



SANTA CASA
Misericórdia de Alenquer
Compromisso com os valores da vida.

Plano de contingência e ação para prevenção de transmissão da doença por Coronavírus (Covid-19)

CRECHE

1 de setembro de 2020

Nota introdutória

1. Coronavírus p.4
 - 1.2 Transmissão do Coronavírus
 - 1.3 Período de incubação
 - 1.4 Principais sintomas

2. Plano de contingência p. 6
 - 2.1 Estratégias de atuação
 - 2.2 Equipa de coordenação do Plano de contingência
 - 2.3 Medidas gerais de prevenção de transmissão do Covid-19
 - 2.4 Medidas gerais de prevenção de transmissão do Covid-19 a adotar
 - 2.5 Sala de isolamento
 - 2.6 Medidas perante a confirmação de casos suspeitos de Covid-19
 - 2.7 Medidas perante a confirmação de casos positivos de Covid-19
 - 2.8 Níveis de risco de exposição
 - 2.9 Regresso à Creche após infecção

3. **Creche: novas medidas** **p.18**

4. Anexos (materiais de divulgação) p.23

NOTA INTRODUTÓRIA

De acordo com os mais recentes dados da Direção geral de Saúde (DGS) sobre a evolução da propagação da doença provocada pelo Coronavírus (COVID-19) e de acordo com as indicações do Despacho nº 2836-A/2020, de 2 de março de 2020, indicando a elaboração de um plano de contingência alinhado com as orientações da DGS para a prevenção e controlo de infeção pelo novo vírus, as Creches da Santa Casa da Misericórdia de Alenquer elaboraram um conjunto de medidas de prevenção e contenção de transmissão da doença.

Este plano é adaptado à realidade da Creche em concordância com as orientações da DGS.

As recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de contingência para a doença por Coronavírus será divulgada à comunidade educativa através dos meios mais adequados, nomeadamente email.

O presente plano será revisto sempre que se verificar necessidade nomeadamente pela existência de novas recomendações por parte das autoridades competentes.

1. CORONAVÍRUS (COVID-19)

De acordo com as informações disponibilizadas pela DGS, o novo Coronavírus (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.

TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS (COVID-19)

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

- Por gotículas respiratórias ;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem

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).

PERÍODO DE INCUBAÇÃO

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).

PRINCIPAIS SINTOMAS

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

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

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias.

2. PLANO DE CONTINGÊNCIA

O Plano de Contingência visa:

- Estabelecer os princípios orientadores e estratégias de atuação;
- Estabelecer medidas gerais de prevenção de transmissão do Covid-19;
- Estabelecer medidas de prevenção de transmissão do Covid-19 a adotar na Creche;
- Estabelecer medidas perante a confirmação de casos suspeitos de Covid-19 na Creche;
- Estabelecer medidas perante a confirmação de casos positivos de Covid-19 na Creche;
- Providenciar a informação para a comunidade educativa sobre medidas e procedimentos a adoptar nesta situação.

ESTRATÉGIAS DE ATUAÇÃO

Planeamento:

- Criação de uma equipa de coordenação do Plano de contingência do Covid-19 e reuniões de equipa para a execução do Plano;
- Verificação de material de proteção disponível (luvas, desinfetante, máscaras).

Vigilância:

- Apelo aos colaboradores e famílias para que executem os cuidados indicados pela DGS;
- Seguir as recomendações da DGS.

Atuação em caso de emergência

- Ativação do Plano de contingência
- Canalizar os casos suspeitos para a área de isolamento
- Seguir as recomendações da DGS.

