



# PLANO DE CONTINGÊNCIA

---

## Doença por Coronavírus (COVID-19)

28 de abril de 2020

## ÍNDICE

1. NOTA INTRODUTÓRIA.....	1
2. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO .....	3
2.1 MEDIDAS DE HIGIENE PESSOAL.....	3
3.2 MEDIDAS GERAIS DE HIGIENE NO COLÉGIO .....	5
4. MEDIDAS A ADOTAR AO REGRESSAR DE ÁREAS COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA	6
5. MEDIDAS A ADOTAR PELOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO.....	7
6. MEDIDAS A ADOTAR PELO COLÉGIO EM CASO DE SUSPEITA.....	8
7. MEDIDAS ADOTADAS PARA DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AUTOCUIDADOS/DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁREAS DEDICADAS COVID-19 NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS / DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁERAS DEDICADAS COVID-19 NOS SERVIÇOS DE URGÊNCIA.....	13
8. PROCEDIMENTOS A ADOTAR QUANDO EXISTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO.....	18
9. PROCEDIMENTOS A ADOTAR QUANDO EXISTE UM CASO SUSPEITO CONFIRMADO.....	19
10. PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS.....	20
11. MEDIDAS A ADOTAR PERANTE CASOS SUSPEITOS VALIDADOS OU CASOS CONFIRMADOS DE ALUNOS OU COLABORADORES DETETADOS FORA DO COLÉGIO.....	23
12. RESPONSABILIDADE DOS ALUNOS NO CUMPRIMENTO DAS REGRAS .....	24
13. RESPONSABILIDADE DOS COLABORADORES NO CUMPRIMENTO DAS REGRAS .....	24
14. ÁREA(S) DE ISOLAMENTO .....	25
15. EQUIPA OPERATIVA .....	26
16. INFORMAÇÕES IMPORTANTES .....	27

## 1. NOTA INTRODUTÓRIA

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos. A fonte da infecção é ainda desconhecida.

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infecção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia. Ainda está em investigação a via de transmissão.

Considera-se que o 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).

A transmissão pode realizar-se de forma:

- Direta de pessoa para pessoa (via aérea e por contacto). 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.
- Indireta (superfícies/objetos contaminados). Através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com a boca, nariz ou olhos

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

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 oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infecção.

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infecção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 instituídas têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

O Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças (ECDC) subiu o risco de infeção na EU de moderado para elevado, conduzindo à monitorização e avaliação de forma ativa da epidemia e seus impactos. A redução da disseminação da doença, obriga à implementação de medidas de carácter preventivo a nível individual e comunitário, apesar de algumas já fazerem parte do nosso quotidiano.

Neste contexto, o Colégio Valsassina elaborou um PLANO GERAL DE CONTINGÊNCIA, alargado a toda a comunidade escolar, tomando em consideração a especificidade de procedimentos dirigida quer a alunos quer a colaboradores.

O objetivo do Plano de Contingência é manter a atividade do Colégio Valsassina, em face dos possíveis efeitos do novo Coronavirus (Covid-19), nomeadamente o absentismo dos profissionais e dos alunos e respetivas repercussões nas atividades escolares e no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa.

A COVID-19 foi declarada pela Organização Mundial de Saúde como pandemia internacional, no dia 11 de março de 2020, momento em que várias medidas tem sido adotadas para evitar a expansão da doença.

Por se confirmar que Portugal se encontrava perante uma situação de calamidade pública, foi decretado o Estado de Emergência Nacional, nos termos do Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020 de 18 de março.

Atendendo ao alargamento progressivo da expressão geográfica da pandemia COVID-19 em Portugal, o país entrou na Fase de Mitigação da Pandemia COVID-19 às 00:00 do dia 26 de março de 2020.

O Plano de Contingência consiste num conjunto de medidas e ações que serão aplicadas enquanto a pandemia persistir.

Consiste num conjunto de medidas e ações que deverão ser aplicadas oportunamente.

Este plano poderá sofrer atualizações, de acordo com a evolução da doença, estando a equipa operativa criada no Colégio para o efeito, em alerta permanente a todas as diretivas emanadas pela Direção Geral de Saúde (DGS)/World Health Organization(WHO) /Centers for Disease Control and Prevention (CDC) /European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC).

A Direção Pedagógica

A Administração

Versão atualizada no dia 28 de abril de 2020

## 2. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO

Atualmente não existe vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infecção é evitar a exposição ao vírus.

