



EXTERNATO MARISTA DE LISBOA

PLANO DE CONTINGÊNCIA
informação geral à comunidade educativa

Infeção por SARS –CoV-2 (COVID-19)

1. INTRODUÇÃO

A Doença por Coronavírus e sua transmissão

Apareceu, na cidade de Wuhan, uma doença provocada por um novo coronavírus, que pode causar infecção respiratória grave como a pneumonia, designado, pela Organização Mundial da Saúde, como COVID-19.

Pensa-se que a transmissão de pessoa a pessoa ocorre durante uma exposição próxima a uma pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou fala. Pode também transmitir-se através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus, assim como o contacto com as mucosas oral ou ocular. 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 e febre.

2. OBJETIVOS

- 1. Proteger os membros de Comunidade Educativa do coronavírus;**
- 2. Agir de forma eficiente e célere em caso de hipotética infeção;**
- 3. Informar toda a comunidade educativa em relação aos procedimentos a adotar;**

3. RECOMENDAÇÕES

Toda a Comunidade Educativa deve conhecer as manifestações da doença, modo de transmissão e medidas de autoproteção. Nesse sentido, estão a ser desenvolvidas as seguintes medidas:

- ✓ Afixação de cartazes enviados pela Direção Geral de Saúde (Fev. 2020);
- ✓ Sensibilização sobre as medidas preventivas em relação ao coronavírus;
- ✓ Disponibilização de informações atualizadas no site do Externato.

4. REFORÇO DE MEDIDAS DE PROTEÇÃO, PREVENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO

Medidas de Autoproteção

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:

- Procedimentos básicos para higienização das mãos, nomeadamente, lavar as mãos com frequência (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilizar um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas);
- Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para o ar ou para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel, que deverá ser descartado num caixote de lixo; seguidamente higienizar as mãos);
- Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto: evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).

Os membros da comunidade educativa devem lavar as mãos:

- ✓ antes de sair de casa;
- ✓ ao chegar ao Colégio;
- ✓ após usar a casa de banho;
- ✓ após intervalos e atividades desportivas;
- ✓ antes das refeições, incluindo lanches;
- ✓ antes de sair do Colégio.

Os membros da comunidade educativa devem ainda:

- ✓ utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 60% 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.
- ✓ contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24 em caso de sintomas ou dúvidas (não se deslocar diretamente para nenhum estabelecimento de saúde).

Pais/Encarregados de Educação

1. Evitar cumprimentos com contacto físico entre os pais e o pessoal da Instituição;
2. Incentivar/ Ensinar os seus educandos a lavar as mãos antes e depois das refeições e quando chegam a casa;
3. Ensinar os seus educandos, quando espirram ou tosem, a colocar o braço na frente;
4. Estar atentos a eventuais sintomas de Covid-19., e, nesse caso, não trazer os seus educandos para o Externato;
5. Informar o Externato, através do respetivo Coordenador de Ciclo, no caso de terem tido contacto com pessoas portadoras do Covid-19;
6. Não trazer a criança para o Externato com febre;
7. Obrigatoriedade da entrega de Declaração Médica ao final de cinco dias, mesmo que a criança/jovem tenha permanecido em casa;
8. Sempre que os Pais/Alunos saiam do país, ao regressarem, devem ligar para a **Saúde 24** informando os técnicos de saúde onde estiveram, a fim de responderem ao questionário respetivo.

5. IDENTIFICAÇÃO DE CASO SUSPEITO de infeção por Covid 19 – PROCEDIMENTOS

- Encaminhar **IMEDIATAMENTE** casos suspeitos que revelem alguma alteração do estado de saúde para o Gabinete de Enfermagem;
- Perante suspeita, o Gabinete de Enfermagem, contacta a linha Saúde 24 para decisão quanto a necessidade de realização de rastreio e orientação posterior. Até esclarecimento da situação, as restantes crianças/alunos e funcionários deverão permanecer nas respetivas salas;
- Sempre que um aluno apresente sintomas de infeção por Covid 19 durante a permanência no Externato, os Pais serão contactados para deslocação ao Externato;
- Se o caso for validado como suspeito e os testes confirmarem a infeção, todos os pais serão informados e a criança infetada só poderá frequentar o Externato após a apresentação de atestado médico que o confirme.

O presente **Plano de Contingência**, poderá sofrer alterações face a novas orientações ou acontecimentos.

Lisboa 6 de março de 2020

O Diretor
Eurico Santos