EQUIPA DE COORDENAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA DO COVID-19

Esta equipa é constituída por:

- **Coordenadores do Plano de contingência:**

Provedor da SCMA – Luís Rema

Coordenadora Pedagógica Lisboa – Vânia Sabino

Coordenadora Pedagógica Alenquer – Maria Balbino

- **Equipa operativa**

Equipa da Creche

MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO COVID-19

As medidas gerais que qualquer pessoa deve seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios são as seguintes:

- Lavar as mãos com frequência (durante cerca de 20 segundos) – 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.
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.
- As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou estabelecimentos de saúde.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24. Não deve deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt

MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO COVID-19 A ADOTAR NA CRECHE

As medidas gerais adotadas na Creche são as seguintes:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (à entrada da Creche e todas as casas de banho), condicionada à sua existência no mercado;
- Após entrar na Creche através do sistema de registo biométrico ou não, deve-se lavar e desinfetar as mãos;
- Toda a comunidade educativa deve lavar as mãos regularmente (durante pelo menos 20 segundos);
- Abrir as janelas para arejar as salas sempre que possível;
- Lavar as salas, w.c. e superfícies (ex. maçanetas das portas) com produtos desinfetantes com maior frequência diária;
- As famílias que tenham viajado recentemente apelamos a que fiquem em casa 14 dias. As crianças ainda que não tenha viajado apelamos a que fiquem igualmente em casa;
- Cancelamento/adiamento de visitas de estudo a locais que sejam considerados de risco;
- Existência de uma sala de isolamento para esta situação específica dotada de equipamentos de primeira necessidade. A localização desta sala é apenas disponibilizada aos colaboradores a fim de assegurar a privacidade de eventuais pessoas expostas;
- Assim que for detetado um caso suspeito e até validação do mesmo, toda a comunidade educativa (crianças, colaboradores e famílias) será contactada e serão aconselhados a permanecer em casa.

SALA DE ISOLAMENTO

A sala de isolamento do Plano de Contingência do Covid-19, na Creche (local de conhecimento de todos os colaboradores) está apetrechado com o material necessário recomendado pela DGS:

- Ventilação natural
- Cadeira de adulto e catre para criança
- Kit com água e alimentos não perecíveis
- Contentor de resíduos
- Solução antisséptica de base alcoólica
- Toalhetes de papel
- Máscaras cirúrgicas
- Luvas descartáveis
- Termómetro

MEDIDAS PERANTE A CONFIRMAÇÃO DE CASOS SUSPEITOS DE COVID-19 NA CRECHE

São considerados casos suspeitos todos os indivíduos que apresentem os seguintes critérios clínicos e epidemiológicos (ver orientação nº006/2020 da DGS):

- Critérios clínicos:

- Febre ou Tosse ou Dificuldade Respiratória

- Critérios epidemiológicos:

- Viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início de sintomas; **ou** contacto com caso confirmado; **ou** provável de infeção por COVID-19 nos 14 dias antes do início dos sintomas ou profissional de saúde; **ou** pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

Acresce que, conforme foi divulgado na videoconferência de dia 8 de abril, sobre a reabertura da resposta social Creche, pela Sra. Diretora Geral da Saúde, deve ser dada a atenção também, nas crianças, a sintomas não respiratórios como o mau estar generalizado, dores no corpo, diarreias e questões gastrointestinais, sintomas não tão comuns no adulto.

Apesar de as diarreias e questões gastrointestinais poderem ser sintomas de outras doenças, se as crianças apresentarem estes sintomas devem permanecer em casa e contactar o SNS 24.

Sempre que uma criança, colaborador ou familiar apresente sintomas enquadráveis nos critérios clínicos ou epidemiológicos é acionado o Plano de Contingência, onde se procederá ao:

- Encaminhamento do doente para a sala de isolamento pelos coordenadores do Plano;
- A sala de isolamento cumpre todos os requisitos recomendados pela DGS;

- O responsável por acompanhar e prestar assistência à pessoa com sintomas, deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito. O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar 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). Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.
- Nas situações de identificação de casos suspeitos, os coordenadores do Plano deverão contactar a Linha de SNS 24 (808 24 24 24) e aguarda as indicações da equipa de saúde deste serviço.
- O Encarregado de Educação da criança que apresente sintomas é informado pela Creche e deve dirigir-se de à mesma.

Após avaliação da Linha SNS 24, e caso se trate de facto de um caso suspeito de COVID-19, este serviço de saúde (Linha SNS 24) contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), DGS, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:

- **Caso Suspeito Não Validado:** fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da criança ou colaborador.
- **Caso Suspeito Validado:** a DGS ativa o INEM, o INSA (Instituto Nacional de Saúde Dr.º Ricardo Jorge) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. Após esta confirmação posteriormente a Diretora Pedagógica informa toda a comunidade educativa.

MEDIDAS PERANTE A CONFIRMAÇÃO DE CASOS POSITIVOS DE COVID-19 NA CRECHE

Na situação de **caso suspeito validado**:

- A pessoa doente deverá permanecer na sala de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para realização de exames laboratoriais no INSA;
- O acesso das crianças ou colaboradores à área de isolamento fica interdito (exceto aos responsáveis do Plano);
- O caso suspeito validado deverá 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 caso com outras pessoas.

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 a Direção Pedagógica dos resultados dos testes laboratoriais e:

- **Se o caso for não confirmado** este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da escola, incluindo limpeza e desinfeção da sala de isolamento, de acordo com as diretrizes da responsável pela limpeza e higiene (Tucha Lemos).
- **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.

Na situação de **caso confirmado** a Creche deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção da sala de isolamento;

- Reforçar a limpeza e desinfeção da Creche principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico, que após ser fechado (com abraçadeira) deve ser segregado e enviado para operador licenciado para gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- Será recomendado pela Direção da Creche que as crianças fiquem em isolamento profilático durante 14 dias e os Encarregados de Educação serão todos informados via e-mail;
- O encerramento total da Creche pode ainda ocorrer por indicação da Direção da SCMA ou da DGS.

NÍVEIS DE RISCO DE EXPOSIÇÃO

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

1. 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 expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

2. Baixo risco de exposição (casual), é definido como:

- 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).

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

REGRESSO À CRECHE APÓS INFEÇÃO

Após o desaparecimento completo dos sintomas, o colabrador ou criança só poderá regressar à actividade laboral/ escolar com um documento passado por um médico a atestar a aptidão.

3. CRECHE: novas medidas

De acordo com o conjunto de medidas para a reabertura das Creches: Orientação 025/2020 de 13/05/2020, atualizada em 20/07/2020 designada pela DGS e SNS, a Santa Casa da Misericórdia de Alenquer, vem desta forma informar as famílias sobre as novas normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão da Covid-19 (ver anexo 6). Para além das normas designadas, a Santa Casa da Misericórdia de Alenquer prevê ainda outras tais, que considera pertinentes serem implementadas nas suas Creches.

Pedimos assim a vossa atenção para o conhecimento dos seguintes procedimentos e medidas:

Apesar das limitações impostas, nunca iremos permitir que as crianças deixem de ser... crianças!

Procedimentos prévios à abertura da Creche:

- Limpeza e desinfeção geral das instalações;
- Reorganização da prática diária;
- Formação aos colaboradores sobre novas medidas e ativação do Plano de contingência Covid-19.

Medidas para as famílias:

- As crianças devem ser entregues/recebidas individualmente pelo encarregado de educação, ou por alguém por ele designado, apenas à porta da Creche;
- Desaconselha-se o uso do registo biométrico e da campainha;
- Uso de máscara à entrada da Creche;

- Uma ou duas colaboradoras, designadas para tal, estarão à entrada da Creche pelo que as famílias deverão cumprir os seguintes horários:

<u>Lisboa:</u>
<ul style="list-style-type: none">• Horário de entrada: 8h - 9h30• Horário de saída: 16h - 19h (O horário de saída poderá ser flexível, bastando que a Creche seja informada do horário conveniente)

<u>Alenquer:</u>
<ul style="list-style-type: none">• Horário de entrada: 7h30-9h30• Horário de saída: 16h30-19h30 (O horário de saída poderá ser flexível, bastando que a Creche seja informada do horário conveniente)

Reforça-se a importância de que as crianças não deverão permanecer na Creche por período superior ao estritamente necessário.

