



akademia

PLANO DE CONTINGÊNCIA – PLANO
DE PREVENÇÃO E RESPOSTA À
DOENÇA POR NOVO CORONAVÍRUS
(COVID-19)

Setembro 2020

INTRODUÇÃO

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência da Akademia para a Doença por Coronavírus (COVID-19). Visa a prevenção e controlo de infeção de casos de Coronavírus COVID-19 na Akademia, estabelecendo os procedimentos e medidas a adotar pelos colaboradores, alunos e encarregados de educação perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados. Este plano foi desenvolvido com base nas orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS) e as orientações do Ministério da Educação, podendo ser reajustado em função da evolução da situação. As indicações expressas são válidas para visitantes, alunos, pessoal docente e não docente e devem ser respeitadas e seguidas por todos.

Os colaboradores e alunos serão informados sobre a doença por coronavírus (COVID19) e sobre as formas de evitar a transmissão, através dos meios mais adequados: Boletim Informativo, por correio eletrónico, afixação de cartazes nos espaços comuns, etc.

A Akademia está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus colaboradores e de toda a comunidade que frequenta os seus espaços.

A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus pertencem à família *Coronaviridae* que integra vírus que podem causar infecção no Homem, noutros mamíferos (por exemplo nos morcegos, camelos, civetas) e nas aves. Até à data, conhecemos oito coronavírus que infetam e podem causar doença no Homem. Normalmente, estas infeções afetam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes às constipações comuns ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia.

O novo coronavírus, o SARS-CoV-2, que origina a doença designada COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada e já existe infeção em vários países. A investigação prossegue.

1.1 Sintomas e Sinais

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a **ausência de sintomas** (sendo assintomáticos) até **febre** (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), **tosse**, **dor de garganta**, **cansaço** e **dores musculares** e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte.

Os dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a segunda semana da doença.

1.2 Como se transmite e período de incubação

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias.

1.3 Comportamento preventivos

Duas das medidas mais efetivas são a higiene das mãos e a etiqueta respiratória.

Todos os funcionários e alunos devem lavar as mãos várias vezes ao longo do dia, antes e depois de comer, de ir à casa de banho, ao chegar à Akademia, ou sempre que se justifique. Devem lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, esfregando sequencialmente as palmas, dorso, cada um dos dedos e o pulso, secando-as bem no final. As mãos devem ainda ser desinfetadas com solução à base de álcool com 70% de concentração, que se encontram à entrada do edifício e em todos os espaços comuns. Anéis, pulseiras, relógios, ou outros objetos, antes da lavagem das mãos devem ser retirados e higienizados após a sua utilização.

A etiqueta respiratória traduz-se num conjunto de medidas a aplicar para evitar transmitir gotículas respiratórias: quando tossir ou espirrar, proteja o nariz e a boca com um lenço descartável ou com o antebraço. Após a utilização do lenço descartável, deite-o imediatamente no lixo. De seguida lave de imediato, as mãos. Caso tenha utilizado o braço, lave-o, ou à camisola, assim que possível. O contato físico próximo deve ser evitado.

Os funcionários e alunos que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias.

O uso de máscaras é uma medida adicional de proteção, que deve ser complementar às medidas de distanciamento, higiene das mãos e etiqueta respiratória. A sua utilização é obrigatória em espaços públicos fechados, como transportes públicos ou estabelecimentos comerciais.

Para utilizar máscara de forma efetiva deve garantir que a coloca e remove em segurança.

1.4 Medidas preventivas adotadas

1. Medidas gerais:

- a) A Akademia está preparada para a abordagem de casos de COVID-19, através de ativação e atualização do seu plano de Contingência;
- b) Está definida uma sala de isolamento, sala de reuniões, que contém água e alimentos não perecíveis e acesso a instalações sanitárias;
- c) A Akademia tem que informar os Encarregados de Educação das normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo de transmissão;

2. Instalações:

- a) As instalações sanitárias possuem água, sabão líquido com doseador e toalhetes de papel de uso único;
- b) Está disponível material adequado para desinfecção regular do edifício;

- c) Em cada sala de apoio escolar e locais comuns estão disponíveis soluções à base de álcool com 70% de concentração

3. Funcionários e alunos:

- a) Os funcionários e alunos estão equipados com material de proteção como máscara ou viseira; a Akademia disponibiliza o mesmo material se necessário;
- b) As salas de frequência comum estão organizadas de forma a manter o distanciamento de segurança;
- c) A chegada e saída dos alunos da Akademia, deve ser acompanhada por um funcionário permanecendo o encarregado de educação fora das instalações;
- d) Os funcionários e os alunos devem respeitar as regras de segurança e de distanciamento físico superior a 1 metro.

4. O espaço

- a) As salas de apoio escolar estão organizadas de forma a garantir o distanciamento físico entre as crianças, cumprindo distanciamento superior a 1 metro;
- b) Sempre que possível, as crianças estão divididas por salas de apoio escolar fixas, havendo somente rotação do corpo docente de forma a evitar contacto entre alunos de grupos diferentes;
- c) A Akademia mantém os espaços ventilados e arejados;
- d) O acesso às salas de apoio é sempre que possível limitado aos profissionais afetos à mesma;
- e) Os ecrãs e os teclados devem ser limpos frequentemente ou após cada utilização, de preferência com toalhetes de limpeza e desinfeção rápida à base de álcool ou outro desinfetante com ação contra o vírus.

