



**PLANO DE CONTINGÊNCIA
COVID-19**

Índice

I. Introdução	3
II. Enquadramento	4
1. O que é a COVID-19.....	4
2. Sintomas.....	4
3. Qual o modo de Transmissão da Infecção?.....	4
4. Qual é o período de incubação da doença?	4
5. Quais as medidas de prevenção.....	5
III. Plano de Contingência do “Além Escola”	6
1. Medidas de prevenção e controlo da Infecção	6
2. Área de Isolamento	7
3. Procedimentos num caso suspeito.....	7
4. Procedimentos na vigilância de contactos próximos.....	7
5. Divulgação do Plano	7

I. Introdução

O Plano de Contingência do centro de estudos “Além Escola” tem como objetivo geral manter o funcionamento face aos possíveis efeitos da pandemia, nomeadamente o absentismo dos profissionais e dos alunos e respetivas repercussões na sua saúde, nas atividades escolares e no ambiente familiar e social de toda a comunidade.

O “Além Escola” acredita ter um papel importante na prevenção da pandemia, quer pela possibilidade de contágio quer pela rápida propagação da doença entre os seus alunos e profissionais.

Ter um Plano de Contingência significa estar preparado na prevenção de contágio e ter a capacidade de tomar medidas de ação rápidas uma vez instalada uma situação de alerta, assim como recuperar rapidamente das consequências desta situação.

O Plano de Contingência do “Além Escola” tem como referencial as orientações internacionais, nomeadamente da Organização Mundial da Saúde (OMS), da Comissão Europeia e do Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças (ECDC), assim como toda a informação disponibilizada pela Direção-Geral da Saúde (DGS). Salienta-se ainda o facto de, numa situação de pandemia, poderem surgir alterações legislativas ou orientações emanadas pela DGS e/ou pelas autoridades de saúde locais, que influenciem as tarefas e práticas referidas neste Plano de Contingência. Assim, este Plano será revisto com regularidade e atualizado à medida que nova informação vai surgindo.

É também absolutamente necessário e indispensável que todos colaborem, cumprindo e fazendo cumprir as diretrizes aqui descritas.

II. Enquadramento

1. O que é a COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o novo Coronavírus (2019-nCoV) identificado pela primeira vez em Wuhan, China. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

2. Sintomas

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

- febre;
- tosse;
- falta de ar (dificuldade respiratória);
- cansaço.

Podem surgir outros sintomas, menos comuns, mas não menos importantes:

- dores musculares generalizadas;
- perda transitória do paladar e/ou do olfato;
- diarreia;
- dor de cabeça.

A pessoa infetada nem sempre apresenta sintomas sendo, por isso, assintomática.

As crianças e jovens diagnosticados com COVID-19 têm habitualmente uma manifestação ligeira da doença, com menor risco de complicações e hospitalização.

3. Qual o modo de Transmissão da Infeção?

Atualmente, considera-se que o coronavírus se transmite por:

- contacto direto: através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
- contacto indireto: através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, o contacto com a boca, nariz ou olhos.

4. Qual é o período de incubação da doença?

Atualmente, acredita-se que o período de incubação varia entre 1 a 14 dias.

5. Quais as medidas de prevenção

Acreditando que o vírus se transmite de pessoa para pessoa, essencialmente através de gotículas que podem ser inaladas ou depositadas em superfícies ou objetos em que tocamos, salientamos as seguintes medidas de prevenção:

- distanciamento social;
- usar máscara;
- higienizar frequentemente as mãos (com água e sabão ou com álcool gel);
- utilizar lenços de papel uma única vez, colocando-os de imediato no caixote do lixo;
- automonitorização de sintomas, não se deslocando para o centro de estudos pessoas com sintomas sugestivos de COVID-19;
- em caso de dúvida, ligar para a Saúde 24 e seguir as recomendações.

III. Plano de Contingência do “Além Escola”

1. Medidas de prevenção e controlo da Infeção

- O “Além Escola” vai trabalhar, de preferência, com porta e/ou janelas abertas. Esta situação só não terá lugar se as condições atmosféricas não o permitirem. O espaço de funcionamento do “Além Escola” possui um sistema de renovação de ar, o que permite uma melhor e mais limpa circulação do ar inspirado.
- Obrigatoriedade de desinfetar as mãos com álcool gel à entrada e saída do espaço. Ao longo do dia serão vários os momentos de higienização das mãos (como por exemplo: antes e após o lanche, após uma ida à casa de banho, após se assoarem). Para que tal seja possível, estará disponível quer sabonete líquido, para a lavagem das mãos, quer solução antisséptica de base alcoólica (álcool gel), para a desinfeção das mãos.
- A obrigatoriedade do uso de máscara dentro do “Além Escola” obedece ao estritamente legislado. Isto é, todos os elementos com idade igual ou superior a 10 anos ou que já frequentem a partir do 2.º ciclo, só poderão entrar com máscara corretamente colocada. Caso tenha havido esquecimento por parte de um aluno e/ou professor, ser-lhes-á facultada uma máscara descartável. Caso o esquecimento seja por parte de um Encarregado de Educação, o mesmo deverá esperar no exterior, mantendo a distância necessária da porta e das restantes pessoas que se encontrarem no local.
- Evitar-se-á sempre que possível o uso de material escolar (lápiz, canetas, borrachas, entre outros) que não seja do próprio aluno. Quando tal não for possível, o material deverá ser desinfetado antes e após a sua utilização.
- Antes de se iniciar o Apoio ao Estudo, cada aluno, com ajuda dos professores, deverá desinfetar o seu local de trabalho (mesa, cadeira e acrílico).
- Nas salas de estudo, todos os alunos estarão afastados com uma distância mínima de 1,5m.
- No momento do lanche, os alunos deverão manter-se afastados com uma distância mínima de 1,5m.
- Não deve haver fila para a casa de banho. Caso esta esteja ocupada, o aluno deverá regressar à sua sala, ao seu lugar, e deverá aguardar até que a mesma fique livre.
- Na casa de banho, para se secarem as mãos, todos devem usar toalhas de papel descartáveis e colocá-las no caixote do lixo após a sua utilização.
- Daremos preferência a que atendimentos, pedidos de informação ou outros contactos sejam feitos por telefone, e-mail ou outra via não presencial. Os pagamentos deverão ser feitos, preferencialmente, por transferência bancária ou MBWAY.
- No caso de entrarem, os encarregados deverão aguardar na zona da receção. Apelamos a que não entrem caso não haja necessidade.
- No final da manhã e da tarde e sempre que se justifique, serão desinfetados/higienizados o balcão de entrada, os puxadores das portas e as casas de banho.

2. Área de Isolamento

É estabelecida como área de isolamento a sala junto à janela virada para o exterior.

A colocação de um professor ou aluno suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outras pessoas possam ser expostas e infetadas. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.

3. Procedimentos num caso suspeito

Caso um aluno apresente febre, o Encarregado de Educação será imediatamente contactado e deverá vir buscar o seu educando o mais brevemente possível. Deverá ser o Encarregado de Educação a contactar a linha SNS 24, transmitindo-nos depois as indicações recebidas. O 112 só será acionado caso o aluno ou professor apresente dificuldade respiratória notória.

4. 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.

Seguir-se-ão as recomendações dadas pelas autoridades competentes.

5. Divulgação do Plano

A divulgação deste plano será feita junto dos professores por correio eletrónico e pela afixação na receção do centro. Qualquer dúvida sobre o Plano, deverá ser esclarecida por uma das responsáveis do “Além Escola”

As responsáveis:
