio trabalhador/estudante;
- Será verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel)
- Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador/estudante deve substituí-la por outra.

Após avaliação do profissional de saúde do SNS 24 o trabalhador /estudante é informado do resultado.

Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19 o profissional de saúde do SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador/estudante;

Se se tratar de caso suspeito de COVID-19, o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:

- Caso Suspeito Não Validado, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador/estudante. O trabalhador/estudante informa da não validação, e este último irá informar o médico do trabalho responsável/médico de família.
- Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.



6.2.2. Procedimentos num caso suspeito validado

- O Caso suspeito validado deve permanecer na área de “isolamento” até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste trabalhador/estudante com outro(s) trabalhador(es)/estudante(s). Serão evitadas deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações da organização;
- O trabalhador/estudante doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- O acesso dos outros trabalhadores/estudantes à área de “isolamento” estará interdito (exceto) às pessoas designadas para prestar assistência);
- A diretora do ISAVE colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- A diretora do ISAVE informa o médico do trabalho ou médico de família responsável pela vigilância da saúde do trabalhador/estudante;
- A diretora do ISAVE informa os restantes trabalhadores/estudantes da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência;
- 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 o diretor da escola dos resultados dos testes laboratoriais e:
 - Se o Caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;
 - 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:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;

- Reforçar a limpeza e desinfecção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfecção do posto de trabalho do doente confirmado ou local onde os estudantes estavam (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.
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho/médico de família, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

6.2.3. Procedimentos de vigilância de contactos próximos (trabalhadores/estudantes assintomáticos) de um caso confirmado de COVID-19

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador/estudante que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19.

Será efetuado um registo interno de contactos com o Caso Suspeito, contactos esses que serão analisados como de “Alto risco de exposição” ou de “Baixo risco de exposição”; essa avaliação será da responsabilidade da Entidade Local de Saúde Pública em estreita colaboração com os serviços de Medicina do Trabalho/Médico de Família.

O tipo de exposição do contacto próximo determinará o tipo de vigilância (Vide fluxograma Trabalhador assintomático).

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- “Alto risco de exposição”
- “Baixo risco de exposição”