5. Transporte Coletivo de Crianças

- a) É assegurada a redução a 2/3 (dois terços) da capacidade total de transporte, mantendo sempre que possível o distanciamento físico de pelo menos um banco;
- b) Cada veículo dispõe de solução à base de álcool à entrada (e saída) da viatura;
- c) Cada veículo dispõe ainda de material necessário à higienização após cada utilização;

2. Atuação perante um caso suspeito

2.1O que é um caso suspeito?

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

2.2 Atuação

- a) Perante a identificação de um caso suspeito, este deve ser encaminhado para a área de isolamento definida para o efeito (sala direção);
- b) Os encarregados de educação do caso suspeito devem ser de imediato contactados para levar a criança e aconselhados a contactar o SNS 24 (808 24 24 24), o que também poderá ser feito na Akademia pelo diretor, desde que tenha o consentimento dos encarregados de educação;
- c) A Autoridade de Saúde Local deve ser imediatamente informada do caso suspeito, bem como dos seus contactos, de forma a facilitar a aplicação de medidas de Saúde Pública aos contactos próximos.
- e) Deve reforçar-se a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento, nos termos da Orientação 014/2020 da DGS.



Figura 1. Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar

2.3 Casos validados e não validados

Na sequência da triagem telefónica:

1. Se o caso **não for considerado suspeito** de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas), a pessoa segue o procedimento normal da Akademia, de acordo com o quadro clínico apresentado. Terminam os procedimentos constantes no Plano de Contingência para COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar”.
2. Se o caso **for considerado suspeito** de COVID-19 pela triagem telefónica (SNS 24 ou outras linhas) será encaminhado de uma das seguintes formas:
 - a) Autocuidado: isolamento em casa;
 - b) Avaliação Clínica nas Áreas Dedicadas COVID-19 nos Cuidados de Saúde Primários;
 - c) Avaliação Clínica em Serviço de Urgência.
 - d) Devem ser prosseguidos os procedimentos constantes no “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar”.
 - e) Se o encarregado de educação não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo diretor da Akademia.
 - f) Caso exista um caso suspeito de COVID-19 triado pela SNS 24 ou outras linhas de triagem telefónica, é contactada de imediato a Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local, cujos contactos telefónicos (213 911 030; usp.lxcentral@arslvt.min-saude.pt) devem constar num documento visível na área de isolamento, e estar gravados no telemóvel do diretor da Akademia.

g) A Autoridade de Saúde Local:

- Prescreve o teste para SARS-CoV-2 e encaminha para a sua realização;
- Esclarece o caso suspeito, se for um adulto ou o encarregado de educação, caso se trate de um menor sobre os cuidados a adotar enquanto aguarda confirmação laboratorial e sobre os procedimentos seguintes (no que for aplicável da Orientação n.º10/2020 da DGS).

A deslocação para casa, para os serviços de saúde ou para o local de realização de teste deve ser feita em viatura própria dos encarregados de educação. Se tal não for possível, deve ser utilizada uma viatura de transporte individual, não devendo recorrer-se a transporte público coletivo. Durante todo o percurso o caso suspeito e o(s) respetivo(s) acompanhante(s) devem manter a máscara devidamente colocada.

2.4 Contactos próximos

1. A Autoridade de Saúde Local, no primeiro contacto com o estabelecimento de educação ou ensino, procede a uma rápida avaliação da situação/risco, para decidir a celeridade e amplitude das medidas a adotar. Caso considere necessário, pode implementar medidas de proteção, enquanto aguarda confirmação laboratorial, nomeadamente:
 - a) Isolamento dos contactos que estiveram sentados em proximidade na sala de aula ou no refeitório ou outros contactos próximos identificados;