Neste momento, as medidas gerais de higiene pessoal e da comunidade escolar constituem o meio mais adequado para evitar a propagação da doença.

Serão os Coordenadores, Professores e Educadoras a divulgar as informações detalhadas aos alunos, em conjunto com a afixação de cartazes, em locais específicos, com a demonstração dos procedimentos adequados.

A Direção e a Administração do Colégio Valsassina asseguram a divulgação de informações detalhadas para a comunidade, em conjunto com a afixação de cartazes, em locais específicos, com a demonstração dos procedimentos adequados.

### 2.1 MEDIDAS DE HIGIENE PESSOAL

Os princípios gerais que qualquer pessoa pode, e deve, seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios são:

- Lavar frequente e corretamente as mãos, com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, antes da entrada nas salas de aula, antes das refeições, após os intervalos, sempre que se utilize instalações sanitárias e em situações pontuais que exijam este procedimento.
- Os alunos, colaboradores e visitantes devem lavar as mãos:
  - Antes de sair de casa;
  - Ao chegar ao Colégio Valsassina;
  - Após usar a casa de banho;
  - Após os intervalos e atividades desportivas;
  - Antes das refeições, incluindo lanches;
  - Antes de sair do Colégio Valsassina.
- Pontualmente, na presença de situações de risco epidemiológico acrescido, serão disponibilizadas Soluções Antissépticas de Base Alcoólica (SABA), que estarão guardadas fora do alcance dos alunos, exclusivamente em situações e/ou locais que exijam a sua utilização, sempre com a supervisão e controlo de adultos.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca.

- Ao espirrar ou tossir, recorrer aos procedimentos de etiqueta respiratória, nomeadamente evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.
- Em complemento aos toalhetes de papel disponíveis nas instalações sanitárias e refeitórios, o Colégio disponibilizará a venda de lenços de papel em diferentes locais, permitindo o acesso fácil à utilização dos mesmos.
- Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lápiz, borracha, livros...).
- Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (copos, telemóveis, auriculares...).
- Evitar o contacto físico durante os cumprimentos.

Esta realidade difícil de cumprir, será orientada no sentido dos alunos se privarem do beijo, abraço e aperto de mão. Tentar-se-á que todos os gestos que impliquem proximidade física passem a outras formas de comunicação, nomeadamente a verbal.

De referir que o uso de máscaras de proteção é recomendado na população em geral em espaços fechados, e tornar-se-á obrigatório para alunos, pessoal docente e não docente.

### 3. MEDIDAS GERAIS DE HIGIENE NO COLÉGIO

O Colégio Valsassina implementará de imediato as seguintes medidas:

- Arejamento reforçado dos espaços letivos e não letivos – assegurado pelos professores, vigilantes e restantes elementos da equipa operativa com especial atenção para as salas de aula e outros espaços de utilização comum com maior utilização e concentração de alunos, professores e funcionários.
- Manutenção reforçada da higiene e limpeza dos espaços letivos e não letivos e dos respetivos equipamentos – efetuada através da equipa responsável e com formação para o efeito, com especial atenção para a limpeza de instalações sanitárias, balneários, material didático, puxadores das portas, interruptores, corrimãos, teclados e ratos de computadores e outras superfícies que impliquem a utilização das mãos.
- Nas salas de Informática, a desinfeção de monitores, teclados e ratos dos computadores será efetuada pelos próprios alunos, no início das aulas, com toalhetes desinfetantes destinados para o efeito, com a supervisão dos Professores. Este procedimento será também utilizado no Centro de Recursos e nos Laboratórios.
- No refeitório, todas as medidas de higienização/desinfeção utilizadas até à data cumprem o exigido nesta fase e estão de acordo com o Plano HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Point, Análise de Perigos e Controlo de Pontos Críticos). Contudo, os alunos terão que cumprir as normas instituídas para este espaço, nomeadamente a lavagem das mãos antes da entrada no local, bem como a recolha de todo o material utilizado durante a refeição e colocação no respetivo tabuleiro, transportando-o de seguida para os carros destinados ao efeito.
- No bar e respectiva sala de apoio, o Colégio será rigoroso quanto ao desrespeito por parte dos alunos das regras de higiene e manutenção das medidas preventivas daquele local.
- Nas instalações sanitárias, os alunos e restantes elementos da comunidade escolar serão informados acerca da correcta utilização do sabão líquido bem como do contacto/manuseamento de torneiras, autoclismos e baldes sanitários.
- Esclarecimentos regulares dos alunos e colaboradores sobre a situação. Sempre que considerado necessário, serão envolvidos especialistas convidados.

