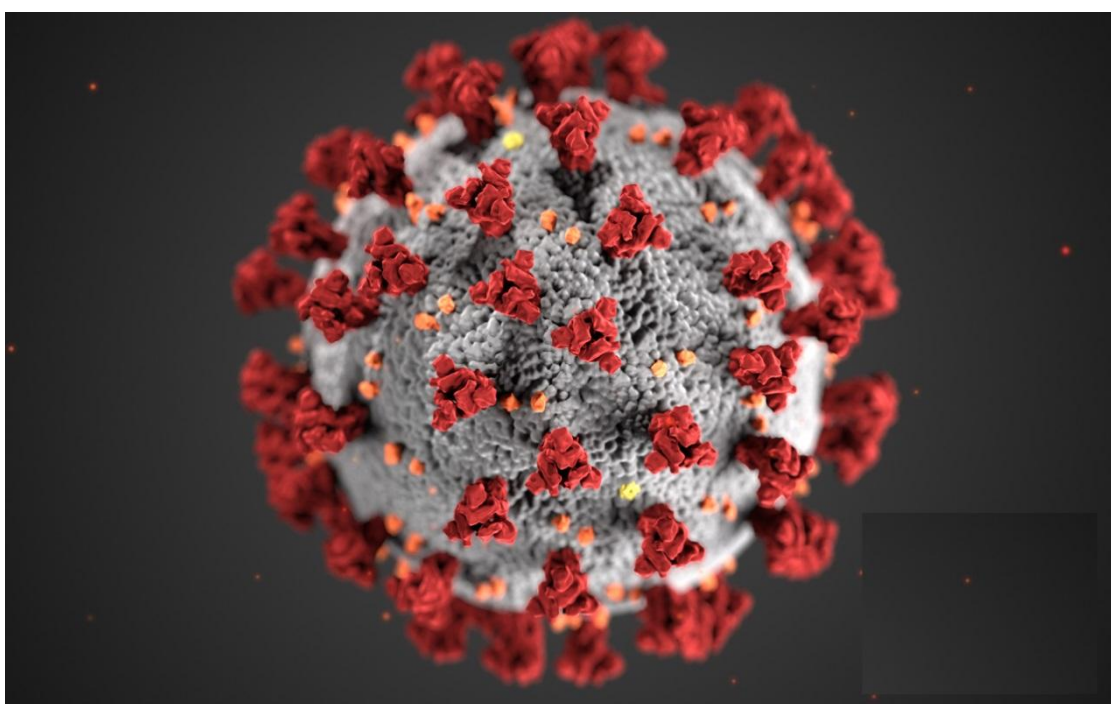


# PLANO DE CONTINGÊNCIA

## DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)



Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Índice

INTRODUÇÃO	3
1. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)	4
2. A TRANSMISSÃO DE COVID-19	5
3. PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19	6
4. MEDIDAS A ADOTAR	7
5. O QUE É UM CASO SUSPEITO	8
6. ESTABELECEER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO	9
7. DESIGNAÇÃO DE PONTO FOCAL	10
8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO	10
9. PROCEDIMENTOS NUM CASO VALIDADO	12
10. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO	13
11. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	14
NOTA FINAL	16

Cofinanciado por:



## INTRODUÇÃO

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do [Plano de Contingência da Alternância – Escola Profissional Alternância \(EPA\) para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#), fornece informação aos alunos/formandos e colaboradores sobre esta nova doença, medidas de prevenção e controlo desta infeção, e dos procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados.

O [Plano de Contingência da Alternância - EPA para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#) foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento. Os alunos/formandos e colaboradores da [Alternância - EPA](#) serão informados sobre a doença por coronavírus (COVID-19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: circulares informativas, afixação de cartazes nos espaços comuns, etc.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no [Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#) será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, por toda a comunidade educativa.

A [Alternância - EPA](#), está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus alunos/formandos e colaboradores, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade, face às valências de conhecimento que detêm em diversas áreas.

Cofinanciado por:



## 1.A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção origina sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2) [1], agente causador da doença por coronavírus (COVID-19), foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na Cidade de Wuhan (China).