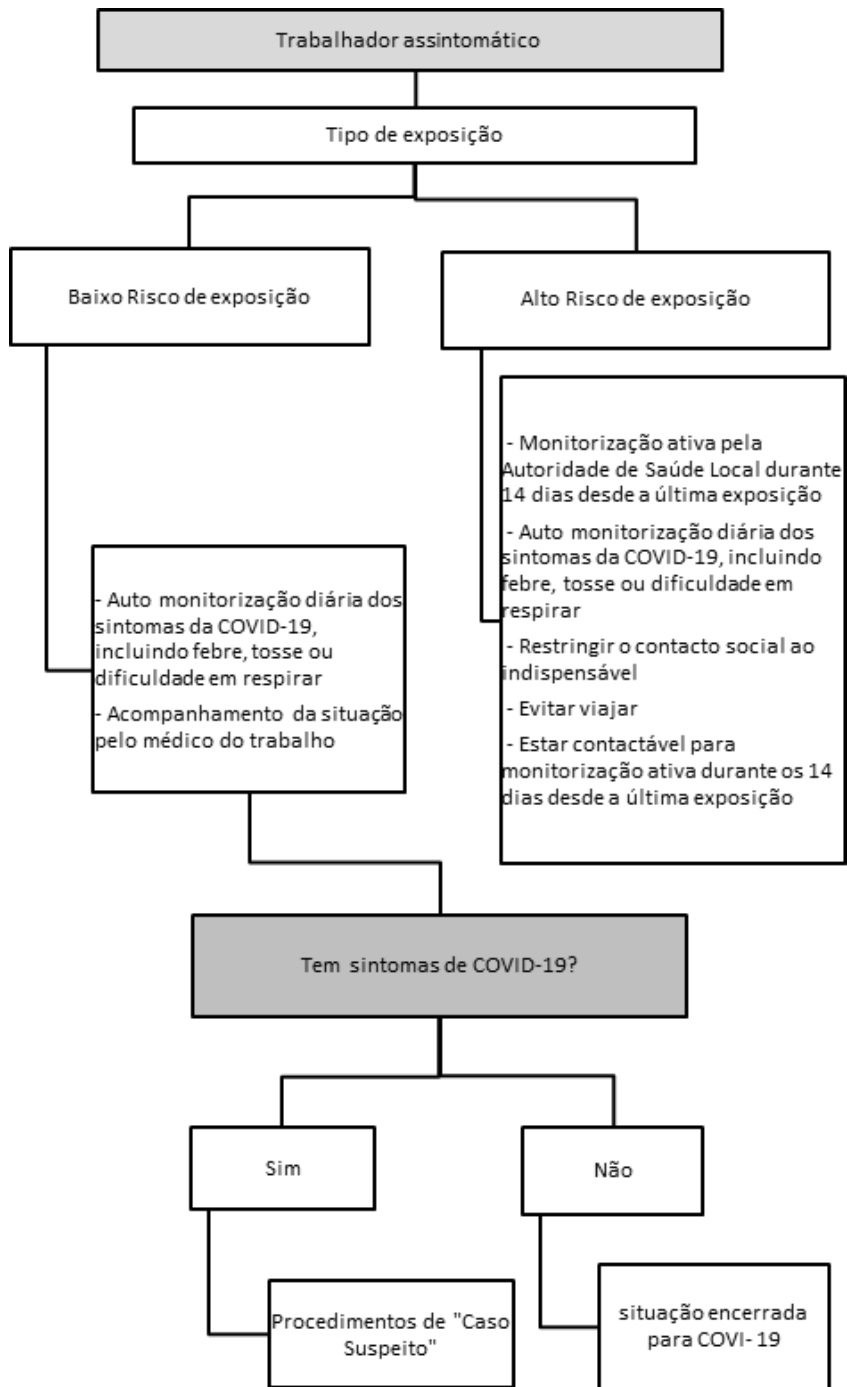
Assim, os procedimentos de vigilância a adotar devem ser:

| Vigilância de contactos próximos | |
|---|--|
| “Alto risco de exposição” | “Baixo risco de exposição” |
| <ul style="list-style-type: none">- Identificação dos contactos próximos;- Contacto com o Médico do Trabalho/Médico de Família em estreita articulação com a Autoridade de Saúde Pública Local, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição e alto risco de exposição;- Para as pessoas determinadas com alto risco de exposição: seguir as indicações dadas pela Unidade de Saúde Pública, nomeadamente encaminhar os trabalhadores/estudantes para casa (período de restrição social), monitorização diária dos sintomas - (Vide fluxograma Trabalhador assintomático) - (febre, tosse, dificuldade em respirar);- Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;- Restringir o contacto social ao indispensável;- Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.- Passado o período de 14 dias e se nenhum sintoma surgir, após o regresso, encaminhar os trabalhadores/estudantes para consulta de Medicina do Trabalho/Médico de Família; | <ul style="list-style-type: none">- Identificação dos contactos próximos;- Contacto com o Médico do Trabalho/Médico de Família em estreita articulação com a Autoridade de Saúde Pública Local, para determinação do nível de exposição: baixo risco de exposição e alto risco de exposição;- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;- Evitar viajar- Restringir o contacto social ao indispensável |

- Ainda na possibilidade de serem encaminhadas pessoas para isolamento profilático (tendo em conta os critérios epidemiológicos supracitados), o serviço de Saúde Ocupacional ou os Recursos Humanos devem assegurar a entrega de uma Ficha de Registo Individual de Sintomas, aos casos registados (ver anexo).

Este documento visa servir de guia orientador à pessoa que cumpre o isolamento, dando enfoque aos sintomas a ter em alerta, como também permite um registo da evolução da situação de saúde / doença da pessoa.

Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (trabalhadores/estudantes assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 (trabalhador).