#### 4. MEDIDAS A ADOTAR AO REGRESSAR DE ÁREAS COM TRANSMISSÃO COMUNITÁRIA ATIVA

Em linha com as orientações da Direção-Geral da Saúde e da Organização Mundial da Saúde sobre o COVID-19. De acordo com o Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19), todos os alunos e colaboradores que cheguem a Portugal provenientes de qualquer outro país, devem, por princípio de precaução de saúde pública, respeitar um período de isolamento profilático domiciliário de 14 dias após o seu regresso, durante o qual deverão vigiar o eventual aparecimento de sintomas.

Os que se encontrem nestas circunstâncias deverão, durante esse período:

- Estar atentos ao aparecimento de tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual ou febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ) ou dispneia (falta de ar) / dificuldade respiratória, no próprio ou nas pessoas com quem convive de perto;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Lavar frequentemente as mãos, sobretudo antes das refeições e após uso da casa de banho;
- Telefonar para a Linha SNS24 (808 24 24 24) caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), e seguir as orientações.

## 5. MEDIDAS A ADOTAR PELOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

**SEMPRE QUE OS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO VERIFIQUEM A EXISTÊNCIA DA SEGUINTE SINTOMATOLOGIA:**

Quadro respiratório agudo de tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual)

**Ou**

Febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ )

**Ou**

Dispneia(falta de ar) / dificuldade respiratória

**SERÃO RESPONSÁVEIS POR:**

- Informar o Colégio, no caso do seu educando(a) apresentar sintomas, permanecendo em casa, devendo contactar a linha SNS24 808 24 24 24, seguindo as suas recomendações, ou de forma complementar, o contacto pelos doentes suspeitos de COVID-19, pode ser feito para linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, pelas ARS, em Unidades de Saúde Familiar (USF) ou Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados (UCSP), divulgadas com recurso aos parceiros regionais e locais.
- Informar o Colégio, no caso do seu/sua educando/a ter viajado para áreas com transmissão comunitária ativa. Caso o(a) aluno(a) tenha regressado de uma área afetada, deverá evitar contacto com outras pessoas devendo contactar a linha SNS24 808 24 24 24, seguindo as suas recomendações.
- Informar o Colégio, no caso do seu/sua educando(a) ter contactado com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, devendo contactar a linha SNS24 808 24 24 24, seguindo as suas recomendações.
- Informar o Colégio, no caso do/a seu/sua educando(a) ter a confirmação da doença seguindo todas as orientações médicas, e entregar declaração médica, atestando total recuperação, sem perigo de contágio, no regresso à escola.

## 6. MEDIDAS A ADOTAR PELO COLÉGIO EM CASO DE SUSPEITA

1) Com base na informação disponível pela Direção-Geral da Saúde e de acordo com a Norma 004/2020 de 23/03/2020, atualizada a 25-04-2020, a partir das 00:00 do dia 28 de abril de 2020, considera-se:

### **Caso suspeito de COVID-19**

**Todas** as pessoas que desenvolvam:

Quadro respiratório agudo de tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual)

**Ou**

Febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ )

**Ou**

Dispneia(falta de ar) / dificuldade respiratória

**Estes casos ligam para a Linha SNS24 : 808 24 24 24.** ou, de forma complementar, para linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito , pelas Administrações Regionais de Saúde (ARS), em articulação com os Agrupamentos de Centros de Saúde (ACES), em Unidades de Saúde Familiares (USF) ou Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados (UCSP), divulgadas com recurso aos parceiros regionais e locais.

2) A avaliação pela Linha SNS24 permite o encaminhamento do doente suspeito de COVID-19 para:

- a. Autocuidados, em isolamento no domicílio e sob vigilância;
- b. Avaliação médica em Áreas Dedicadas COVID-19 (ADC) nos Cuidados de Saúde **Primários (ADC-COMUNIDADE)**;
- c. Avaliação médica em Áreas Dedicadas COVID-19 nos Serviços de Urgência do SNS (**ADC-SU**);
- d. **CODU**( Centro Operacional de Doentes Urgentes )/(**INEM**

### **3) Caso provável**

Caso suspeito com teste para SARS-cov-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus **E** sem outra etiologia que explique o quadro.

#### 4) Caso confirmado

Caso com confirmação laboratorial de SARS-cov-2, independentemente dos sinais e sintomas.