Embora o epicentro da epidemia tenha ocorrido em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção não se limita a Wuhan, mas a qualquer região com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus. Atualmente o segundo país com o número de casos é o Irão (à data da elaboração deste [Plano de Contingência](#)), seguido pela Itália.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de doença por coronavírus (COVID-19), é pouco provável que tenha sido contagiada.

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Dificuldade respiratória
- Tosse
- Febre.

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.

Cofinanciado por:



## 2. A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão de COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 2 metros\*) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contacto com uma pessoa infetada.

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).

As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra ou fala (secreções respiratórias que contêm o vírus) são a via de transmissão mais importante.

Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca, nariz ou olhos das pessoas em redor (perímetro até 2 metros\*) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos (persistência viral ativa de mais de 9 dias).

Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. Embora o epicentro da epidemia seja em Wuhan, Província de Hubei (China), onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção estende-se a qualquer área internacional com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

Cofinanciado por:



### 3. PREVENIR A TRANSMISSÃO DE COVID-19

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

Existem princípios gerais que qualquer pessoa pode seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios:

- Lavar as mãos com frequência – com sabão e água esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, 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.
- Os alunos/formandos, colaboradores e visitantes devem lavar as mãos:
  - *Antes de sair de casa*
  - *Ao chegar à Escola*
  - *Após usar a casa de banho*
  - *Após intervalos e atividades desportivas*
  - *Antes das refeições, incluindo lanches*
  - *Antes de sair da Escola*

Cofinanciado por:



- Utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 70% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão.
- 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 se deslocar diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

O uso de máscaras de proteção na população em geral, alunos/formandos ou colaboradores, não está atualmente recomendado, uma vez que não há qualquer evidência de benefício do seu uso fora de estabelecimentos de saúde.

Porém, pelo risco mais elevado de contacto com pessoas doentes, deve ser fortemente recomendado aos alunos/formandos o uso do equipamento de proteção individual adequado no desempenho das suas atividades de aprendizagem em contexto de estabelecimento de saúde.

## 4. MEDIDAS A ADOTAR

A Direção da **Alternância - EPA** implementará de imediato as seguintes medidas:

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns (corredores, refeitórios/cafetarias, zonas de refeições), condicionada à sua existência no mercado.
- Criação de área reservada à divulgação de informação atualizada sobre o COVID-19 nos locais de afixação, com a indicação do contacto de um ponto focal designado para esclarecimento de dúvidas.

Cofinanciado por:

- Sessões de informação aos alunos/formandos e colaboradores com especialistas convidados para o efeito (quando necessário).

## 5. O QUE É UM CASO SUSPEITO

A classificação de um caso como suspeito de doença por coronavírus (COVID-19) deve obedecer a critérios clínicos e epidemiológicos. A definição seguinte é baseada na informação atualmente disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença (ECDC).

Critérios Clínicos		Critérios epidemiológicos	
<b>Febre</b>  OU  <b>Tosse</b>  OU  <b>Dificuldade respiratória</b>	E	<b>História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa* nos 14 dias anteriores ao início de sintomas</b>	
		ou	
		<b>Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas</b>	
		ou	
		<b>Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19</b>	

\* Áreas com transmissão comunitária ativa: Norte de Itália (regiões de Emiglia-Romagna, Lombardia, Piemonte, Veneto), China, Coreia do Sul, Singapura, Japão e Irão.

Cofinanciado por:





## 6. ESTABELECEER UMA ÁREA DE ISOLAMENTO

São estabelecidas áreas de isolamento na Sede e Delegações. A colocação de um aluno/formando ou colaborador suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros alunos/formandos e/ou colaboradores possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível na Escola.

A área de isolamento (sala, gabinete, secção, zona) na Sede e Delegações deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (por exemplo, não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com:

- telefone;
- cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do aluno/formando ou colaborador suspeito de infeção por COVID-19, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- *kit* com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- solução antisséptica de base alcoólica – SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- toalhetes de papel;
- máscara(s) cirúrgica(s);
- luvas descartáveis;
- termómetro.

Cofinanciado por:



Nesta área, ou próxima dela, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do caso suspeito.

Os alunos/formandos e colaboradores deverão ser informados da localização da área de isolamento na sua Sede e Delegações.