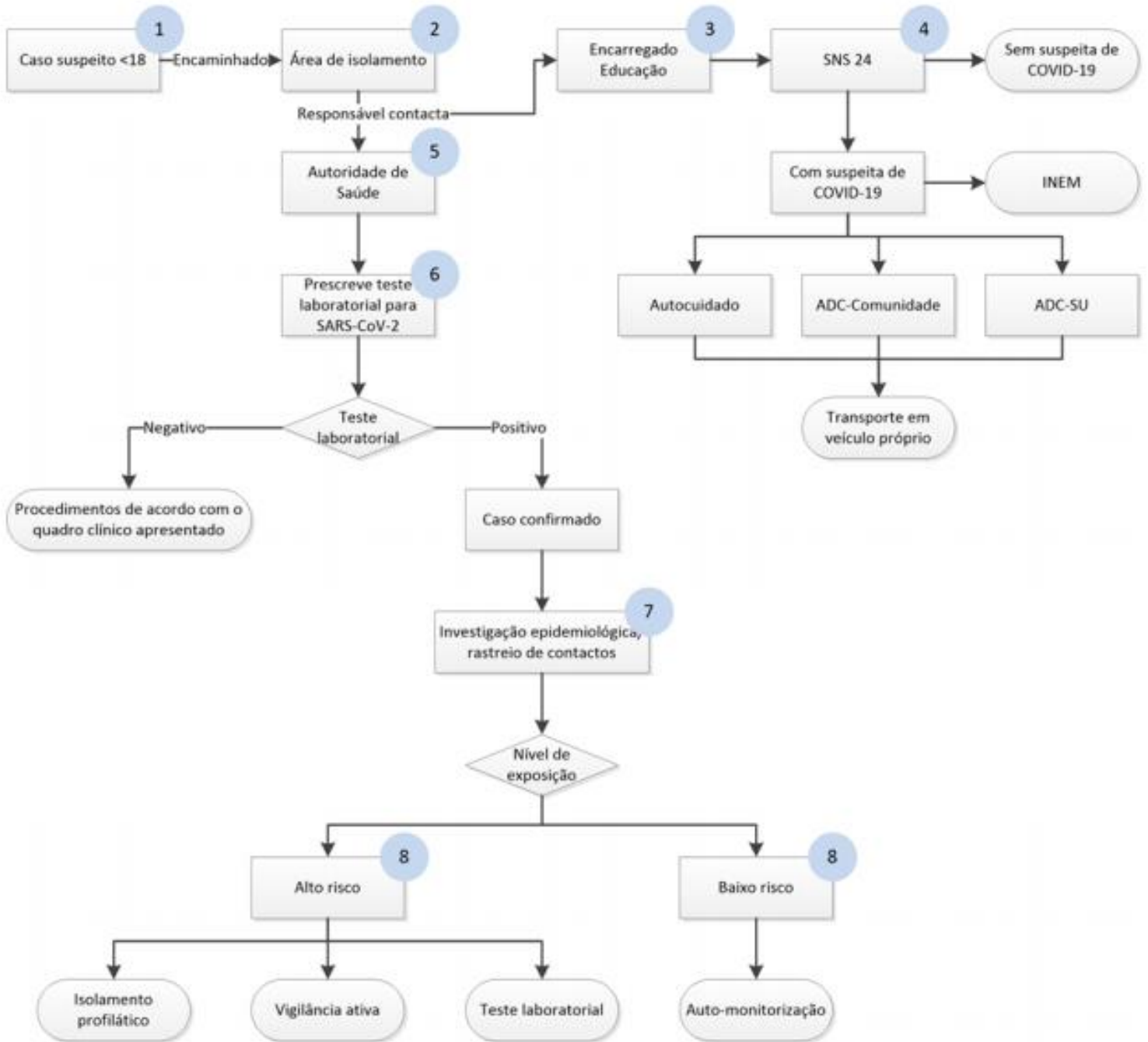
Após confirmação laboratorial do caso, a Autoridade de Saúde Local deve prosseguir com a investigação epidemiológica (in loco, se necessário):

- b) Inquérito epidemiológico
 - c) Rastreio de contactos;
 - d) Avaliação ambiental.
2. A Autoridade de Saúde informa o caso, os contactos de alto e baixo risco e o estabelecimento de educação ou ensino sobre as medidas individuais e coletivas a implementar, de acordo com a avaliação da situação/risco efetuada, nomeadamente:
 - Isolamento de casos e contactos, encerramento da turma, de áreas ou, no limite, de todo o estabelecimento de educação ou ensino;
 - Limpeza e desinfeção das superfícies e ventilação dos espaços mais utilizados pelo caso suspeito, bem como da área de isolamento (Orientação n.º 014/2020 da DGS);
 - Acondicionamento dos resíduos produzidos pelo caso suspeito em dois sacos de plástico, resistentes, com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilho e colocação dos mesmos em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos). Para implementação de medidas e gestão de casos, a Autoridade de Saúde Local, pode mobilizar e liderar uma Equipa de Saúde Pública.

3. Casos suspeitos fora do espaço Akademia:
Os indivíduos com a sintomatologia de Coronavírus COVID-19 que se encontrem fora da Akademia devem adotar os seguintes procedimentos:
- a) Contatar a LINHA SAÚDE 24: 808 24 24 24 e seguir as indicações/instruções;
 - b) Ficar onde se encontra. Só se deve apresentar ao serviço ou na Akademia se receber indicações para tal do Serviço Nacional de Saúde;
 - c) Logo que possível informar a Direção da Akademia pelo número de telefone 21 853 02 01 ou através do email info@akademia.pt

3. Divulgação

- Afixação de cartazes da Direção Geral de Saúde (DGS) sobre a correta higienização das mãos, etiqueta respiratória e colocação de máscaras;
- Envio de informação por correio eletrónico e/ou outros meios à comunidade educativa (alunos e encarregados de educação)
- Divulgação do Plano por todos os profissionais (pessoal docente e não docente) por correio eletrónico.



Fluxo 1: Atuação perante caso suspeito de COVID-19 em menor de idade