6.2.4. Procedimentos internos básicos para higienização das mãos

- Lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
- Afixação da lavagem de mãos nos WC's, bar da ISAVE, da Norma da DGS de Higienização das mãos nº 007/2019 de 16/10/2019;



Molhe as mãos



Aplique o sabão em quantidade suficiente para cobrir toda a palma



Esfregue uma palma contra a outra



Palma direita sobre dorso esquerdo com dedos entrelaçados. Depois inverta



Palma contra palma com dedos entrelaçados



Esfregue as costas dos dedos, uma mão contra a outra



Esfregue o polegar de cada mão de forma rotacional



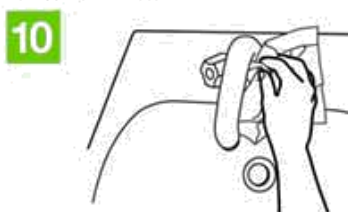
Esfregue as palmas das mãos com as pontas dos dedos em forma circular



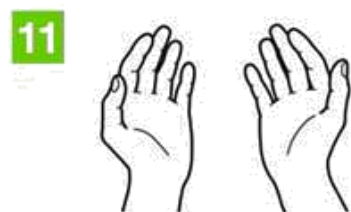
Enxague as mãos com água



Seque bem as mãos



Use o papel-toalha para fechar a torneira



Suas mãos estão limpas e seguras

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) disponibilizada em todos os locais estratégicos, onde se verifica maior afluência de pessoas: recepção, zona de refeições, registo biométrico, balcões de atendimento;

- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que serão eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, será prevista a limpeza e desinfecção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como, a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um Caso Confirmado no ISAVE;
- Não será utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;
- O planeamento da higienização e limpeza está previsto relativamente aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfecção das superfícies será realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante;
- Irá ser realizada a sensibilização e a formação das pessoas envolvidas nas tarefas de limpeza e higienização, assim estão afixados os procedimentos de limpeza e higienização das mãos nos locais apropriados (Instalações sanitárias, lavatórios,);
- Os profissionais de limpeza utilizam farda limpa em cada turno.

6.2.5. Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica

- Higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara;
- Após remover a máscara deve ser colocada no contentor do lixo;
- Na área de isolamento, o trabalhador/estudante suspeito usará uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir;
- A máscara será colocada pelo próprio trabalhador/estudante;
- Ajustar bem a máscara (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel);
- Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador/estudante deve substituí-la por outra.


6.2.6. Procedimentos de etiqueta respiratória

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- Tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel;
- Higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);
- Afixação em locais de espera e ou de entrada nas instalações cartazes informativos relativos às recomendações de etiqueta respiratória.

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



The infographic is titled "RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS" and is divided into three columns. Each column features an illustration at the top, followed by text in Portuguese and English. The first column shows a man coughing into his elbow. The second shows hands being washed with soap and water. The third shows a woman standing in a red oval with a 1m diameter, representing a social distancing zone.

| Portuguese | English | |
|--|---|--|
|  <p>Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo</p> |  <p>Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool</p> |  <p>Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas</p> |
| <p>When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash</p> | <p>Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol -based solution</p> | <p>If you returned from an affected area, avoid contact close with people</p> |

6.2.7. Procedimentos de informação e formação dos trabalhadores/estudantes

- Divulgação do plano de contingência da empresa a todos os colaboradores/estudantes através do site do ISAVE;
- Divulgação das medidas gerais de prevenção e contenção e atualização regular da informação sobre a doença;
- Promoção de ações de esclarecimento aos trabalhadores/estudantes, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir;
- Divulgar aos colaboradores/estudantes as vias de comunicação perante os casos suspeitos, assim como, está disponível no ISAVE, em local acessível, os contactos do Serviço de Saúde do Trabalho e, se possível, do(s) médico(s) do trabalho responsável(veis) pela vigilância da saúde dos trabalhadores do ISAVE:

| Entidade | Telefone |
|--|--------------|
| Autoridade Local de Saúde | 253 909 230 |
| Santa Casa da Misericórdia de Vila Verde | 253310936 |
| Técnico (a) de Segurança no Trabalho - | 253310936 |
| Médico do trabalho | 917209934 |
| SNS 24 | 808 24 24 24 |

6.2.8. Procedimentos de conduta socioeconómica

Tendo em consideração a avaliação de risco e a fase de alerta para o COVID 19, o ISAVE deve estabelecer procedimentos de conduta social e económica.