## 7. DESIGNAÇÃO DE PONTO FOCAL

A Direção designará um Ponto Focal responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19, na Sede e em cada Delegação. Os alunos/formandos e colaboradores serão informados de quem é o Ponto Focal da sua instituição. É a este Ponto Focal que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de aluno/formando ou colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de aluno/formando ou colaborador com sintomas, o Ponto Focal deverá informar a Direção e ficar responsável por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no [Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus \(COVID-19\)](#).

O Ponto Focal será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à área de isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos no [Plano de Contingência](#).

Os Pontos Focais são os seguintes:

São Mamede – **Fernanda Mano**

Ezequiel Campos – **Carla Rosalina**

Guifões – **Isabel Pinto**

## 8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

Qualquer aluno/formando ou colaborador com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito de doença por COVID-19, ou alguém que identifique um aluno/formando ou colaborador nestas circunstâncias, deverá informar imediatamente o Ponto focal designado para o respetivo local e dirigir-se para a área de isolamento definida para aquele efeito.

Deverá ser prestada ao aluno/formando ou colaborador doente toda a assistência necessária, incluindo se existirem dificuldades de locomoção. O ponto focal deverá certificar-se que o caso suspeito se desloca para a área de isolamento ou acompanhá-lo até à mesma. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. O percurso estabelecido até à área de isolamento deverá evitar contaminação de superfícies. Deverão preferencialmente ser utilizadas escadas, não devendo idealmente ser usados os corrimãos como apoio.

O ponto focal que acompanha e presta assistência ao aluno/formando ou colaborador 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.

No interior da área de isolamento, o caso suspeito de COVID-19 ou o ponto focal no caso de ser necessário (aluno/formando ou colaborador não falantes de português) deve contactar a *Linha SNS 24* (**808 24 24 24**).

O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica 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. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.

Cofinanciado por:

Após avaliação, a *Linha SNS 24* informa o caso suspeito ou ponto focal:

- Se não se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do aluno/formando ou colaborador;
- Se se tratar de facto de um caso suspeito de COVID-19: a Linha SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde (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 do aluno/formando ou colaborador. O aluno/formando ou colaborador informa o ponto focal da não validação, e este último deverá informar a Direção.
  - **Caso Suspeito Validado,** a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O ponto focal informa a Direção da existência na instituição de um caso suspeito de COVID-19 validado.

## 9. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

Na situação de **caso suspeito validado**:

- O aluno/formando ou colaborador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para realização de exames laboratoriais no INSA;

- O acesso dos outros alunos/formandos ou colaboradores à área de isolamento fica interdito (exceto ao ponto focal);
- 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 outro(s) alunos/formandos ou colaboradores. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações das delegações ou Sede da [Alternância - EPA](#).

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 da [Alternância - EPA](#) dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da Sede ou Delegação, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- Se o **caso for confirmado**, a área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde Local. A Direção informa de imediato o Delegado Regional de Educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.

## 10. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO

Na situação de **caso confirmado**, os Adjuntos da Direção na Sede e Delegações devem:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial

atenção à limpeza e desinfeção das salas de aula, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;

- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico nos termos regulamentares comunicados internamente. (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).

## 11. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se contacto próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

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

**Alto risco de exposição**, definido como:

- Aluno/formando da mesma turma ou grupo de trabalho do caso;
- Colaborador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Aluno/formando ou colaborador que esteve cara-a-cara com o caso confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Aluno/formando ou colaborador que partilhou com o caso confirmado louça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias).

Cofinanciado por:



**Baixo risco de exposição** (casual), definido como:

- Aluno/formando ou colaborador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Aluno(s)/formando(s) ou colaborador(es) que prestou(aram) assistência ao caso confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Direção da **Alternância - EPA**, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. A vigilância de contactos próximos deve ser a seguinte:

Alto risco de exposição	Baixo risco de exposição
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.</li> </ul>

Financiado por:

- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar.
- Restringir o contacto social ao indispensável
- Evitar viajar
- Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição

- Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho

É importante sublinhar que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio aluno/formando ou colaborador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o aluno/formando ou colaborador estiver na [Alternância - EPA](#), devem-se iniciar os **PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO**;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

## NOTA FINAL

- As informações, orientações e procedimentos constantes deste documento, poderão ser alterados por deliberações que venham a ser determinadas pela Direção Geral de Saúde e/ou por informação científica mais actualizada.

Março/2020

A Direção

Cofinanciado por:

