



# PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

9  
Março  
2020

# Índice

Enquadramento .....	1
1. O que é o Coronavírus? .....	1
2. Como se Transmite? .....	1
3. Principais Sintomas .....	2
4. Tempo de Incubação e Formas de Manifestação .....	2
5. Medidas de Prevenção e Controlo - Como Posso Proteger-me?.....	2
6. Como Sei se Estou Infetado? .....	2
<b>Plano de Contingência ESSPC COVID-19 .....</b>	<b>3</b>
1. Estrutura de Comando e Controlo .....	3
1.1. Cadeia de “Comando e Controlo” .....	3
1.2. Competências .....	4
1.3. Rede de Comunicação e Contactos .....	4
2. Condições Mínimas de Funcionamento da Escola .....	4
2.1. Pessoal Não Docente.....	4
2.2. Pessoal Docente .....	5
2.3. Atividades Essenciais e Prioritárias:.....	5
2.4. Alteração e/ou Cancelamento de Atividades .....	5
2.5. Possível Encerramento da ESSPC .....	5
3. Medidas de Higiene.....	6
3.1. Medidas Gerais de Higiene Pessoal.....	6
3.2. Medidas de Higiene do Ambiente Escolar .....	6
3.3. Documento de Monitorização da Manutenção, Limpeza e Desinfecção das Instalações .....	6
4. Medidas de Isolamento e Distanciamento Social.....	7
4.1. Procedimentos a Adotar pela Comunidade Educativa.....	7
4.1.1. É da responsabilidade dos Pais/EE.....	7
4.1.2. É da responsabilidade dos restantes membros da comunidade educativa.....	7
4.1.3. Entrada dos fornecedores de bens ou serviços.....	7
5. Situação Suspeita de Doença .....	8

---

5.1. Sala de Isolamento.....	8
5.2. Acompanhamento de Indivíduos com Sintomas na Sala de Isolamento.....	8
5.3. Situação Confirmada de Infecção .....	9
5.4. Vigilância dos Contactos Próximos .....	9
5.5. Comunicação de Ausência por Sintomas ou Doença Confirmada.....	10
6. Divulgação e Avaliação do <b>Plano de Contingência ESSPC COVID-19</b> .....	10

## Índice de Figuras

Figura 1- Cadeia de comando e controlo do <b>Plano de Contingência ESSPC COVID-19</b> .....	4
Figura 2 – Área de Isolamento .....	8

## Índice de Tabelas

Tabela 1 – Número mínimo de elementos por serviço .....	5
---	---

## ENQUADRAMENTO

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as *Autoridades de Saúde Nacionais* determinam, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

A *Escola Secundária de São Pedro da Cova, Gondomar (ESSPC)*, elaborou o presente documento, designado por **Plano de Contingência ESSPC COVID-19**, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 2 de março, e tendo por base as informações e orientações da Direção-Geral de Saúde (DGS), das quais se destacam a *Informação* 005/2020, de 27 de fevereiro, e a *Orientação* 006/2020, de 26 de fevereiro, onde define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta da ESSPC, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade.

O **Plano de Contingência ESSPC COVID-19** pretende elencar medidas de antecipação e gestão do impacto, em toda a comunidade escolar, numa eventual situação de contágio, visando:

1. Preparar procedimentos para minimizar as condições de propagação do vírus e manter os serviços essenciais em funcionamento;
2. Dar resposta às necessidades de informação, quer no interior como no exterior do espaço escolar;
3. Preparar procedimentos a adotar face a uma situação em que existam suspeitos de infeção em espaço escolar.

A aplicação das medidas previstas neste **Plano de Contingência ESSPC COVID-19**, não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

### 1. O QUE É O CORONAVÍRUS?

Os *coronavírus* são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

### 2. COMO SE TRANSMITE?

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

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 e ainda através do 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).

### 3. PRINCIPAIS SINTOMAS

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

- Febre;
- Tosse;
- Falta de ar (dificuldade respiratória);
- Cansaço.

### 4. TEMPO DE INCUBAÇÃO E FORMAS DE MANIFESTAÇÃO

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 medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

As medidas preventivas no âmbito do *COVID-19* têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

### 5. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO - COMO POSSO PROTEGER-ME?

Nas áreas afetadas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão da doença:

- Evitar contacto próximo com doente/s com infeção respiratória;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente, após contato direto com pessoa/s doente/s;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel ao lixo);
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

### 6. COMO SEI SE ESTOU INFETADO?

Se tem febre, tosse e dificuldade respiratória e se regressou recentemente da China e/ou Itália ou contactou com um caso, provável ou confirmado, de *COVID-19*, **ligue para a Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24** e siga as orientações dos profissionais de saúde.

