



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA LIXA - FELGUEIRAS

As

Agrupamento de Escolas da Lixa - Felgueiras  
Plano de Contingência Coronavírus  
(COVID-19) (Atualização setembro 2020)

---

**PLANO DE  
CONTINGÊNCIA  
2020/2021**

COVID -19

ESCOLA BÁSICA DR. LEONARDO COIMBRA



<b>1-Introdução.....</b>	<b>4</b>
<b>2-Objetivos .....</b>	<b>5</b>
<b>3-Operacionalização do Plano de Contingência .....</b>	<b>6</b>
3.1- Coordenador.....	6
3.2- Cadeia de “comando e controlo”.....	6
3.3- Equipa operativa .....	6
3.4- Competências .....	6
Acompanhantes na sala de Isolamento (Assistentes técnicas/Assistentes operacionais) .....	7
<b>4-Epidemiologia da Infeção .....</b>	<b>7</b>
4.1-Quais os principais sintomas do Coronavírus (Covid – 19)? .....	7
4.2-Definição de Caso suspeito .....	8
4.3-Transmissão da Infeção.....	8
<b>5-Medidas Preventivas .....</b>	<b>9</b>
5.1-Etiqueta respiratória: .....	9
5.2-Reforçar as medidas de higiene: .....	12
5.3-Utilização de Máscaras: .....	12
5.4-Distanciamento físico.....	12
5.5-Monitorização da Temperatura corporal.....	12
<b>6. Medidas de manutenção da atividade escolar.....</b>	<b>13</b>
<b>7. Medidas de prevenção e controlo .....</b>	<b>13</b>
7.1 - Colaboração dos Docentes .....	14
7.2 - Colaboração dos Assistentes Operacionais .....	14
7.3 - Alunos .....	15
<b>8. Aulas de Educação Física.....</b>	<b>16</b>
8.1-Recursos Espaciais .....	16
8.2- Acesso aos balneários .....	17
8.2.1- Recomendações na utilização de chuveiros/cabines de duche .....	18
8.3- Cantina e Bar.....	18
8.4- Zonas de Lazer .....	19
<b>9- Medidas de Isolamento .....</b>	<b>19</b>
9.1- Áreas de Isolamento .....	19
A Área de “isolamento” do edifício da Escola Básica Dr. Leonardo Coimbra:.....	19
9.2- Caso Suspeito .....	19
9.2.1-Ativação da sala de isolamento.....	19

9.2.2- Caso fora do contexto de sala de aula .....	20
9.3- Recolha de informações: .....	20
<b>10- Medidas Gerais.....</b>	<b>21</b>
<b>10.1- Entrada na escola .....</b>	<b>21</b>
10.2- No interior da Escola.....	22
10.3- Nas Casas de Banho .....	22
10.4- Sala de aula .....	22
10.5- Recreio .....	23
10.6- Refeitório .....	23
10.7- Sala de Estudo/Biblioteca .....	24
<b>11- Divulgação e Avaliação do Plano .....</b>	<b>24</b>
<b>ANEXO I - FLUXO DE ATUAÇÃO PERANTE CASO SUSPEITO NA ESCOLA .....</b>	<b>27</b>
<b>ANEXO II – CASO SUSPEITO IDENTIFICADO À ENTRADA DA ESCOLA .....</b>	<b>28</b>
<b>ANEXO III - CONTATOS A DISPONIBILIZAR NA SALA DE ISOLAMENTO .....</b>	<b>29</b>
<b>ANEXO IV – SALA DE ISOLAMENTO .....</b>	<b>30</b>
<b>ANEXO V- FICHA DE ACOMPANHAMENTO À SALA DE ISOLAMENTO.....</b>	<b>31</b>
<b>ANEXO VI – MANUTENÇÃO E LIMPEZA DA SALA DE ISOLAMENTO .....</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO VII - PANFLETOS ILUSTRATIVOS .....</b>	<b>33</b>





## 2-Objetivos

O presente Plano de Contingência pretende antecipar e gerir o impacto de uma situação de SARS-CoV-2/COVID-19 nos alunos, pessoal docente e pessoal não docente, assegurando o cumprimento da missão da Escola.

Foram estabelecidos os seguintes objetivos:

- Promover a informação, medidas e comportamentos a adotar por toda a comunidade escolar;
- Agir com rigor no cumprimento de normas, diretivas, procedimentos e prazos para diminuir ao máximo a transmissão do vírus como a redução do número de casos de doença;
- Antecipar as medidas e recursos necessários para assegurar a continuidade da execução das atividades pedagógicas mantendo a atividade letiva;
- Reduzir o risco de contaminação, interrompendo cadeias de transmissão;
- Assegurar rapidamente o restabelecimento/melhoria das condições, após se verificar a manifestação desta doença;
- Definir a estrutura de decisão e de coordenação, ponto focal na execução do plano de contingência;
- Avaliar continuamente a situação, rever normas, procedimentos e processos e incorporar as medidas corretivas;
- Definir coordenação com entidades externas, autoridades de saúde locais, Câmara Municipal, e fornecedores de bens e serviços;
- Preparar um plano de comunicação;
- Assegurar uma resposta coordenada com as outras instituições, nomeadamente as de saúde, envolvidas na resposta à epidemia.

Este Plano não prevê ações de cuidados médicos na escola, dos colaboradores não docentes, docentes e alunos que venham a ficar infetadas com o vírus. Nesta situação deverão recorrer às entidades de prestação de cuidados de saúde, dando prioridade ao contacto da linha ADC (Área dedicada ao COVID ACES Tâmega - III), ou com a linha SNS 24 (808 24 24 24), cumprindo as recomendações formuladas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) e cooperando sempre com as autoridades de saúde.

