



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)

PRÉ-ESCOLAR

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 ao Centro Infantil após infeção

3. **Centro Infantil: novas medidas** **p.17**

4. Anexos (materiais de divulgação) p.22

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, a área de infância da Santa Casa da Misericórdia de Alenquer elaborou um conjunto de medidas de prevenção e contenção de transmissão da doença.

Este plano é adaptado à realidade do Centro Infantil 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 no Centro Infantil;
- Estabelecer medidas perante a confirmação de casos suspeitos de Covid-19 no Centro Infantil;
- Estabelecer medidas perante a confirmação de casos positivos de Covid-19 no Centro Infantil;
- 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 – Maria Balbino

- Equipa operativa

Equipa de Pré-Escolar

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

As medidas gerais adotadas são as seguintes:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (à entrada e em todas as casas de banho), condicionada à sua existência no mercado;
- Após entrar no Centro Infantil 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, no Centro Infantil (local de conhecimento de todos os colaboradores) está apetrechada 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

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 em videoconferência de dia 8 de abril, 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 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** o Centro Infantil deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção da sala de isolamento;

- Reforçar a limpeza e desinfeção do Centro Infantil 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 Instituição que as crianças fiquem em isolamento profilático durante 14 dias e os Encarregados de Educação serão todos informados via e-mail;
- O encerramento total do Centro Infantil 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 AO CENTRO INFANTIL APÓS INFEÇÃO

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

3. CENTRO INFANTIL

De acordo com o conjunto de medidas para a reabertura da Educação Pré-Escolar através da Resolução do Conselho de Ministros nº33-C/2020, de 30 de abril aprovou uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19 . Assim, 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 no Centro Infantil. 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:

- Limpeza e desinfeção geral das instalações;
- Reorganização da prática diária;
- Formação aos colaboradores sobre as medidas e ativação do Plano de contingência Covid-19;
- Criação de circuito de entrada e saída exclusivo para pré-escolar;

Medidas para as famílias:

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

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

- Horário de entrada: **07h30 - 9h30**
- Horário de saída: **16h30 - 19h30**
(O horário de saída poderá ser flexível, bastando que o Centro Infantil seja informado do horário conveniente)

Reforça-se a importância de que as crianças não deverão permanecer no Centro Infantil por período superior ao estritamente necessário.

- Não haverá registo escrito de entradas e saídas das crianças;
- Privilegiar os meios digitais como forma de comunicação com o Centro Infantil, limitando o uso do telemóvel a assuntos urgentes;
- Informar a Instituição 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:

- Calçado de uso exclusivo no Centro Infantil.
- Não será permitido trazer mochilas ou casacos. Aconselha-se a entrega dum casaco exclusivo para uso no Centro Infantil;
- O bibe ficará no Centro Infantil, de segunda a sexta-feira, devendo ir para casa à sexta-feira para lavar;
- Não será permitido trazer brinquedos ou outros objetos;
- As crianças devem ter sempre uma muda de roupa lavada no Centro Infantil, que deverá ser entregue em saco fechado;
- Lavagem e desinfeção frequente das mãos apoiadas pelos profissionais;
- Uso de recipientes individuais de água para cada criança;
- Uso de chuchas/objeto de apego exclusivo no Centro Infantil;

- Uso de lenços descartáveis para limpar o nariz, colocando em recipiente próprio, com orientação do educador;
- Evitar concentração nas idas à casa de banho;
- 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, e sempre que necessário luvas;
- Medições de febre diárias à entrada e saída;
- Lavagem e desinfeção frequente das mãos;
- Uso de calçado exclusivo do Centro Infantil;
- Evitar o uso de jóias ou bijuteria;
- Evitar tocar na face das crianças sem ter as mãos higienizadas;
- Lavar as mãos e qualquer local tocado pelas secreções de uma criança;
- Trocar de roupa sempre que necessário;
- 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 desinfeção da casa de banho deverão ser feitas após cada utilização;

- Redobrada atenção aos eventuais sintomas das crianças no âmbito da Covid 19;
- Prever equipamentos de proteção 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 desinfeção das mãos à entrada e saída do Centro Infantil;
- Canceladas todas as saídas ao exterior, espetáculos, festas e reuniões de pais presenciais;
- Maior uso possível do espaço exterior, com incidência nas refeições;
- Manter a ventilação e arejamento das salas e corredores do Centro Infantil, mantendo sempre que possível as portas abertas;
- Os contactos entre colaboradores e crianças de outras salas serão evitados;
- A entrega / recolha das crianças ocorre a tardoz do edifício, devendo os encarregados de educação entrarem pelo portão grande.