# PLANO DE CONTINGÊNCIA ESSPC COVID-19

## 1. ESTRUTURA DE COMANDO E CONTROLO

A coordenação global do **Plano de Contingência ESSPC COVID-19** será assumida pela Direção da ESSPC, devidamente apoiado por uma equipa operativa, em articulação com a *Delegação de Saúde de Gondomar*, a *Linha de Saúde 24*, Pais/EE e outras entidades relevantes.

- **Coordenadora:**
  - Célia Moreira, Subdiretora;
- **Equipa Operativa:**
  - **Equipa do Projeto Educar para a Saúde:**
    - Isabel Fernandes, Docente - Coordenadora;
    - Conceição Brito, Docente;
    - Carla Lixa, Docente;
    - Nazaré Sousa, Docente;
    - Manuela Rodrigues, Docente;
  - **Comissão de Pais / Encarregados de Educação:**
    - Representante dos Pais/E.E. de cada turma;
  - **Comissão de Pessoal Não Docente:**
    - Aida Gonçalves, Coordenadora Técnica;
    - Cecília Ribeiro, Encarregada Operacional;
    - Paulo Silva, Assistente Operacional afeto à Portaria;
    - Assistentes Operacionais de cada piso (de acordo com o seu horário).
  - **Acompanhamento de indivíduos infetados na sala de isolamento:**
    - Responsável / Substituto:
      - Paula Pinto / Manuela Magalhães;
      - Alexandra Sousa / Rosa Costa.

Na ausência da Coordenadora, a mesma será substituída, em primeiro lugar, pela Diretora da ESSPC ou, na ausência desta, por um dos adjuntos da Diretora.

### 1.1. CADEIA DE “COMANDO E CONTROLO”

A figura seguinte (figura 1) representa a *cadeia de comando e controlo* do **Plano de Contingência ESSPC COVID-19**:

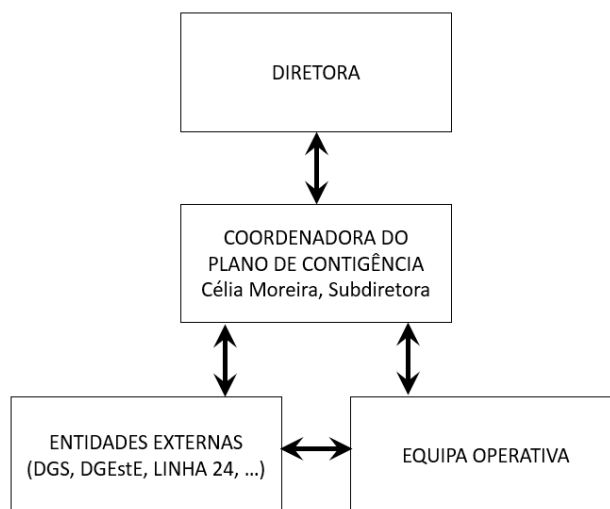


Figura 1- Cadeia de comando e controlo do *Plano de Contingência ESSPC COVID-19*

## 1.2. COMPETÊNCIAS

A seguir descreve-se as competências dos envolvidos no *Plano de Contingência ESSPC COVID-19*:

- **Coordenadora do Plano de Contingência ESSPC COVID-19:** supervisionar todas as ações implícitas no *Plano de Ação da Equipa Operativa*, em articulação com as *Entidades Externas*;
- **Equipa Operativa** – organizar/controlar/executar, em articulação com as *Entidades Externas*, todas as atividades previstas no *Plano de Contingência ESSPC COVID-19*.

## 1.3. REDE DE COMUNICAÇÃO E CONTACTOS

Está disponível, na portaria da ESSPC, uma lista de todos os contactos telefónicos dos intervenientes e das entidades relevantes, nomeadamente:

- Delegado de Saúde – USP Gondomar - 224 507 400;
- Linha de Saúde 24 - 808 24 24 24;
- Unidade Familiar de Saúde de São Pedro da Cova – 224 631 186;
- Bombeiros Voluntários de São Pedro da Cova – 224 833 118;
- Escola – 926 375 730.

## 2. CONDIÇÕES MÍNIMAS DE FUNCIONAMENTO DA ESCOLA

As condições mínimas, para assegurar o funcionamento da Escola, variam em função do número de elementos presentes do pessoal docente e não docente, da possibilidade de realização das atividades essenciais prioritárias e das indicações das entidades competentes.