A Direção Geral de Saúde estabeleceu três níveis de alerta (vide figura) que mediante a sua avaliação devem ser considerados pela organização na fundamentação dos seus procedimentos internos.

| Fase de preparação | | Não existe epidemia ou epidemia concentrada fora de Portugal |
|---------------------|------------------------|---|
| Fases de resposta | 1 - Contenção | 1.1. Epicentro identificado fora de Portugal, com transmissão internacional |
| | | 1.2. Casos importados na Europa |
| | 2 - Contenção alargada | 2.1. Cadeias secundárias de transmissão na Europa |
| | | 2.2. Casos importados em Portugal, sem cadeias secundárias |
| | 3 - Mitigação | 3.1. Transmissão local em ambiente fechado |
| | | 3.2. Transmissão comunitária |
| Fase de recuperação | | Atividade da doença decresce em Portugal e no Mundo |

Figura1. Níveis das fases de preparação, resposta e recuperação

Assim, tendo em consideração a avaliação de risco atualizada pela DGS em articulação com as atividades desenvolvidas pela organização, serão definidas ações que permitam uma resposta adequada à conjuntura existente:

a) Fase de contenção

- Recomendação aos colaboradores/estudantes para não efetuarem viagens para as zonas designadas de risco;
- Os colaboradores/estudantes e ou famílias / crianças regressadas de áreas com transmissão comunitária ativa que apresentarem sintomatologia devem ligar para o SNS 24 808 24 24 24;
- Os colaboradores e ou famílias / estudantes regressados de áreas com transmissão comunitária ativa que não apresentem sintomatologia (assintomáticos), recomenda-se que façam um período de quarentena voluntária;
- Os colaboradores/estudantes devem estar alerta para os seus sintomas respiratórios (febre e/ou tosse e/ou dificuldade respiratória), familiares e estudantes e nesta situação questionar os envolvidos sobre os critérios de caso suspeito (história de viagem para áreas de transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início dos sintomas ou contacto com caso confirmado ou provável nos 14 dias antes do início dos sintomas);
- Alteração da frequência e forma de contacto entre os colaboradores e entre estes e os familiares e estudantes, evitando o aperto de mão;
- Diligenciar informação sobre o vírus COVID-19, de modo a sensibilizar todos os colaboradores, estudantes e familiares diretos sobre as formas de transmissão e medidas preventivas;
- Estabelecer procedimentos de higienização a todos os familiares dos estudantes, aquando da visita às instalações da escola;
- As entradas na instituição só podem ser realizadas se não se verificar sintomatologia da doença nas pessoas e estas não tiverem regressado de uma área de transmissão comunitária ativa nos 14 dias antecedentes.

b) Fase de contenção alargada

- Recomendação aos colaboradores/estudantes para não efetuarem viagens para as zonas designadas de risco;
- Os colaboradores e ou famílias / estudantes regressados de áreas com transmissão comunitária ativa que apresentarem sintomatologia devem ligar para o SNS 24 808 24 24 24;
- Os colaboradores e ou famílias / estudantes regressados de áreas com transmissão comunitária ativa que não apresentem sintomatologia (assintomáticos), recomenda-se que façam um período de quarentena voluntária;
- Assegurar que a forma de contacto entre os colaboradores e entre estes e os familiares e estudantes, evitando o aperto de mão ou beijos se mantenha e estabelecer o uso de máscara cirúrgica a todos os colaboradores/estudantes;
- Estabelecer procedimentos de higienização a todos os familiares dos estudantes e o uso de máscara cirúrgica, aquando da visita a efetuar às instalações;
- Bloqueio dos bebedouros escolares;