- Não haverá registo escrito de entradas e saídas das crianças na Creche;
- As cadeirinhas de transporte de crianças ou “ovo” não podem entrar dentro da Creche;
- Privilegiar os meios digitais como forma de comunicação com a Creche, limitando o uso do telemóvel a assuntos urgentes;
- Informar a Creche sempre que a criança ou alguém com quem a mesma tenha estado em contacto, apresente sintomas de Covid-19;
- Comunicar a Instituição em caso de ausência da criança;
- Cumprir protocolos da DGS quanto às medidas de higiene;
- Cumprir as orientações da Instituição.

Medidas “para” as crianças:

- Uso de calçado exclusivo na Creche;
- Não será permitido trazer mochilas ou casacos. Aconselha-se a entrega dum casaco exclusivo para uso na Creche;
- O bibe ficará na Creche de segunda a sexta-feira, devendo ir para casa à sexta-feira para ser lavado;
- Não será permitido trazer brinquedos ou outros objetos;
- As crianças devem ter sempre 2/3 mudas de roupa lavada na Creche, que deverá ser entregue em saco fechado;

- Lavagem e desinfecção frequente das mãos apoiadas pelos profissionais;
- Uso de recipientes individuais de água para cada criança. (Por ex: biberão de água ou garrafa de água);
- Uso de chuchas/objeto de apego exclusivo na Creche;
- Trocar de roupa sempre que necessário perante a existência de secreções;
- Será restringido o acesso a crianças com sintomas de Covid 19: febre, tosse, dificuldade respiratória e ainda, diarreias e questões gastrointestinais e mau estar generalizado. (Ver pág.12: Casos suspeitos)

*Para além dos critérios clínicos conhecidos, num caso suspeito, acresce que, conforme foi divulgado na videoconferência de dia 8 de abril, sobre a reabertura da resposta social Creche, pela Sra. Diretora Geral da Saúde, **deve ser dada a atenção também, nas crianças, a sintomas não respiratórios como o mau estar generalizado, dores no corpo, diarreias e questões gastrointestinais, sintomas não tão comuns no adulto.***

Apesar de as diarreias e questões gastrointestinais poderem ser sintomas de outras doenças, se as crianças apresentarem estes sintomas devem permanecer em casa e contactar o SNS 24.

Medidas para as colaboradoras:

- Uso de equipamento de proteção individual, nomeadamente máscaras cirúrgicas, e sempre que necessário luvas;
- Medições de febre diárias à entrada e saída;
- Lavagem e desinfecção frequente das mãos;
- Uso de calçado exclusivo para a Creche;
- Obrigatório o uso de roupa exclusiva para a creche, por parte das colaboradoras que utilizem transportes públicos na sua deslocação para a creche.
- Ter uma muda de roupa lavada na Creche;
- Evitar o uso de jóias ou bijuteria;
- Evitar tocar na face das crianças sem ter as mãos higienizadas;
- Limpar o nariz da criança com lenço descartável, colocado em recipiente próprio;
- Lavar as mãos e qualquer local tocado pelas secreções de uma criança;
- Trocar de roupa sempre que necessário perante a existência de secreções;
- Pausas da equipa para almoço ocorrerão de forma a garantir o afastamento físico entre as profissionais;

- Nas refeições deverá ser garantido o afastamento físico, cumprindo o distanciamento social;
- Será restringido o acesso a colaboradoras com sintomas de Covid 19 (febre, tosse e dificuldade respiratória);
- A limpeza e desinfecção da casa de banho deverá ser feitas após cada utilização;
- Redobrada atenção aos eventuais sintomas das crianças no âmbito da Covid 19;
- Prever equipamentos de protecção individual (EPI), desinfetante e outros produtos de higiene.

Medidas de funcionamento geral:

- Existência de sala de isolamento para eventuais casos suspeitos de Covid-19 e ativação das medidas;
- Existência de dispensador de solução à base de álcool para desinfecção das mãos à entrada e saída da Creche;
- Canceladas todas as saídas ao exterior, espetáculos, festas e reuniões de pais presenciais;
- Maior uso possível do espaço exterior;
- Manter a ventilação e arejamento das salas e corredores da Creche, mantendo sempre que possível as portas abertas;
- Os contactos entre colaboradores e crianças de outras salas serão evitados;

Salas das crianças:

- O acesso à sala deve ser limitado apenas ao pessoal afeto à mesma;
- Remoção dos materiais não essenciais para as atividades lúdico-pedagógicas, reforçando a limpeza e desinfecção em todos os outros;
- Uso de catre/berço/cadeira de papa/espreguiçadeira exclusivo à mesma criança;
- Distanciamento possível dos catres entre crianças, mantendo as posições dos pés e das cabeças das crianças alternadas ;
- Reforço da limpeza antes e depois da sesta;
- Higienização frequente dos brinquedos e materiais pedagógicos e equipamentos utilizados pelas crianças;
- Higienização frequente de locais mais suscetíveis de contaminação;

- Disponibilização de lenços de papéis descartáveis em todas as salas;
- Com a colaboração das crianças, será feita uma seleção de brinquedos a usar por dia para que haja uma troca regular dos mesmos. Desinfecção diária destes.

Refeições:

- São tomadas por sala com o distanciamento físico recomendável / possível ;
- Descontaminação de superfícies utilizada;

Casas de banho das crianças:

- A limpeza e desinfecção das sanitas, torneiras e outros elementos deverão ser feitas com frequência;
- Especial cuidado na troca de fraldas com higienização das mãos dos profissionais e uso de luvas, assim como higienização das mãos da criança e da bancada de muda-fraldas, antes e depois de cada utilização;
- A roupa suja da criança será entregue em saco de plástico, fechado.

Pedimos cumprimento de todas estas medidas, sendo certo que as mesmas serão eventualmente ajustáveis à medida da evolução da pandemia, de novos dados ou de indicações governamentais.

4. ANEXOS

1. Procedimentos de autoprotecção
2. Higiene das mãos
3. Sintomas do Covid 19
4. Informação à Comunidade escolar
5. Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de Covid 19
6. Medidas preventivas em Creche

NOTAS: É recomendável a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que, como referido, vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

SABES COMO TE PODES PROTEGER?



**QUANDO ESPIRRARES OU
TOSSIRES TAPA A BOCA E O
NARIZ COM O BRAÇO**



**LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE**



**NÃO PARTILHES OS TEUS
OBJETOS NEM A COMIDA**

**CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA**



COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



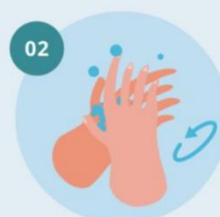
Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



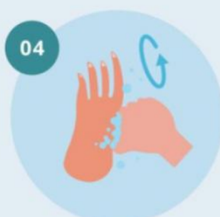
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



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

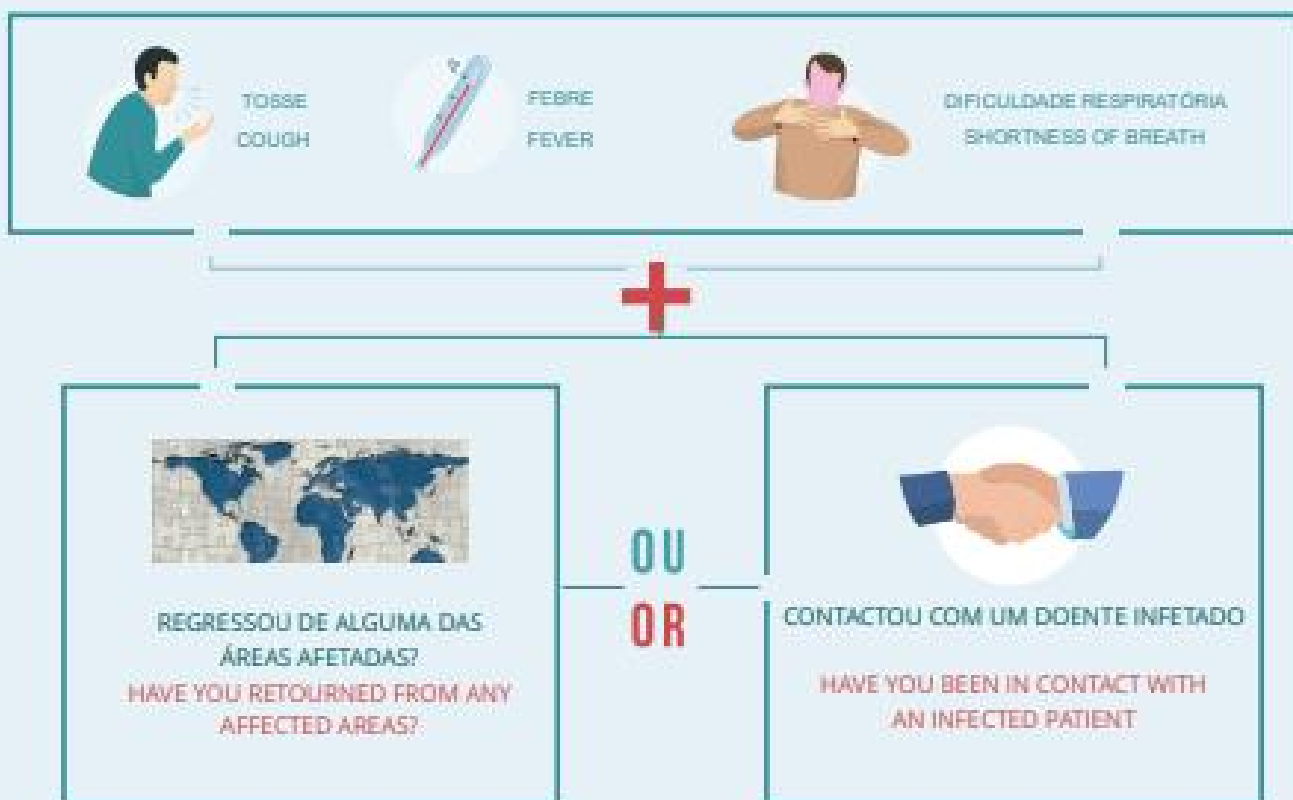


Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



CORONAVÍRUS (COVID-19)



Avise de imediato o segurança ou o administrativo

Immediately contact the staff at the entry



CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - www.dgs.pt), e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS:

FEBRE

TOSSE

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

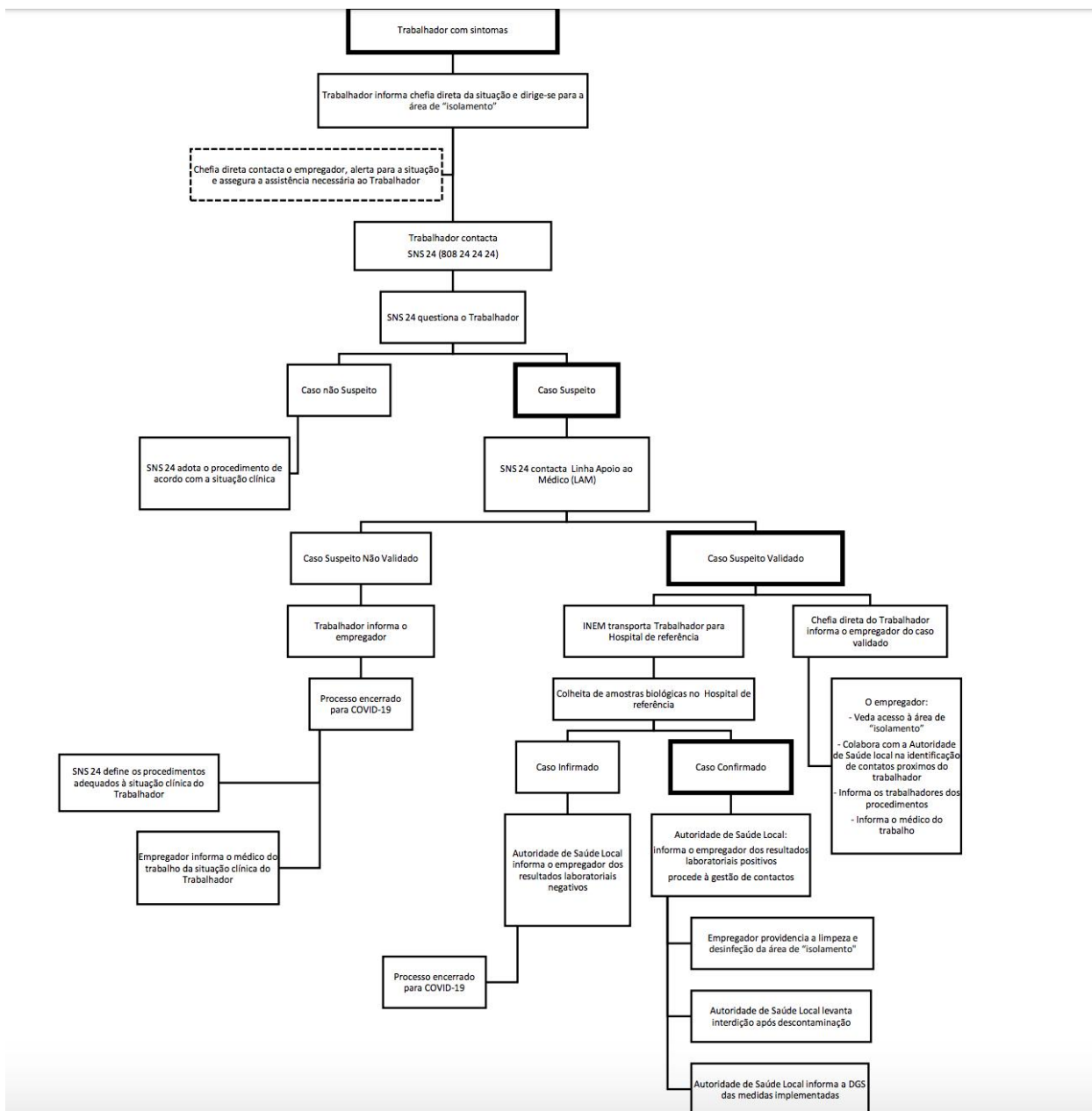
Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lâpis, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações



Anexo 5 - Fluxograma de situação de trabalhador com sintomas de COVID-19




COVID-19

MEDIDAS PREVENTIVAS EM CRECHES



RESTRICÇÕES DE VISITAS: OS PAIS DEVEM DEIXAR E IR BUSCAR OS FILHOS NO EXTERIOR DA CRECHE



OS PROGRAMAS E ATIVIDADES ESCOLARES DEVEM SER ORGANIZADOS EM PEQUENOS GRUPOS*



SUSPENSÃO DE TODAS AS EXCURSÕES E VISITAS DE ESTUDO



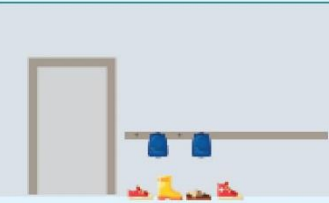
AS CRIANÇAS DEVEM DIRIGIR-SE DIRETAMENTE ÀS SUAS SALAS DE AULA AO CHEGAR À ESCOLA



MAXIMIZAR A DISTÂNCIA ENTRE PESSOAS, INCLUINDO NO PERÍODO DE REFEIÇÕES



NÃO LEVAR BRINQUEDOS OU OUTROS ARTIGOS QUE NÃO SEJAM INDISPENSÁVEIS PARA A ESCOLA



NAS SALAS EM QUE AS CRIANÇAS SE SENTEM OU CIRCULAM NO CHÃO, DEVEM DEIXAR O CALÇADO À ENTRADA



RETIRAR DA SALA OBJETOS E BRINQUEDOS NÃO ESSENCIAIS E LIMPAR E DESINFETAR REGULARMENTE OS RESTANTES

NÃO ESQUECER:

- LAVA BEM AS MÃOS
- MANTEM JANELAS E PORTAS ABERTAS
- NÃO PARTILHE OBJETOS

* A COMUNIDADE ESCOLAR (ALUNOS, DOCENTES E NÃO DOCENTES) DEVEM MANTER O SEU GRUPO E EVITAR CONTACTAR COM PESSOAS DE OUTROS GRUPOS

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