### 2.1. PESSOAL NÃO DOCENTE

O número mínimo de elementos do pessoal não docente para garantir o funcionamento da ESSPC está patente na tabela seguinte (tabela 1):

SERVIÇO	N.º Elementos
PORTARIA	1
BUFETE	2
MANUTENÇÃO E LIMPEZA/ APOIO ÀS ATIVIDADES LETIVAS	4
SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS	2
PBX	1
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>

Tabela 1 – Número mínimo de elementos por serviço

Não sendo atingido o valor mínimo apresentado no quadro, a Direção reorganizará os serviços e/ou horários do pessoal não docente, podendo encerrar alguns, atendendo à pertinência dos mesmos, no sentido de procurar manter a ESSPC em funcionamento.

## 2.2. PESSOAL DOCENTE

Em caso de ausência pouco significativa de professores, recorrer-se-á à permuta/substituição de aulas e gestão das disponibilidades de horário dos outros docentes, de modo a procurar assegurar ao máximo a lecionação das aulas.

No caso de o absentismo de professores ser elevado, a Direção articulará com a DGEstE e DGS as medidas a adotar.

## 2.3. ATIVIDADES ESSENCIAIS E PRIORITÁRIAS:

- Limpeza de espaços e desinfeção;
- Segurança / vigilância do edifício;
- Serviços administrativos;
- Contactos com exterior (serviços de saúde, pais e encarregados de educação, fornecedores...);
- Lecionação das aulas;
- Cumprimento do plano de emergência e evacuação da Escola.

Para a manutenção das atividades essenciais e prioritárias será assegurada a entrada de bens ou serviços, como por exemplo fornecedores, após a comunicação de informação considerada relevante e a sensibilização para o uso de máscara.

## 2.4. ALTERAÇÃO E/OU CANCELAMENTO DE ATIVIDADES

- A qualquer momento, perante indicação das entidades competentes e/ou por suspeita de infeção, poderão ser suspensas e/ou canceladas as atividades, previstas e/ou não previstas no Plano Anual de Atividades, como, por ex., visitas de estudo;
- As atividades letivas (aulas), no entanto, deverão ser mantidas até à medida do possível.

## 2.5. POSSÍVEL ENCERRAMENTO DA ESSPC

O encerramento da ESSPC será efetuado se determinado pelo Delegado de Saúde, em articulação com a DGEstE, após avaliação da situação.



No caso do eventual encerramento, fornecer-se-ão aos Pais/E.E. informações referentes ao período de encerramento e as medidas de vigilância a adotar, por escrito e/ou através da página da Escola na Internet: [www.esspc.pt](http://www.esspc.pt)

### **3. MEDIDAS DE HIGIENE**

#### **3.1. MEDIDAS GERAIS DE HIGIENE PESSOAL**

- Evitar contacto próximo com doente/s com infeção respiratória;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente, após contato direto com pessoa/s doente/s;
- Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel ao lixo);
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

#### **3.2. MEDIDAS DE HIGIENE DO AMBIENTE ESCOLAR**

- Disponibilização de dispensadores de soluções de limpeza das mãos à base de álcool, em todos os espaços das suas instalações que achar necessário (como, por ex.,: biblioteca, sala de professores, salas de informática, laboratórios...);
- Disponibilização, se necessário, de lenços de papel ou toalhetes, sempre que solicitados aos assistentes operacionais dos pisos;
- Afixação de cartazes informativos dos procedimentos de lavagem de mãos junto dos locais de lavagem;
- Limpeza e arejamento, diário, de todos os espaços utilizados pela comunidade educativa, como já é prática na nossa Escola. O professor será a pessoa responsável por deixar as janelas das salas abertas durante os intervalos, se as mesmas não permitirem o acesso pelo exterior, caso em que terá que ser assegurada a presença de alguém durante o arejamento;
- Limpeza das superfícies das mesas de trabalho, computadores, ratos e outros objetos com um desinfetante próprio;
- Limpeza de corrimãos e maçanetas de portas 3 vezes por dia, a efetuar pela assistente operacional com detergente adequado e desinfetante.
- Haverá, de fácil acesso, toalhetes de papel descartáveis e caixotes de lixo com tampa de fácil abertura para depósito dos resíduos. Estes deverão ser esvaziados e desinfetados com muita regularidade, usando sempre luvas descartáveis.