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 desinfeção em todos os outros;
- Uso de catre 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, materiais pedagógicos e equipamentos;
- Privilegiar as atividades no exterior em regime rotativo de grupos;
- 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. Desinfeção diária destes;

- Os fornecedores só excepcionalmente e a hora marcada entram no interior do Centro Infantil de forma segura e com máscara, nunca estando em contato com as crianças.

Refeições:

- No período de refeições, assegurar que haja o distanciamento físico recomendável, quer seja através de turnos ou privilegiando, quando as condições climatéricas o permitirem, as refeições ao ar livre;
- Descontaminação de superfícies utilizadas entre trocas de turnos.

Casas de banho das crianças:

- A limpeza e desinfecção das sanitas, torneiras e outros elementos deverão ser feitas com frequência;
- 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

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



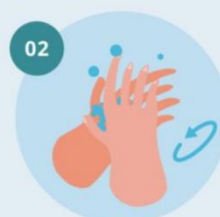
Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



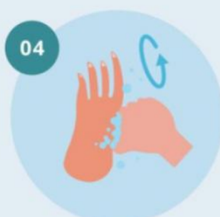
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



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

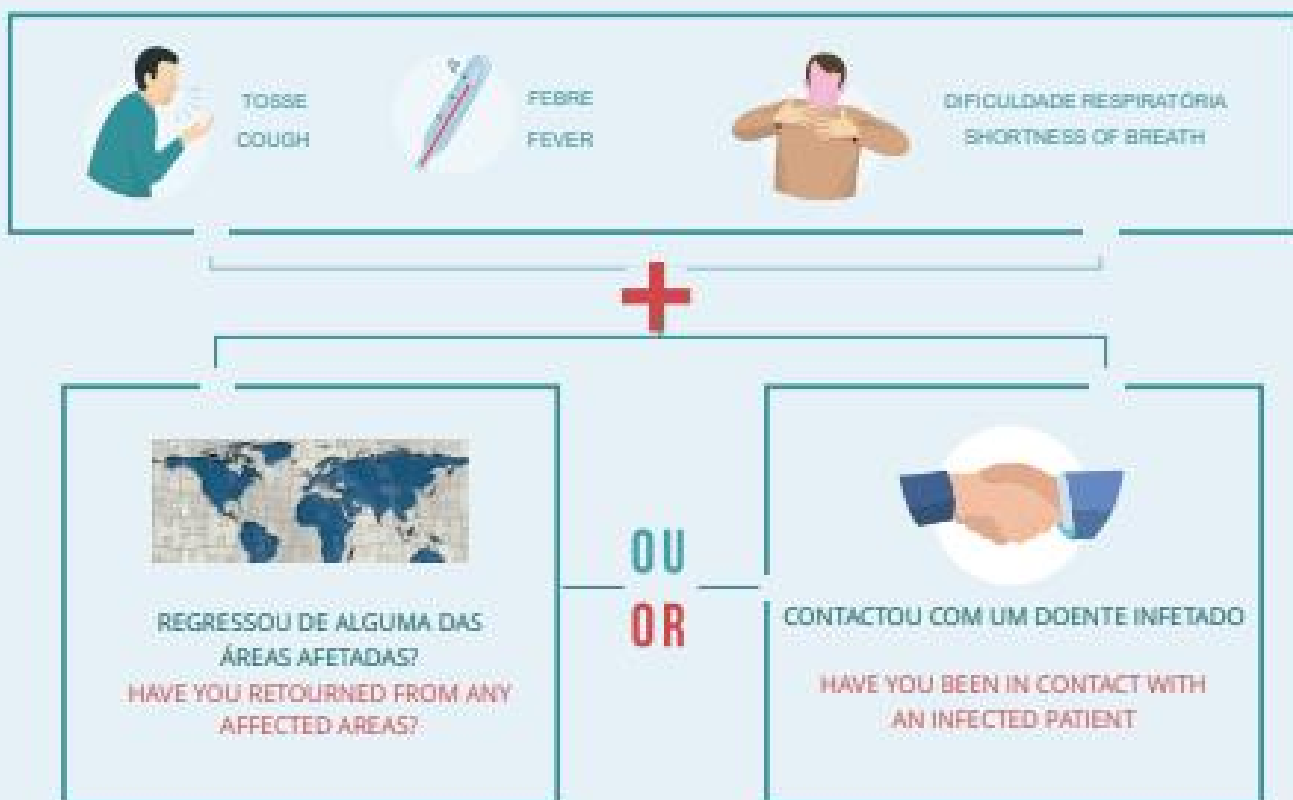


Seque as mãos com um toalhete descartável

#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