c) Fase de mitigação

- Assegurar que os meios de mobilização social dos colaboradores sejam controlados, de modo que estes evitem o contacto e permanência exterior em zonas com grande aglomerado de público;
- Atendimento de fornecedores, realizado numa área isolada evitando a exposição prolongada com os colaboradores da organização;
- Atividades socioculturais, desportivas e de recreio suspensas no exterior;
- Redução do tamanho das turmas de modo a aumentar a área de distância entre os estudantes;
- Ponderar o encerramento da escola na sua totalidade e ou parcialmente, mantendo-se os restantes serviços em funcionamento e algumas atividades letivas não presenciais, com o auxílio dos meios tecnológicos (telescola);
- Garantir que o atendimento ao público se faz com a distância apropriada (pelo menos 1 metro, idealmente 2) garantindo sinalização devida - nomeadamente através de marcas e sinalética no chão e ou através de barreiras físicas que limitem a proximidade entre os colaboradores e os utentes (ex.: colocação de barreira de acrílico que limite a exposição);
- Considerar a possibilidade de estabelecer, no interior dos estabelecimentos, algumas barreiras físicas que limitem a proximidade entre os colaboradores e os utentes (ex.: colocação de “obstáculos” que evitem uma aproximação excessiva entre indivíduos);
- No caso de ser necessário proceder à entrega direta de materiais ou produtos, o responsável pela entrega deverá evitar, no limite das suas possibilidades, o contacto direto com o utente ou com quaisquer objetos pessoais do mesmo;
- Recomenda-se o uso de máscaras de proteção respiratória filtro FFP3 a todos os colaboradores com funções de atendimento e ou contacto com público;
- Rever os protocolos de limpeza e intensificar as rotinas de higienização no final da manhã e do dia escolar em conformidade com a informação 014/2020 de 21/03/2020 da DGS, nomeadamente:
 - a) Desinfetar pelo menos uma vez por dia, e com recurso a agentes adequados, todas as zonas (ex.: zonas de atendimento, balcões, gabinetes de atendimento, áreas de espera, teclados do computador, casas de banho, telefones, corrimãos, puxadores, utensílios de trabalho, secretárias, cadeiras, etc.);
 - b) Desinfetar todas as horas, e com recurso a agentes adequados, os equipamentos críticos (tais como locais puxadores, cadeiras e secretárias);
- Colocar solução antisséptica de base alcoólica - SABA – no interior das salas de aula e gabinetes administrativos e incentivar o seu uso (através, por exemplo, de pósteres).
- Assegurar que os meios de mobilização social dos colaboradores sejam controlados, de modo que estes evitem o contacto e permanência exterior em zonas com grande aglomerado de público;
- Proibição de executar atividades estudantis nas áreas com transmissão comunitária ativa;

- Distribuição de um kit de prevenção contendo máscara de proteção respiratória filtro FFP3 e soluções desinfetantes de base alcoólica (SABA) a todos os estudantes e professores que tenham de estabelecer as suas atividades em modo presencial e ou integrados em formação em contexto de trabalho nas empresas;
- Proceder ao arejamento das salas de aula e espaços de trabalho no final de cada aula e ou horário de trabalho.

d) Fase de recuperação

- Assegurar todos os procedimentos estabelecidos na fase de contenção
- Avaliar a informação disponibilizada pela DGS, assim como, a OMS relativa aos meios profiláticos da doença da frequência e forma de contacto entre os colaboradores e entre estes e seus utentes, evitando o aperto de mão

De salientar que as medidas a ser implementadas pela DGS e ou Órgãos do Governo, para cada uma das fases de alerta, serão sobrepostas às medidas estabelecidas neste plano.

No caso de surgimento de sintomatologia associada à infeção por SARS-CoV-2,

contacte [SNS 24 \(808 24 24 24\)](tel:808242424).

Não se dirija ao Serviço de Urgência Hospitalar, ou ao seu Centro de Saúde.