### 3-Operacionalização do Plano de Contingência

#### 3.1- Coordenador

A Coordenação global do Plano será assumida pelo Coordenador da Escola ou outro professor a designar em articulação com as entidades de saúde, bem como com os pais dos respetivos alunos e outras entidades pertinentes.

#### 3.2- Cadeia de “comando e controlo”

##### COORDENADOR DO PLANO DE CONTINGÊNCIA (a nível de escola)

- Coordenador de Estabelecimento/**Ponto Focal** – Professora Esmeralda Monteiro

Em caso de ausência será um dos suplentes.

#### 3.3- Equipa operativa

- Educadora/professor titular de turma
- Pessoal Não Docente (Assistentes Técnicos e Assistentes Operacionais) de acordo com os seus horários
- Pai/ Encarregado de educação

#### 3.4- Competências

**Coordenador do Plano de Contingência** - supervisionar todas as ações implícitas no Plano de Ação da Equipa Operativa em articulação com Entidades Externas.

**Equipa Operativa** - organizar/controlar e executar, em articulação com as Entidades

Externas, todas as atividades previstas no Plano de Contingência.

<b>Efetivo</b>	<b>Coordenador/Ponto Focal – Esmeralda Monteiro</b>	967 526 163
1º Suplente (CAE)	Jorge Cardoso	918 741 396
2º Suplente (AA)	Manuel Nogueira	939 861 984

### **Acompanhantes na sala de Isolamento (Assistentes técnicas/Assistentes operacionais)**

De acordo com o Horário e o local de trabalho jurisdicional.	Susana Santos	EB 2,3 -255 491 241
	Luciana Teixeira	EB 2,3 -255 491 241
	Filomena Silva	EB 2,3 -255 491 241

## **4-Epidemiologia da Infeção**

### **4.1-Quais os principais sintomas do Coronavírus (Covid – 19)?**

Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia. As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória.

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

Os principais sintomas são semelhantes aos da gripe sazonal:

-Tosse;

-Febre;

-Falta de ar (dificuldade respiratória);

-Cansaço.



Ag

## 4.2-Definição de Caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC).

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
<p>Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização.</p>	<p>História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas.</p> <p style="text-align: center;"><b>OU</b></p> <p>Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas.</p> <p style="text-align: center;"><b>OU</b></p> <p>Profissional de Saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de Saúde onde são tratados doentes com COVID-19</p>

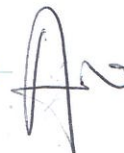
## 4.3-Transmissão da Infeção

Considera-se que a 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).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de Covid-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. 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. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas orais, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.





Via de Contacto Direto	Via de Contacto Indireto
<p>Através de gotículas que uma pessoa infetada transmite pela boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra (e não utiliza as regras de etiqueta respiratória) podendo estas entrar diretamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima.</p>	<p>Através das mãos, que tocam nas superfícies contaminadas com as gotículas expelidas pelas pessoas infetadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente, sem termos feito a higiene das mãos.</p>

## 5-Medidas Preventivas

A perspetiva de ocorrência de uma pandemia da infeção por Covid-19 a curto prazo obrigou à definição de estratégias:

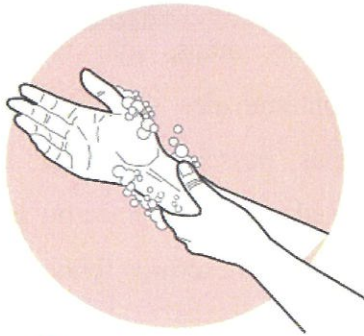
- Capacitação dos colaboradores docentes, não docentes e alunos através de informação atempada sobre as principais medidas de proteção individual e de condutas em caso de infeção;

- Reforço da comunicação interna e externa;
- Articulação estreita com o coordenador da escola/Jardim de infância;
- Disponibilização de equipamentos de proteção.

Existem algumas medidas que ajudam a prevenir a infeção por Covid-19 e que devem ser adotadas por todos, tais como:

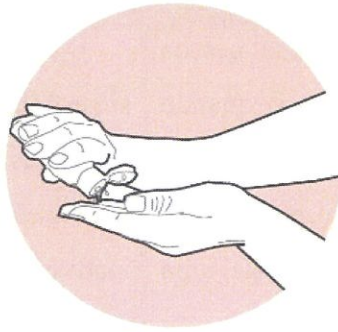
### 5.1-Etiqueta respiratória:

- Tossir ou espirrar levando o rosto à parte interna do antebraço;
- Utilizar um lenço de papel ou o braço, nunca com as mãos;
- Deitar o lenço de papel no lixo;
- Lavar as mãos pelo menos durante 20 segundos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.



**1.**

Lavar as mãos até a metade do pulso, esfregando também as partes internas das unhas



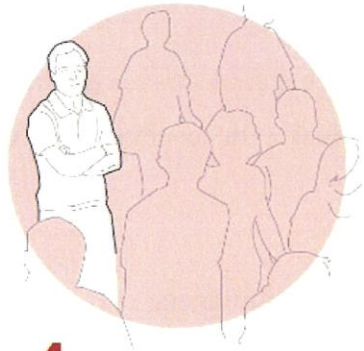
**2.**

Usar álcool 70 para limpar as mãos antes de encostar em áreas como olhos, nariz e boca



**3.**

Tossir ou espirrar levando o rosto à parte interna do cotovelo



**4.**

Evitar multidões



**5.**

Usar máscara se for em ambientes muito cheios ou fechados



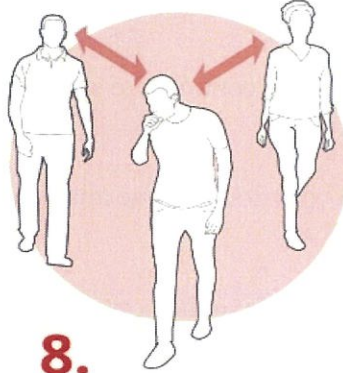
**6.**

Usar máscara caso apresente sintomas



**7.**

Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de limpar as mãos



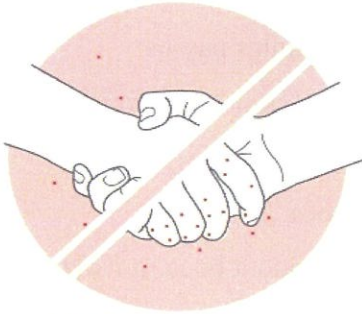
**8.**

Manter a distância de um metro de pessoas espirrando ou tossindo



**9.**

Limpar com álcool objetos tocados frequentemente



**10.**

Evitar cumprimentar com beijos no rosto, apertando as mãos ou abraçando



**11.**

Evitar sair de casa, caso apresente algum sintoma da gripe



**12.**

Utilizar lenço descartável quando estiver com nariz escorrendo



**13.**

Se informar sobre os métodos de prevenção e passar informações corretas





## 5.2-Reforçar as medidas de higiene:

-Lavar frequentemente as mãos com água e sabão pelo menos 20 segundos ou com uma solução de base alcoólica.

- Evitar contacto próximo com doentes que apresentem infeções respiratórias.

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

Efetuar autovigilância de sintomas e abstenção social em caso de doença.

## 5.3-Utilização de Máscaras:

O seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos:

- Higienização das mãos, com água e sabão líquido ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;

- Colocação da máscara sobre a face, cobrindo nariz e boca.

- Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;

- Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;

- Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;

- A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;

- A máscara deve ser descartada (cirúrgica) para um contentor de resíduos;

- Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

## 5.4-Distanciamento físico

De acordo com as recomendações em vigor, o distanciamento aconselhável é de 2 metros.

## 5.5-Monitorização da Temperatura corporal

A todos os colaboradores docentes, não docentes e alunos será efetuada a leitura da temperatura corporal, na entrada da escola. Caso a temperatura seja  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ , não lhes é



permitida a entrada no estabelecimento escolar, devendo entrar em contato com a ADC ou Linha SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as orientações.

## **6. Medidas de manutenção da atividade escolar**

Todos os espaços e respetivas vias de acesso estarão devidamente sinalizadas, com sinalização vertical e horizontal, indicando claramente as entradas, saídas e áreas de segurança de forma a evitar aglomerações.

A circulação interna nos estabelecimentos escolares far-se-á respeitando a sinalética vertical e horizontal com instruções claras e delimitação dos percursos.

O Uso de máscaras é obrigatório dentro de cada estabelecimento de ensino, preferencialmente, as máscaras que foram distribuídas pelo Agrupamento.

À entrada de cada Escola os alunos deverão proceder à higienização das mãos.

Todos os procedimentos e recomendações serão difundidos junto dos alunos recorrendo a vários instrumentos de divulgação.

## **7. Medidas de prevenção e controlo**

A Direção do Agrupamento de Escolas da Lixa está consciente do importante papel da Escola na prevenção de propagação do COVID-19, adotando medidas que visam capacitar a comunidade educativa na adoção de comportamentos preventivos, assim foram reforçadas todas as medidas, nomeadamente:

- Colocação de dispensadores de sabonete líquido, líquido desinfetante à base de álcool e sabão nos WC's, salas de aula e áreas sociais e de convívio para uma correta higienização das mãos, segundo as instruções contidas nos cartazes informativos provindos da DGS.
- Os alunos deverão sentar-se em todas as aulas de acordo com a planta de sala de aula definida, para minimizar o contágio entre pares;
- Sempre que possível as janelas das salas de aula devem permanecer abertas, mesmo durante o período de aula.

- Na sala de aula deverá estar apenas o seguinte mobiliário: secretária, e cadeira do professor e respetivo computador e número de mesas e cadeiras igual ao maior número da turma (turno)
- Os lugares na sala serão sempre os mesmos.
- O sistema de AVAC apenas funcionará para fazer a extração do ar.

## 7.1 - Colaboração dos Docentes

Os docentes devem certificar-se de:

- Gerir a entrada e saída das salas de aula;
- Assegurar o cumprimento das regras de distanciamento e o uso de máscara na sala de aula;
- Da correta utilização dos materiais didáticos não permitindo a troca dos mesmos;
- Será o mesmo aluno a ligar os interruptores e a abrir ou a fechar os estores;
- Gerir eventuais saídas durante as aulas de forma coerente, racional e pedagogicamente correta e equilibrada, nomeadamente na flexibilização nas idas à casa de banho e para lanchar;
- Ter uma atitude ativa e interventiva em todo o espaço escolar.

## 7.2 - Colaboração dos Assistentes Operacionais

Os Assistentes Operacionais assegurarão:

- Que as salas, balneários, Wc's e zonas comuns utilizadas sejam higienizadas diariamente de manhã e ao início da tarde;
- Que as janelas permanecem abertas durante o intervalo;
- Que as maçanetas das portas de acesso a aula sejam desinfetadas;
- Que os interruptores das salas/espacos de aula sejam desinfetados;
- Desinfecção de computadores e respetivos teclados e ratos;
- Que no caso das aulas em que sejam utilizados computadores, procedam à higienização dos teclados e dos ratos, no final da aula;
- Que os pavimentos sejam lavados com uma solução à base de água e desinfetante;

- Que os brinquedos e materiais de uso partilhado sejam higienizados com um detergente doméstico e passados por água limpa, no final da sua utilização;
- Nas salas do Pré-Escolar, os bonecos de peluche devem ser retirados, e frequentemente deverão ser desinfetados lápis/marcadores e outros objetos que as crianças normalmente levem à boca.