#### **3.3. DOCUMENTO DE MONITORIZAÇÃO DA MANUTENÇÃO, LIMPEZA E DESINFEÇÃO DAS INSTALAÇÕES**

Existirá um documento próprio, que será afixado no átrio da entrada da ESSPC, de monitorização da manutenção, limpeza e desinfeção das instalações nomeadamente, a limpeza/higienização regular e intensa - frequência mínima a cada 2 horas - com detergente apropriado e/ou solução antisséptica de base alcoólica de:

- Maçanetas e puxadores de portas;
- Portas de WC;

- Telefones;
- Teclados e ratos de computador;
- Interruptores;
- Torneiras e autoclismos;
- Mesas de trabalho dos alunos no final de cada período de trabalho (final da manhã e tarde);
- Outros acessórios regularmente manipuláveis

#### 4. MEDIDAS DE ISOLAMENTO E DISTANCIAMENTO SOCIAL

- Se tem febre, tosse e dificuldade respiratória, não deve frequentar a ESSPC;
- Não serão admitidos, na ESSPC, indivíduos que manifestem febre ou outros sinais de gripe, a fim de evitar o contágio de outras pessoas, sendo que, no caso de se tratarem de alunos serão contactados os Pais/EE;
- Em caso de dúvida a Equipa Operativa contactará a *Linha de Saúde 24 – 808 24 24 24 -*, e/ou o Delegado de Saúde.

##### 4.1. PROCEDIMENTOS A ADOTAR PELA COMUNIDADE EDUCATIVA

###### 4.1.1. É da responsabilidade dos Pais/EE

É da responsabilidade dos Pais/EE a avaliação do estado de saúde de cada aluno, antes de este se dirigir à ESSPC ou ao seu local de estágio, no caso dos cursos profissionais. Assim, se o seu educando apresenta a sintomatologia descrita anteriormente não deve transportá-lo à ESSPC ou ao seu local de estágio, no caso dos cursos profissionais. Deverá contactar a *Linha de Saúde 24 – 808 24 24 24 -*, e seguir os procedimentos indicados.

Os Pais/E.E. deverão informar os Diretores de Turma, que informará o Diretor de Curso no caso dos cursos profissionais em que os alunos se encontram em estágio, das doenças crónicas (como, por ex.: asma, diabetes, bronquite, etc.) dos seus educandos. Caberá ao Diretor de Turma/Diretor de Curso uma vigilância mais atenta destes casos.

Os Pais/E.E. deverão garantir a atualização permanente, junto dos DT/DC, dos seus contactos pessoais, para contacto imediato em caso de urgência.

###### 4.1.2. É da responsabilidade dos restantes membros da comunidade educativa

A comunidade educativa deve evitar a permanência em grandes grupos e evitar os cumprimentos pessoais (como, por ex.: beijos e aperto de mãos).

Sempre que um elemento da comunidade educativa apresentar os sintomas, proceder-se-á de acordo com o descrito no ponto 5 – situação suspeita de doença.

###### 4.1.3. Entrada dos fornecedores de bens ou serviços

Havendo suspeita de casos de infeção, a entrada – que se verifique estritamente necessária - dos fornecedores de bens ou serviços e elemento da Escola Segura, será efetuada com máscara a ser disponibilizada na portaria.

## 5. SITUAÇÃO SUSPEITA DE DOENÇA

Sempre que os responsáveis da ESSPC identifiquem uma situação suspeita de doença, de acordo com os sintomas descritos, entre funcionários ou alunos, designadamente a existência de sintomas de gripe, devem telefonar para a *Linha de Saúde 24 – 808 24 24 24* -, e seguir as instruções que lhes forem transmitidas, após isolamento do indivíduo, de acordo com os passos seguintes.

### 5.1. SALA DE ISOLAMENTO

A colocação numa área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados e tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.

Na ESSPC, a “Sala de Isolamento” é o gabinete médico, situado no piso -1, conforme planta explicita na figura seguinte (figura 2).

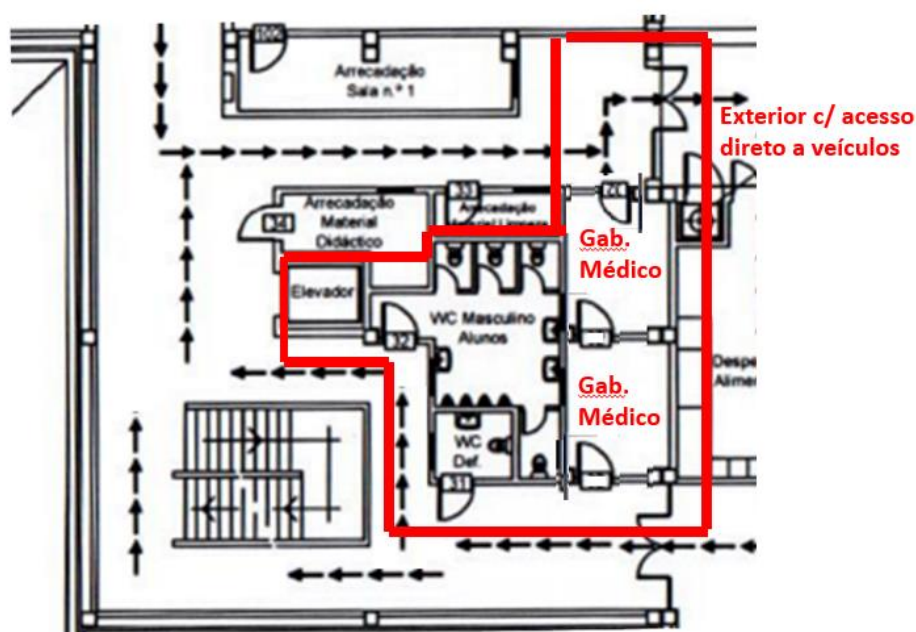


Figura 2 – Área de Isolamento

A área de isolamento - interior da figura (figura 2) delineada a vermelho – garante uma sala de isolamento, acesso por elevador, WC e acesso direto ao exterior com possibilidade de um veículo de emergência se deslocar até à porta.

### 5.2. ACOMPANHAMENTO DE INDIVÍDUOS COM SINTOMAS NA SALA DE ISOLAMENTO

A Equipa Operativa contactará, em caso de dúvida, a *Linha de Saúde 24 – 808 24 24 24* - e serão seguidas as instruções transmitidas, sendo que, entretanto, se procede ao seguinte;

- Nas situações necessárias, o responsável acompanha o indivíduo com sintomas – que deve colocar uma máscara - até à área de “Isolamento”, pelo percurso mais direto;
- Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, nomeadamente a utilização adequada de meios de contenção respiratória, etiqueta respiratória e higiene das mãos;

- No caso de uma situação de doença de um aluno, será feita igualmente a evacuação da sala onde este se encontrava, deslocando os alunos para um outro espaço e aplicando os procedimentos de higienização e desinfestação previstos ao espaço possivelmente infetado;
- No caso de uma situação de doença de um profissional (docente ou não docente), será feita a evacuação da sala onde este se encontrava aplicando-se os procedimentos de higienização e desinfestação previstos.
- No caso de se tratar de um menor, dever-se-á comunicar a situação aos Pais/EE.

### 5.3. SITUAÇÃO CONFIRMADA DE INFEÇÃO

Em caso de uma situação confirmada de infeção, a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfecção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

A ESSPC deve:

- Providenciar a limpeza e desinfecção (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 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.

### 5.4. VIGILÂNCIA DOS CONTACTOS PRÓXIMOS

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

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

- “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 expectoração, sangue, gotículas respiratórias.
- “Baixo risco de exposição” (casual):
  - 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).

### 5.5. COMUNICAÇÃO DE AUSÊNCIA POR SINTOMAS OU DOENÇA CONFIRMADA

No caso de um aluno/profissional (docente ou não docente) informar que está em casa com sintomas da doença, ou com a doença, deve proceder-se da seguinte forma:

- Identificação dos espaços frequentados e listagem dos contactos próximos estabelecidos.
- Reforço das medidas de limpeza e higienização dos espaços e materiais utilizados.
- Reforço da vigilância das pessoas que estiveram em contacto de maior proximidade em contexto escolar.
- Justificação das ausências de acordo com o já previsto.

## 6. DIVULGAÇÃO E AVALIAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA ESSPC COVID-19

O *Plano de Contingência ESSPC COVID-19*, foi elaborado de acordo com as orientações emanadas pela Direção Geral de Saúde e DGEstE e será:

- Divulgado pela Escola e explicado a todos os membros da comunidade educativa;
- Publicado na página eletrónica da ESSPC – [www.esspc.pt](http://www.esspc.pt) - e afixado em vários lugares;
- Reavaliado e atualizado sempre que necessário, em articulação com as entidades competentes e de acordo com novas orientações emanadas.

Quaisquer comportamentos contrários às medidas e regras estabelecidas neste *Plano de Contingência ESSPC COVID-19*, que potenciem o contágio, serão sujeitos a procedimento disciplinar e criminal (de acordo com a enquadramento legal em vigor).