



Adenda ao plano de contingência de 6 de março

1- Organização geral

Tento em conta a situação epidemiológica atual passam a ser adotadas pelo Agrupamento as seguintes regras:

- Cumprimento obrigatório de utilização de máscaras para acesso e permanência nos estabelecimentos de ensino, pelos funcionários docentes e não docentes pelos alunos e demais utentes que se dirijam à escola, de acordo com a legislação vigente, a máscara deve ser colocada conforme a informação do **anexo I**;
- Obrigatoriedade de desinfeção das mãos à entrada da escola com solução desinfetante disponibilizada pelo Assistente Operacional aí presente;
- Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se na escola. Devem contactar a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde;
-
- Devem ser respeitadas as regras de etiqueta respiratória, tal como consta no **anexo II**;
- As mãos devem ser higienizadas com frequência, procedendo conforme as indicações do **anexo III**;

a) Organização Geral: Seccionamento do Espaço Escolar

- A cada turma foi atribuída uma sala de aula, de forma a que esse espaço seja sempre utilizado pelo mesmo grupo de alunos;
- Os intervalos entre as aulas foram reduzidos para 5 minutos evitando a permanência dos alunos fora da sala de aula;

- Os intervalos serão desfasados entre turmas, de forma a reduzir o encontro de alunos fora da sala de aula;

b) Organização Geral: Acesso ao Recinto Escolar

- Os alunos só podem usar o WC do pavilhão que lhe foi atribuído;

- No máximo estarão três turmas por pavilhão;

- O Bufete e a sala do aluno encontram-se encerrados, pelo que os alunos devem trazer o lanche de casa;

- Se for necessário a utilização de biblioteca, os alunos só poderão ocupar os lugares que estão devidamente assinalados com uma etiqueta;

c) Organização Geral: Disposição da Sala de Aula

- A entrada da sala de aula deve fazer-se por ordem alfabética decrescente, assim como a saída para evitar aglomerados de alunos à porta;

- Em cada sala de aula, só pode sentar-se um aluno por mesa, ficando distanciados pelos menos 1,5m;

- Não pode ser alterado a disposição das mesas, pois estas estão colocadas de forma a garantir o distanciamento entre os alunos e dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros;

- As portas das salas de aula têm de permanecer sempre abertas para evitar o toque nas maçanetas;

- Se as condições climatéricas o permitirem, nas salas de aula devem ser mantidas algumas janelas abertas;

d) Refeitórios Escolares: Organização

No refeitório a colocação das cadeiras obedece ao distanciamento de 2m entre os alunos e as mesas tem todas a mesma orientação para não haver alunos virados uns para os outros. Os os alunos à entrada no refeitório devem proceder à correta higienização das mãos com água e sabão.

2- Procedimentos Perante a Identificação de um Caso Suspeito

- Foi dado a conhecer ao pessoal docente e não docente o Plano de Contingência interno e os procedimentos perante a identificação de um caso suspeito de COVID-19;
- Perante a identificação de um caso suspeito (se detetado no estabelecimento de ensino), este deve encaminhar-se ou ser encaminhado para a área de isolamento que está devidamente sinalizada na porta;
- Deve ser contactada a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.
- A Autoridade de Saúde local deve ser imediatamente informada do caso suspeito, e devem ser fornecidos os dados (nome, data de nascimento, contato telefónico) das pessoas que integram o(s) respetivo(s) grupo(s) (alunos, pessoal docente e não docente) do caso suspeito, de forma a facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco.
- Deve proceder-se ao reforço d limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento.
- Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.

3- Higienização Ambiental na Escola

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 Assistente Operacional, quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área onde irá operar, e que evite, ainda, que este traga agentes. As regras de utilização dos equipamentos de proteção individual encontram-se no **anexo IV**;

Entrada na “área suja”:

O Assistente Operacional 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 e outros) e áreas mais frequentadas;

À 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;

o Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;

o Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;

o Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;

o Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;

o 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.

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:

- **Casas de banho** – 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;

- **Salas de aula** – no final de cada utilização diária;

- **Salas de professores** – de manhã e à tarde;
- **Refeitórios** – 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) Agentes de desinfeção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se for necessário diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio), deve seguir-se as indicações do **anexo V**.

b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- i Balde e esfregona para o chão;
- ii Panos de limpeza descartáveis ou panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, que depois serão lavados e desinfetados pelo calor, na máquina de lavar;
- iii 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; 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 desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização,

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 desinfecção. 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 sequência:

1. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;

2. 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.

3. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

Refeitórios:

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

Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeitura 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);

Garantir uma adequada limpeza e desinfecção das superfícies. Os protocolos de limpeza e desinfecção devem ser intensificados, incluindo:

a) Desinfetar, pelo menos, duas vezes por dia, e com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contato frequente (ex.: zonas de atendimento, balcões, etc.);

b) Higienizar as mesas com produtos recomendados após cada utilização.

2. Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber que:

a) O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;

b) Os alimentos prontos para comer não devem ser tocados com as próprias mãos e devem ser utilizados utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição. As luvas não substituem a lavagem das mãos ou a higiene das mãos;

c) Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção;

d) O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas durante uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário;

3. Assegurar uma boa ventilação e renovação frequente de ar, através da abertura das janelas.

Anexo I

- Correta colocação da Máscara

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1º** LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR 
- 2º** VER A POSIÇÃO CORRETA 

Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior.
- 3º** COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS 
- 4º** AJUSTAR AO ROSTO 

Do nariz até abaixo do queixo
- 5º** NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS 

DURANTE O USO

- 1º** TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA 
- 2º** NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR 
- 3º** NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA 

Se o fizer, lavar as mãos de seguida

COMO REMOVER

- 1º** LAVAR AS MÃOS 
- 2º** RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS 
- 3º** DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA 
- 4º** LAVAR AS MÃOS 

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado
- Lavar a máscara após cada utilização:
 - . pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos
 - . não usar lixívia
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
 - . as condições para uma adequada lavagem e secagem;
 - . o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODDGS



Anexo II

Medidas de Etiqueta Respiratória

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

Anexo III

Lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Applique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

Anexo IV

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.

Colocação dos EPI



Remoção dos EPI

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada.

Sequência de remoção dos EPI

1

Luvas :
A parte externa das luvas está contaminada



Higienize as mãos com água e sabão ou SABA

2

Bata ou avental :
A parte da frente da bata está contaminada



3

PROTETOR OCULAR:
A parte exterior dos Óculos ou da Viseira está contaminada



4

MÁSCARA
Higienize novamente as mãos. Não toque na frente da máscara porque está contaminada.



5

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



Anexo V

Preparação da solução à base do hipoclorito 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 pronta a usar, sem ter de fazer diluições.

2 - Diluição: deitar primeiro no balde 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 diluições.

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.

11 de maio de 2020

A Diretora

Severina Fontes