
Plano de Contingência – COVID-19
Atualização n.º 5 | 15 de maio de 2020

Com esta atualização pretende-se transpor para o plano de contingência da escola um conjunto de informações e orientações emanadas pela DGEsTE e pela DGS a propósito do regresso às aulas em regime presencial dos alunos dos 11.º e 12.ºs anos de escolaridade, previsto para o dia 18 de maio (“Orientações – Regresso às aulas em regime presencial, da DGEsTE”; “Informação da DGEsTE, com a orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas – Limpeza e desinfecção de superfícies em ambiente escolar no contexto da pandemia COVID-19”; “Orientação n.º 024/2020, de 8.5.2020, da DGS”). Por outro lado, com a evolução da pandemia de COVID-19, há recomendações e orientações que constam do plano de contingência cuja pertinência entretanto caducou e que precisam, por essa razão, de ser revistos e atualizados.

Neste sentido, destacam-se as seguintes orientações:

1. É obrigatório o uso de máscara pelo pessoal docente, pelo pessoal não docente e pelos alunos para o acesso e a permanência na escola.
2. À entrada das instalações escolares serão disponibilizadas máscaras aos professores e aos alunos.
3. Será disponibilizada uma solução antisséptica de base alcoólica para que seja feita a higienização das mãos à entrada e à saída do recinto escolar.
4. A entrada e a saída da escola serão feitas por 3 portões diferentes, de acordo com a zona da escola onde os alunos tenham aulas (entrada pela Rua das Laranjeiras, pelo portão de serviço abaixo da paragem do autocarro, para o acesso ao pavilhão A; entrada pela Rua António Araújo, pelo portão principal da escola, para o acesso aos pavilhões B e E; e entrada pela Rua António Araújo, em frente ao pavilhão C, para acesso a esse pavilhão).
5. Para o acesso aos pavilhões onde decorrem as aulas, os alunos devem circular de acordo com as instruções definidas no Anexo 6.
6. A permanência na escola deve ser reduzida, sempre que possível, ao tempo estritamente necessário para a lecionação das aulas e para a sua assistência.
7. Durante a permanência na escola deve ser respeitada a regra de distanciamento físico de 2 metros e deve ser evitado o toque em superfícies como interruptores, maçanetas e corrimãos.
8. Todos os espaços não necessários à atividade letiva estarão encerrados, nomeadamente o bufete, a sala de convívio de alunos, a sala dos professores e o refeitório.
9. A biblioteca estará aberta, mas terá a sua lotação máxima reduzida, de modo a garantir o cumprimento das regras de distanciamento físico.
10. Os serviços da secretaria funcionam segundo agendamento prévio, devendo os alunos e os professores privilegiar a via digital para todos os procedimentos administrativos. Mantém-se aberto o canal de comunicação assegurado pela caixa de correio: margarida.oliveira@esparedes.pt.
11. A equipa responsável pela verificação e acompanhamento dos casos suspeitos de COVID-19 passa a ser constituída pelas assistentes operacionais Maria Alexandra Magalhães Gomes e Eva Paula Silva Félix Midão, sendo estas substituídas, em caso de ausência, pela assistente operacional Alzira Jesus Nunes Cruz Barroso e pela encarregada operacional Gracinda de Fátima Carvalho Sousa.
12. São atualizados e republicados no final deste documento os anexos 1, 3, 4 e 5 do plano de contingência da escola.
13. É aditado ao plano de contingência o Anexo 6 – Instruções de acesso, de circulação e de permanência nos pavilhões.

Anexo 1 do Plano de Contingência – Plano de higiene e limpeza

Na sequência das recomendações emanadas pela Direção-Geral da Saúde, pelo Estado-Maior-General das Forças Armadas e pela Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares para a limpeza e a desinfeção das instalações escolares no contexto da pandemia de COVID-19, estipula-se o seguinte plano geral de higiene e de limpeza:

1 – Ao desinfetar uma área, devem ser tidos em consideração os seguintes procedimentos:

- a. Deve ser usado equipamento de proteção individual (EPI) que proteja o profissional, quer dos produtos utilizados quer de eventual contaminação existente na área onde irá operar, e que evite, ainda, que este traga agentes contaminadores do exterior para a área da desinfeção;
- b. O profissional deve entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos;
- c. Ao entrar na “área suja”, devem ser abertas as janelas e arejar a área, sempre que possível;
- d. A limpeza deve começar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- e. Tratar com um cuidado especial a limpeza dos objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- f. À medida que se vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados, tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco;
- g. No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- h. Limpar os frascos e os produtos de limpeza antes de sair;
- i. Limpar as luvas e o calçado por fora sem os retirar;
- j. Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- k. Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- l. Terminadas as limpezas, os EPI reutilizáveis devem ser colocados em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do material e os EPI descartáveis devem ser colocados nos sacos de resíduos;
- m. Os sacos de resíduos devem ser colocados no contentor (“caixote do lixo”) dos resíduos indiferenciados. Estes resíduos não devem, em caso algum, ser colocados no contentor de recolha seletiva, nem depositados no ecoponto;
- n. Os sacos de resíduos não devem ser deixados em espaços públicos ou em zonas onde possam ser mexidos.

2 – A desinfeção dos espaços e superfícies deve ser efetuada de acordo com as seguintes frequências de referência:

- a. Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- b. Zonas e objetos de uso comum – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- c. Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- d. Salas de professores – de manhã e à tarde;
- e. Refeitórios – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e as zonas de self-service.

3 – Na limpeza e na desinfeção dos espaços escolares interiores são utilizados os seguintes produtos e técnicas:

- a. Agentes de desinfecção – solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%;
 - b. A limpeza deve ser húmida e incluir os seguintes procedimentos: i) Balde e esfregona para o chão; ii) Panos de limpeza descartáveis ou panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, se houver condições para serem lavados e desinfetados pelo calor, em máquina de lavar; iii) Sempre que possível, deixar as superfícies humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.
- 4 – Ordem de limpeza dos espaços fechados (salas de aula, salas de professores, entre outros):
- a. A limpeza deve começar de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída. O chão deverá ser a último a ser limpo;
 - b. Deve ser tido especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.
 - c. Procedimentos gerais:
 - i) Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
 - ii) Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
 - iii) Enxaguar as superfícies só com água;
 - iv) Deixar secar ao ar, sempre que possível.
 - d. Procedimentos específicos:
 - i) Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores (se existirem); torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente;
 - ii) Chão (último a limpar): deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização, conforme anexo IV e instruções do fabricante;
 - iii) Instalações sanitárias: devem ser lavadas, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1) porque é de mais fácil e rápida aplicação e desinfecção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Devem ser utilizados panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.
- 5 – A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:
- a. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
 - b. De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:
 - i) Parte interior:
 - Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos;
 - Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
 - Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
 - Voltar a puxar a água.

ii) Parte exterior:

- Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa;
 - Esfregar com o pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados);
 - Passar o pano só com água;
 - Deixar secar ao ar;
 - Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final;
- c. No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras;
- d. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

6 – Refeitórios: Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando agentes de limpeza e desinfecção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

Os profissionais da área de preparação e confeção dos alimentos devem:

- a. Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
- b. Lavar as mãos com água e sabão imediatamente antes e após a manipulação de alimentos crus ou antes e após a utilização da casa de banho;
- c. Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- d. Cumprir a etiqueta respiratória.

Anexo 3 do Plano de Contingência – Normas e recomendações para o pessoal docente e não docente

Considerando a importância dos cuidados de higiene pessoal e do ambiente escolar na prevenção e no controlo da propagação da COVID-19, recomenda-se que os professores e o pessoal não docente cumpram e tenham uma ação pedagógica junto dos alunos relativamente às seguintes medidas gerais:

1 – Cobrir a boca e o nariz quando se tosse ou espirra – Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel, nunca com a mão. Colocar o lenço de papel no caixote do lixo. No caso de não se poder usar um lenço de papel, tapar a boca com o antebraço e lavar as mãos de seguida.

2 – Lavar frequentemente as mãos – Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou com uma solução de base alcoólica, em especial depois de ter tossido, espirrado ou assoado, sempre que se utilize a casa de banho e antes das refeições.

3 – Evitar o contacto com outras pessoas quando se tiver sintomas semelhantes a uma gripe (febre / tosse / falta de ar / dificuldade respiratória / cansaço) – Sempre que se apresenta estes sintomas, deve guardar-se uma distância mínima de 1,5 a 2 metros quando se fala com outras pessoas. O cumprimento com beijos ou abraços deve ser evitado. Os alunos não devem frequentar a escola quando apresentem os sintomas descritos. A situação deverá ser esclarecida por um profissional de saúde através da Linha SNS 24 – 808 24 24 24.

4 – Sempre que possível, evitar o contacto com pessoas que apresentem os sintomas anteriormente descritos.

Quando um aluno apresentar febre, tosse ou dificuldade respiratória durante a permanência na escola, deve ser ponderado o seu isolamento. Nesse sentido, deverá ser solicitada a presença das funcionárias Alexandra Gomes ou Eva Paula Silva Félix Midão, que farão a verificação dos critérios clínicos e epidemiológicos e garantirão o eventual encaminhamento do aluno para a sala de isolamento [enfermaria do pavilhão E]. Nas suas ausências e impedimentos, as referidas funcionárias serão substituídas nessas

funções pela assistente operacional Alzira Jesus Nunes Cruz Barroso e pela encarregada operacional Gracinda de Fátima Carvalho Sousa.

Recomenda-se o isolamento em casa de qualquer profissional que apresente os sintomas anteriormente descritos, associados aos critérios epidemiológicos, até a situação ficar completamente esclarecida pelos serviços de saúde. A direção da escola deve ser imediatamente informada sobre qualquer situação de isolamento por suspeita de infeção por COVID-19 ou sobre qualquer viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início dos sintomas (tel: 255 782 127).

Anexo 4 do Plano de Contingência – Indicações para a comunidade educativa

1. Os alunos com febre ou tosse ou dificuldades respiratórias não podem vir à escola, bem como os alunos que possam estar ligados ao surto epidémico por convívio com pessoas que vivem ou estiveram em regiões infetadas, no estrangeiro ou em Portugal.
2. Os encarregados de educação dos alunos impedidos de vir à escola por causa da COVID-19 podem contactar a direção da escola através do número 255 782 127.
3. Face a receios sustentados sobre a COVID-19 os pais e encarregados de educação devem recorrer à Linha de Saúde 24: 808 24 24 24.
4. Os serviços da secretaria funcionam segundo agendamento prévio, devendo os alunos e os professores privilegiar a via digital para todos os procedimentos administrativos. Mantém-se aberto o canal de comunicação assegurado pela caixa de correio: margarida.oliveira@esparedes.pt.
5. Estão suspensos, na escola, todos os contactos presenciais dos encarregados de educação com os professores, incluindo os diretores de turma. As comunicações seguem preferencialmente a via eletrónica através das caixas de correio dos diretores de turma. No caso de dificuldades de contacto, pode ser usada, em segunda linha, a caixa geral@esparedes.pt, com a indicação de reencaminhamento para o diretor de turma.
6. Não é permitida a entrada na escola de pessoas alheias à comunidade escolar, sem a autorização expressa da direção.
7. Estão suspensas todas as atividades com alunos, exceto as aulas previstas nos novos horários que vigoram a partir de 18 de maio de 2020.
8. O meio preferencial de atualização das informações aos encarregados de educação é o portal da escola: www.esparedes.pt.
9. Devemos todos sensibilizar os alunos sobre os cuidados de proteção pessoal recomendados pela DGS, entre outros, utilizar máscara, higienizar as mãos à entrada e à saída do recinto escolar, lavar frequentemente as mãos com sabão, cobrir a boca e o nariz quando se tossir ou espirrar e evitar partilhar objetos pessoais. Os alunos devem ainda ser sensibilizados para a escassez dos meios de desinfeção disponíveis na escola e para a gravidade de os desperdiçarem confundindo-os com objetos de brincadeiras desajustadas à gravidade da situação.

Anexo 5 do Plano de Contingência – Sala de isolamento [enfermaria do bloco E]

A sala de isolamento é um espaço criado para garantir que os casos suspeitos de infeção por COVID-19 possam, num ambiente seguro, contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24), assim como evitar a propagação da doença na escola.

Confirmados os critérios clínicos e epidemiológicos definidos na Orientação n.º 006/2020, de 26 de fevereiro de 2020, da Direção-Geral da Saúde, e tomada a decisão de encaminhamento para a sala de isolamento, tratando-se de um aluno, vigora o seguinte protocolo:

- 1 – A funcionária que acompanha o aluno avisa de imediato a direção da escola por telefone ou por outro meio expedito.
- 2 – A direção da escola regista a ocorrência e contacta os pais do aluno, informando-os sobre os procedimentos adotados.
- 3 – A funcionária cumpre os procedimentos de higiene e segurança no contacto com o aluno encaminhado, em especial quanto ao uso de máscara e de luvas, e segue o percurso que entender ser o mais reservado e seguro.
- 4 – Na sala de isolamento, o aluno contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24) utilizando o telemóvel aí disponível e presta todas as informações solicitadas pelos profissionais de saúde.
- 5 – O aluno deve ser permanentemente assistido e monitorizado por um funcionário que se deve manter no exterior da sala de isolamento.
- 6 – Após a avaliação, se não se tratar de caso suspeito de COVID-19, o SNS 24 define os procedimentos adequados à situação clínica.
- 7 – Tratando-se de um caso suspeito de COVID-19, validado pela Linha de Apoio Médico (LAM) por solicitação da linha SNS 24, a Direção-Geral da Saúde (DGS) ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.
- 8 – Na situação de caso suspeito de COVID-19 confirmado, deve ser feita a limpeza e desinfeção (descontaminação) da sala de isolamento, assim como das superfícies e dos materiais e equipamentos frequentemente manuseados e mais utilizados pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Todos os resíduos do caso confirmado devem ser armazenados nos sacos de plástico disponíveis, devidamente fechados, para posterior envio para um operador licenciado na área dos resíduos hospitalares com risco biológico.

Os procedimentos descritos anteriormente aplicam-se, com as devidas adaptações, aos trabalhadores que configurem casos suspeitos de infeção por COVID-19 e que se encontrem em serviço na escola.

Anexo 6 – Instruções de acesso, de circulação e de permanência nos pavilhões.

O portão principal da escola, na Rua António Araújo, abre às 9 horas. Os outros 2 portões disponíveis nesta fase serão abertos 10 minutos antes do início de cada turno de aulas.

Os alunos que, por razões ligadas aos horários dos transportes, cheguem cedo à escola devem utilizar o portão principal e, depois de entrarem, devem dirigir-se para a biblioteca ou para a zona de recreio junto ao pavilhão onde vão decorrer as suas aulas.

Acesso ao pavilhão A – Piso 0

- Entrada na escola pela Rua das Laranjeiras, pelo portão de serviço abaixo da paragem do autocarro.
- Ao entrar na escola, virar à direita, descer a escadaria e utilizar a porta de acesso ao piso 0 do pavilhão A.
- Para sair do pavilhão A e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão A – Piso 1

- Entrada na escola pela Rua das Laranjeiras, pelo portão de serviço abaixo da paragem do autocarro.
- Ao entrar na escola, virar à direita, descer a rampa e utilizar escadaria exterior de acesso ao piso 1 do pavilhão A que fica do lado da piscina municipal.
- Para sair do pavilhão A e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão B – Piso 0

- Entrada na escola pelo portão principal (Rua António Araújo).
- Ao entrar na escola, virar à esquerda, descer a escadaria, contornar o pavilhão E e utilizar a porta de acesso ao piso 0 do pavilhão B.
- Para sair do pavilhão B e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão B – Piso 1

- Entrada na escola pelo portão principal (Rua António Araújo).
- Entrar no pavilhão E pela porta principal, que estará aberta para evitar que seja necessário tocar na barra metálica, e aceder ao passadiço que conduz ao piso 1 do pavilhão B.
- Para sair do pavilhão B e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão C – Piso 0

- Entrada na escola pelo portão em frente ao pavilhão C, abaixo da portaria (Rua António Araújo).
- Ao entrar na escola, utilizar preferencialmente a porta de acesso ao piso 0 do pavilhão C que fica em frente. Em alternativa, pode ser utilizada a porta de acesso ao piso 0 que fica do lado do pavilhão E.
- Para sair do pavilhão C e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão C – Piso 1

- Entrada na escola pelo portão em frente ao pavilhão C, abaixo da portaria (Rua António Araújo).
- Ao entrar na escola, virar à esquerda, contornar o pavilhão C e utilizar escadaria exterior de acesso ao piso 1 que fica do lado do campo de jogos e do gimnodesportivo.
- Para sair do pavilhão C e da escola deve ser feito o percurso inverso.

Acesso ao pavilhão E

- No caso de ser necessário aceder ao pavilhão E, para utilização da biblioteca ou das instalações sanitárias, deve ser seguido o percurso mais curto a partir do ponto onde se encontram, privilegiando a circulação pelo exterior. A circulação dentro do pavilhão deve ser reduzida ao mínimo indispensável e sempre respeitando as regras de distanciamento físico.

Permanência nos pavilhões

- Os alunos e os professores permanecem nos pavilhões o tempo estritamente necessário às atividades letivas.
- Durante o intervalo das aulas, os alunos devem permanecer no corredor junto à sala que lhes foi adjudicada, sempre respeitando as regras de distanciamento físico.
- A permanência noutros espaços da escola deve ser reduzida ao mínimo indispensável.

A atualização n.º 5 do plano de contingência entra em vigor a partir do dia 15 de maio de 2020.

Escola Secundária de Paredes, 15 de maio de 2020.

O Diretor,

Francisco Queirós