### 7.3 - Alunos

#### **Aos alunos aconselha-se:**

- Para evitar aglomerações Bar, aconselham-se os alunos a trazerem lanche de casa.
- Estar atento/a ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar antes para o SNS24 (808 24 24 24) e seguir as suas orientações.

#### **Recomenda-se também:**

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Nos 14 dias após o regresso: o promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, sem absoluta necessidade (exceto atividades letivas e profissionais); o evitar cumprimentos com contacto físico;
- Ter uma atitude interventiva e educativa;



- Respeitar todas as indicações fornecidas pelas Direção, Docentes e Assistentes Operacionais.

## 8. Aulas de Educação Física<sup>1</sup>

Para evitar a troca de calçado desportivo, será colocado um tapete de higienização de calçado à entrada do Pavilhão.

Segundo as orientações conjuntas da DGEST e DGE nas aulas de Educação Física serão:

- a) Privilegiados os espaços exteriores para as práticas letivas em EF (Recursos Espaciais);*
- b) Será promovida a lavagem e/ou desinfeção das mãos dos alunos, professores, assistentes operacionais, ou outros à entrada e à saída das instalações desportivas ou de outros locais onde decorra a prática de desporto, com recurso a água e sabão ou, em alternativa, desinfetar as mãos com solução à base de álcool;*
- c) Será promovida a adoção de estratégias e metodologias de ensino que privilegiem o respeito pelo distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos, de acordo com a Orientação n.º 030/2020, da DGS, para a prática de exercício físico, diligenciando no sentido da adequação e adaptação das tarefas propostas em contexto de aula;*
- d) Será evitada a partilha de material (Recursos Materiais), sem que seja higienizado entre utilizações;*
- e) Serão Identificadas as aprendizagens que necessitem de recuperação e consolidação, em função da suspensão das atividades letivas presenciais no final do ano letivo anterior, refletindo-as na planificação da disciplina.*
- f) Na situação de transição para o “Regime Misto”, sugere-se que na disciplina de Educação Física, pela sua característica claramente prática, sejam privilegiadas as atividades presenciais.*

### 8.1-Recursos Espaciais

---

<sup>1</sup> [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes\\_educacao\\_fisica\\_20202021\\_dge\\_dgs.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes_educacao_fisica_20202021_dge_dgs.pdf)



No respeito pelas regras de prevenção e controlo da doença disponibilizadas pela DGS, assim como de outras medidas de higienização e controlo ambiental, a organização dos recursos espaciais afetos à disciplina de EF serão valorizados os seguintes pressupostos:

- Garantir a existência de circuitos no acesso às instalações desportivas e, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;
- Promover a utilização de calçado exclusivo no acesso às instalações desportivas;
- Identificar os espaços que necessitem de ser reconfigurados em função das regras de utilização, reposicionando ou até mesmo removendo equipamentos existentes, de forma a assegurar o distanciamento físico recomendado entre os alunos, durante a prática de atividade física;
- Promover a delimitação de áreas de prática, de modo a orientar o posicionamento dos alunos (ex.: marcações no chão, linhas delimitadoras, etc.);
- Dar orientações aos alunos sobre como circular em segurança, praticando com os mesmos as transições entre espaços;
- Nos casos em que as aulas decorram em espaços fechados, deve ser assegurada nos intervalos e, sempre que possível, uma boa ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas, nos dias com menor calor. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC- Aquecimento, Ventilação e Ar condicionado), nos casos em que tal seja possível. Nestes casos, deve ser garantida a limpeza e manutenção adequada, de acordo com as recomendações do fabricante, e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica.
- Assegurar a limpeza e higienização dos espaços e equipamentos utilizados, entre aulas, de acordo com as orientações nos 014/2020 e 030/2020, da DGS.

Os alunos trabalham por grupos, definidos pelo responsável docente que deverá limitar a partilha de material didático.

## 8.2- Acesso aos balneários<sup>2</sup>

A utilização dos balneários é permitida sempre que sejam asseguradas as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Orientação n.º 014/2020 da DGS.<sup>3</sup>

<sup>2</sup> [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes\\_educacao\\_fisica\\_20202021\\_dge\\_dgs.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes_educacao_fisica_20202021_dge_dgs.pdf)

- Por serem espaços de uso comum e com superfícies de contato frequente, os balneários serão sujeitos a um aumento da frequência de limpeza e higienização.
- Após cada utilização será efetuada a limpeza, higienização e desinfecção dos cabides, chuveiros/cabines de duche e instalações sanitárias:

### 8.2.1- Recomendações na utilização de chuveiros/cabines de duche <sup>4</sup>

a) Os alunos serão encaminhados, em pequenos grupos definidos pelo docente responsável de forma a garantir a utilização de cabides nos balneários que permitam o distanciamento físico de dois metros entre utilizadores;

b) a utilização responsável do espaço/instalação define a lotação máxima permitida do(s) balneário(s) e chuveiros/cabines de duche, por forma a permitir a manutenção do distanciamento físico de pelo menos dois metros entre utilizadores;

e) Os circuitos de circulação de funcionários e utilizadores devem, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;

f) Assinalar de forma visível quais os cabides e chuveiros/cabines de duche que podem ser utilizados.

### 8.3- Cantina e Bar

No sentido de regular o fluxo de alunos todas as zonas destinadas às refeições estarão devidamente assinaladas. O almoço será servido entre as 12:00h e as 14:30h, com horários desfasados para evitar aglomerações e no refeitório apenas estarão os alunos que, efetivamente, estão a almoçar.

As zonas de espera, devidamente assinaladas, deverão ser cumpridas segundo a sinalética afixada, respeitando as zonas de segurança definidas.

As mesas de refeição estarão assinaladas com os lugares onde é permitido sentar.

No período de lanche e/ou almoço, em que se encontram sem máscara, as regras de distanciamento físico deverão ser respeitadas.

---

<sup>3</sup> <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0302020-de-29052020-pdf.aspx>

<sup>4</sup> [https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes\\_educacao\\_fisica\\_20202021\\_dge\\_dgs.pdf](https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/orientacoes_educacao_fisica_20202021_dge_dgs.pdf)



## 8.4- Zonas de Lazer

A sala de convívio dos alunos transita, durante a hora de almoço (entre as 12:00h e as 14:30h), para o multiusos.

## 9- Medidas de Isolamento<sup>5</sup>

- Sempre que seja identificado um caso suspeito, com sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória, será colocado na área de isolamento;
- Em caso de suspeito validado, o Agrupamento colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente
- Estando o suspeito já na área de isolamento, é contactada a Linha de Saúde 24 (808 24 24 24) e serão seguidas as instruções transmitidas, dando conhecimento imediato a um familiar direto;
- O suspeito deve permanecer na área de isolamento até à chegada do INEM;
- Sempre que haja suspeita de infeção, o espaço e possíveis objetos serão desinfetados.
- A área de isolamento deverá ser limpa e desinfetada.

### 9.1- Áreas de Isolamento

A Área de “isolamento” do edifício da **Escola Básica Dr. Leonardo Coimbra**:

- Escola Básica Dr. Leonardo Coimbra / posto médico; junto da sala de professores.

### 9.2- Caso Suspeito

#### 9.2.1-Ativação da sala de isolamento

- Quando se deteta o caso suspeito, deverá informar-se o ponto focal do estabelecimento de ensino;
- Se o caso suspeito for um menor é acompanhado com distância de segurança (2 metros) até à sala de isolamento, utilizando o caminho mais curto e/ou com menos cruzamentos de circuitos. Sempre que possível, preferencialmente pelo espaço exterior;
- Colocar a sinalética da sala em “Ocupação” na face exterior da porta (Anexo IV);
- O caso suspeito deve higienizar as mãos à entrada para a sala de isolamento e colocar máscara cirúrgica (se utilizar máscara comunitária, deve trocar). Caso o menor não consiga

<sup>5</sup> <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020-pdf.aspx>

higienizar as mãos e colocar a máscara de forma autónoma, deverá ser auxiliado pela pessoa que o acompanha após estar devidamente equipada com o EPI;

- A pessoa que acompanha o caso suspeito deve higienizar as mãos e colocar o EPI pela ordem correta (bata impermeável/fato impermeável, máscara FFP2, viseira e luvas descartáveis);

- O ponto focal liga para ADC, encarregado de educação e elo de ligação (neste último caso, deverá fornecer-se os seguintes dados: nome do caso suspeito, data de nascimento, hora e local de deteção do caso e sintomas);

- Após triagem inicial pelo ADC e chegada do encarregado de educação, o menor deverá sair da sala de isolamento e dirigir-se para o exterior da escola pelo caminho mais curto e/ou com menos cruzamentos de circuitos;

- O acompanhante deve remover EPI para saco de resíduos pela seguinte ordem (luvas descartáveis, bata impermeável, viseira e máscara FFP2);

- O acompanhante higieniza as mãos e coloca máscara comunitária;

- Colocar a sinalética de sala em “Manutenção” na face exterior da porta (Anexo IV);

- Higienizar o local onde o caso suspeito permaneceu mais tempo, logo que possível (por exemplo: mesa da sala de aula);

### 9.2.2- Caso fora do contexto de sala de aula

- O aluno dirige-se ao Assistente Operacional mais próximo;

- O Assistente Operacional questiona o aluno no sentido de averiguar se este sente sintomas de Coronavírus;

- O Assistente Operacional acompanha o aluno até à sala de isolamento e segue o procedimento referido anteriormente.

### 9.3- Recolha de informações:

#### **Identificação dos espaços frequentados e listagem dos contactos próximos estabelecidos.**

- Nome do aluno, data do início de sintomas, tipo de sintomas e história de viagens;
- Verificar quando o aluno esteve na escola;
- Identificar as atividades efetuadas e quando;



- Identificar todos os que estiveram em contacto com o caso suspeito (SNS vai solicitar estas informação);
- Ver o mapa da sala de aula;
- Preenchimento da ficha em anexo V.
- Após contacto com a Linha de Saúde 24 (808 24 24 24) seguir as orientações emanadas.
- Pedir a ficha individual do aluno.

## 10- Medidas Gerais

### 10.1- Entrada na escola

- Deverá ser criado um livro de ocorrências, onde conste todos os registos de situações que não fazem parte da rotina diária e entradas bem como saídas de pessoas externas à escola (ex. fornecedores);

- Os alunos devem ser entregues, no portão de entrada, pelo seu encarregado de educação, ou por pessoa por ele designada, e recebidas pela Assistente Operacional;

- Os encarregados de educação/adultos que venham entregar os alunos devem vir com máscara;

- Os alunos não devem trazer de casa brinquedos ou outros objetos;

- Desinfetar as mãos com solução SABA;

- Os docentes, não docentes e alunos, após a desinfeção das mãos é efetuada a medição da temperatura com um termómetro infravermelhos. Caso alguém, apresente uma temperatura superior a  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$  será encaminhada para a sala de isolamento e deve-se proceder de acordo com o fluxograma do anexo I, nos casos em que o encarregado de educação/adulto que acompanha o aluno se encontrar presente, este deverá levar o aluno para casa e contatar as autoridades de saúde (anexo II);

Após o controlo da temperatura corporal, e encontrando-se este dentro da normalidade, devem dirigir-se da forma mais rápida possível para as salas de atividades/local de trabalho respeitando as regras de segurança e de distanciamento físico.



## 10.2- No interior da Escola

- Encontram-se devidamente assinalados percursos com recurso a setas, os quais devem ser cumpridos por toda a comunidade escolar;
- O sentido da circulação deverá ser sempre pela direita;
- Encontra-se devidamente assinalada o local da sala de isolamento, sendo este do conhecimento de toda a comunidade escolar;
- Nos recreios, encontram-se delimitados espaços por grupos/anos;

## 10.3- Nas Casas de Banho

- Encontra-se afixado na porta de cada WC a lotação máxima permitida;
- Os lavatórios indisponíveis encontram-se encerrados (regra – utilização alternada);
- Os wc são higienizados regularmente;
- As idas às casas de banho devem ser controladas pelas educadoras/ assistentes operacionais/coordenadora da equipa operativa que devem assegurar que o distanciamento físico está a ser cumprido, assim como a higienização das mãos e equipamentos;
- É aconselhado o uso de toalhetes de papel descartáveis para secagem das mãos;
- Deve evitar-se as concentrações nas idas à casa de banho.

## 10.4- Sala de aula

- O docente de cada sala de aula, deverá criar um mapa com a disposição dos alunos, e entregar ao coordenador;
- Portas e janelas devem estar abertas quando os alunos chegam à sala, privilegiando-se desta forma a renovação do ar;

- A sala de aula deve garantir uma maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, deve-se privilegiar um aluno por mesa, não sendo possível agrupar por afinidade;
- Privilegiar atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.
- As mesas devem ser dispostas o mais possível junto das paredes e janelas, para que os alunos possam manter o distanciamento.
- Dar a conhecer aos alunos as novas regras de convivência social, levando-as a compreender a importância das novas formas de interação entre pares e adultos.
- Sempre que necessário desinfetar as mãos ou outros objetos pessoais.
- Cada aluno deverá possuir uma “caixa de arrumação”, na sua mesa de forma a guardara livros e outros materiais a uso.
- Cada aluno possui o seu próprio giz para a ida ao quadro;
- No quadro o apagador é apenas utilizado pelo professor(a);
- A partilha de objetos pessoais está proibida.
- Existência de um caixote do lixo com saco de plástico.

### 10.5- Recreio

- Sair da sala respeitando os circuitos definidos e instruções do pessoal docente e não docente;
- Os intervalos, são realizados preferencialmente em horários desfasados;
- Cada grupo/ano ocupará uma zona do pátio/recreio, que se encontrará devidamente sinalizado.

### 10.6- Refeitório





- Durante o período de refeições, devem ser respeitadas as seguintes medidas de distanciamento e higiene;
- A deslocação para o refeitório deve ser feita pelos percursos estabelecidos e indicados pelo pessoal docente e não docente;
- Antes e depois das refeições, as crianças devem lavar as mãos;
- A entrada e a saída do refeitório serão desfasadas para evitar o cruzamento de crianças;
- Os lugares das crianças devem assegurar o máximo de distanciamento físico possível entre crianças e agrupá-las por grupos;
- Deve ser realizada a adequada limpeza e desinfeção das superfícies utilizadas, antes e depois da sua utilização de cada grupo.

#### 10.7- Sala de Estudo/Biblioteca

- Os livros quando requisitados pelo aluno, poderão ser consultados na escola, aquando da sua devolução, estes devem cumprir uma quarentena de 72h.

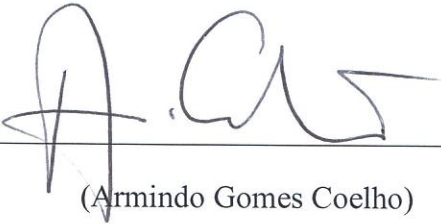
### 11- Divulgação e Avaliação do Plano

Este Plano foi elaborado de acordo com as orientações emanadas pela Direção Geral de Saúde e DGEstE. O Plano será divulgado pela Escola e explicado a todos os membros da comunidade educativa.

Será reavaliado e atualizado sempre que necessário, em articulação com as entidades competentes e de acordo com novas orientações emanadas.

Lixa, 16 de setembro de 2020

O Diretor do Agrupamento de Escolas da Lixa, Felgueiras



(Armindo Gomes Coelho)

## 12-Bibliografia

WorldHealthOrganization(WHO).Homecareforpatientswithsuspectednovelcoronavirus(ncov)infectionpresentingwithmildsymptomsandmanagementofcontacts.Geneva:WHO,20janeiro2020.[https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novelcoronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novelcoronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts).

EuropeanCentreforDiseasePreventionandControl(ECDC).TechnicalReport:PublichealthmanagementofpersonshavinghadcontactwithnovelcoronaviruscasesintheEuropeanUnion.Estocolmo:ECDC,30janeiro2020. [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU_0.pdf).

WHO (2020).[https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-(2019-ncov))

WHO (2020).[https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0062020-de-26022020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0022020-de-25012020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-002a2020-de-25012020-atualizada-a-250220201.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0032020-de-30012020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0042020-de-01022020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0042020-de-23032020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020-pdf.aspx>

<https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/informacoes/informacao-n-0092020-de-13042020-pdf.aspx>

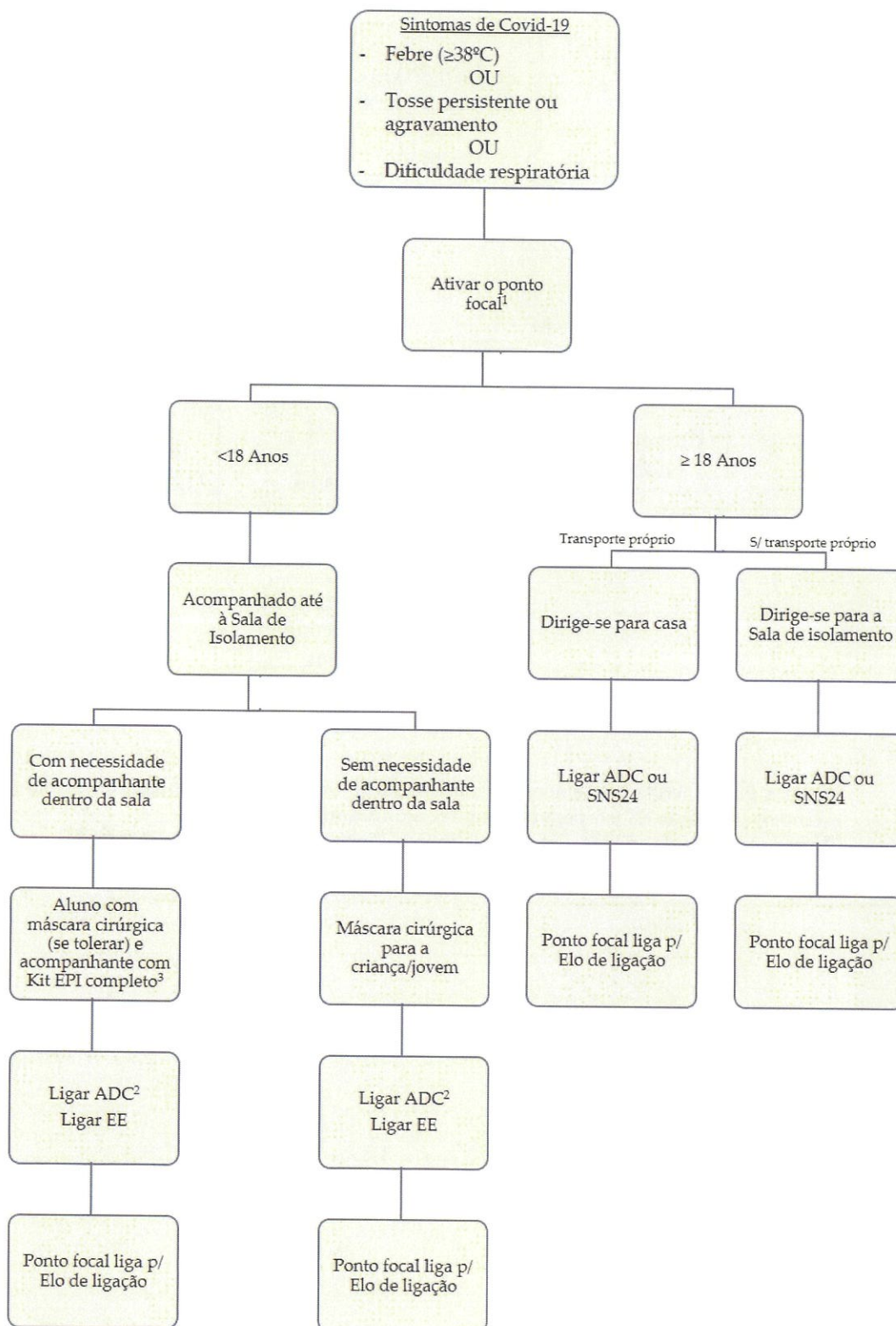


<https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/referencial-escolas-controlo-da-transmissao-de-covid-19-em-contexto-escolar-pdf.aspx>

Fluxogramas de atuação perante caso suspeito de covid-19, ACES Tâmega III, vale de Sousa Norte



## ANEXO I - FLUXO DE ATUAÇÃO PERANTE CASO SUSPEITO NA ESCOLA

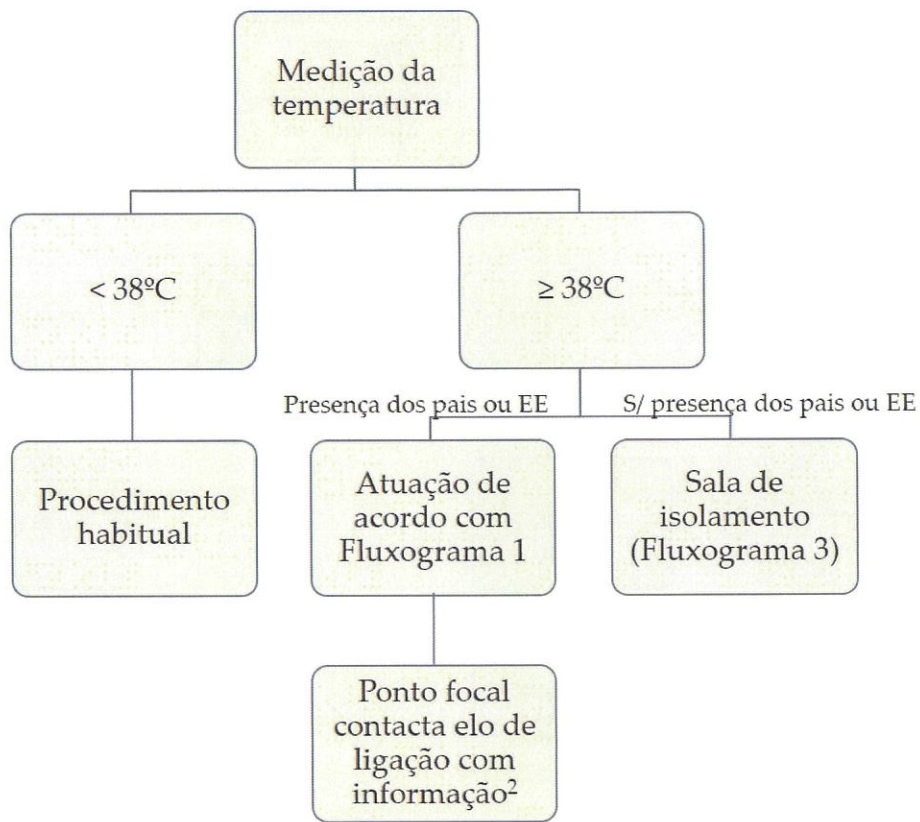


<sup>1</sup> Designado previamente pela Direção do estabelecimento de educação ou de ensino.

<sup>2</sup> A ligação pode ser realizada pelo ponto focal para o ADC, desde que haja autorização prévia (início do ano letivo) ou aquando do contacto telefónico com o EE.

<sup>3</sup> No caso de não ser possível, máscara cirúrgica para aluno (se tolerar) e para acompanhante.

## ANEXO II – CASO SUSPEITO IDENTIFICADO À ENTRADA DA ESCOLA



<sup>1</sup> Caso a Escola tenha implementada monitorização de sintomas à entrada da escola (como por exemplo, a medição da temperatura sem registo), autorizada pelos pais.

<sup>2</sup> Nome completo da criança, data de nascimento, hora, sintoma(s) e contactos do EE.

### ANEXO III - CONTATOS A DISPONIBILIZAR NA SALA DE ISOLAMENTO

Nome da Entidade	Contato Telefónico
ADC (área dedicada ao COVID)	969 342 412
ELO DE LIGAÇÃO (PONTO FOCAL)	963 882 445 255 312 997
Linha Saúde 24	808 24 24 24
Bombeiros Voluntários da Lixa	255 491 115
Centro de Saúde da Lixa	255 310 920
Agrupamento de Escolas da Lixa	255 490 730
EB 2,3 Dr. Leonardo Coimbra	255 491 241
Dúvidas e esclarecimentos	255 312 997



AS

# ANEXO IV – SALA DE ISOLAMENTO

## ESPAÇO ISOLAMENTO



OCUPADO

MANUTENÇÃO

## ANEXO V- FICHA DE ACOMPANHAMENTO À SALA DE ISOLAMENTO

Nome: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Ano: \_\_\_\_\_ Nº: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_

Professor(a)/Educadora:  
\_\_\_\_\_

Encarregado de Educação: \_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

### SINTOMATOLOGIA

Temperatura: \_\_\_\_\_ ° C

SINTOMAS	SIM	NÃO	
Tosse			
Dores de garganta			
Dores musculares			
Dores de cabeça			
Arrepios de frio			
Cansaço			
Falta de ar (dificuldades respiratórias)			
Vómitos			
Corrimento nasal			
Alergias			Quais?
Doenças Associadas			Quais?

Atividades realizadas na escola \_\_\_\_\_

### ADC/Saúde 24

Nome do profissional de saúde que atendeu a chamada: \_\_\_\_\_

Hora: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do acompanhante: \_\_\_\_\_

## ANEXO VI – MANUTENÇÃO E LIMPEZA DA SALA DE ISOLAMENTO

### Manutenção e limpeza da sala de isolamento

- 1) Esperar pelo menos 20 minutos após a pessoa suspeita ter saído;
- 2) Colocar EPI pela ordem correta (bata impermeável ou fato impermeável, máscara cirúrgica, viseira e luvas descartáveis);
- 3) Preparar a solução de lixívia na altura de utilizar;
- 4) Lavar primeiro as superfícies com água quente e detergente;
- 5) Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies e deixar atuar, pelo menos durante 10 minutos;
- 6) Enxaguar as superfícies só com água quente e deixar secar ao ar;
- 7) Fechar saco de resíduos, preferencialmente com atilho, ou em alternativa com dois nós;
- 8) Colocar em segundo saco de resíduos e fechar com atilho ou duplo nó;
- 9) Remover EPI para outro saco de resíduos pela seguinte ordem (luvas descartáveis, bata impermeável ou fato impermeável, viseira e máscara cirúrgica);
- 10) Colocar máscara cirúrgica ou comunitária e novo par de luvas descartável;
- 11) Fechar saco de resíduos, preferencialmente com atilho, ou em alternativa com dois nós;
- 12) Colocar em segundo saco de resíduos e fechar com atilho ou duplo nó;
- 13) Ambos os sacos devem ser colocados em contentores de resíduos indiferenciados após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos);
- 14) Remover sinalética.



## ANEXO VII - PANFLETOS ILUSTRATIVOS

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

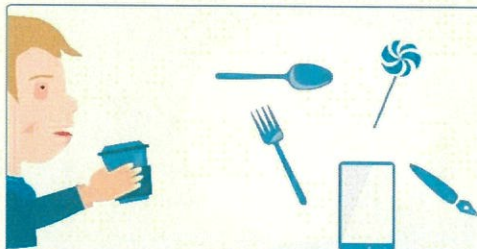
## SABES COMO TE PODES PROTEGER?



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



AS