A Direção-Geral da Saúde procedeu à primeira atualização da Norma 004/2020, com **produção de efeitos às 00:00 de 28 de abril de 2020**, na qual se destaca:

1) A **atualização da definição de «cura»**, de acordo com a revisão dos critérios de cura pelo ECDC e outras organizações internacionais.

2) A **suspensão da requisição do teste laboratorial** para SARS-CoV-2 **pela Linha SNS24**, sendo a sua prescrição, para os doentes com indicação para autocuidados em isolamento no domicílio da competência do médico da equipa de saúde da USF / UCSP, com o objetivo de aumentar a acuidade diagnóstica do teste laboratorial.

3) A **definição do perfil clínico** dos doentes com suspeita de COVID-19 que são seguidos no domicílio, nas ADC-COMUNIDADE e ADC-SU, incluindo a **atualização dos critérios de referência relativos às comorbilidades**, de acordo com a evolução científica e a experiência nacional.

4) A atualização dos critérios de alta para a idade pediátrica, de acordo com a evolução científica e a experiência nacional.

5) A atualização do «Protocolo para a Avaliação Telefónica a Doentes com Suspeita ou Infeção por SARS-CoV-2 em Isolamento, no Domicílio», de acordo com a evidência científica e a experiência nacional

#### **A. Se for um(a) aluno(a)**

- Qualquer aluno com sinais e sintomas de COVID-19, com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito informa o coordenador da equipa operativa, dirigindo-se à sala/gabinete de isolamento.
- O Colégio contactará de imediato o Encarregado de Educação, que deverá deslocar-se o mais rapidamente possível às nossas instalações, para em conjunto se contactar a linha SNS24 808 24 24 24 e seguirmos as devidas instruções.

- Em qualquer situação que o aluno necessite de apoio, alguém da equipa operativa assegura que seja prestada a assistência adequada até à área de “isolamento”, devendo assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.
- O elemento da Equipa operativa que dá assistência ao aluno com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o aluno suspeito/doente.

O aluno/caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24).

- Este aluno deverá usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir.
- A máscara deverá ser colocada pelo próprio. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face).
- Sempre que se justifique, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel).
- Sempre que a máscara estiver húmida, o aluno deve substituí-la por outra ou sempre que necessitar de ingerir qualquer alimento

## **B. Se for um(a) colaborador(a):**

### **B.1**

- Um colaborador com sintomatologia de COVID-19, ou que identifique outro colaborador no Colégio com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito informa o coordenador da equipa operativa, dirigindo-se à sala/gabinete de isolamento.
- Em qualquer situação que o colaborador necessite de apoio, alguém da equipa operativa assegura que seja prestada a assistência adequada até à área de “isolamento”, devendo assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.
- O elemento da Equipa operativa que dá assistência ao colaborador com sintomas, deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o colaborador doente.
- O colaborador suspeito de COVID-19 já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24).

Este colaborador deverá usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir.

A máscara deverá ser colocada pelo próprio. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face).

Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel).

Sempre que a máscara estiver húmida, o colaborador deve substituí-la por outra ou sempre que necessitar de ingerir qualquer alimento

### **B.2**

A avaliação pela Linha SNS24, permite o encaminhamento do doente suspeito de COVID-19 para :

- a. Autocuidados, em isolamento no domicílio e sob vigilância;
- b. Avaliação médica em Áreas Dedicadas COVID-19 nos Cuidados de Saúde **Primários (ADC-COMUNIDADE)**;
- c. Avaliação médica em Áreas Dedicadas COVID-19 nos Serviços de Urgência do SNS (**ADC-SU**);
- d. Centro Operacional de Doentes Urgentes (**CODU**)/INEM.

### B.3

Os doentes com suspeita de COVID-19 devem ser submetidos a teste laboratorial para SARS-CoV-2.

### B.4

Nas situações em que não seja possível testar todos os doentes com suspeita de COVID-19, têm prioridade para a realização do teste laboratorial os seguintes :

- a. Doentes com critérios de internamento hospitalar;
- b. Recém-nascidos e grávidas;
- c. Profissionais de saúde sintomáticos;
- d. Doentes com comorbilidades, nomeadamente com DPOC, asma, insuficiência cardíaca, diabetes, doença hepática crónica, doença renal crónica, neoplasia maligna ativa, ou estados de imunossupressão;
- e. Em situações de surto ou para os evitar, os utentes e/ou residentes da RNCCI (Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados) ERPI (Estrutura Residencial para Idosos), instituições de acolhimento, e reclusos;
- f. Doentes com contacto próximo com pessoas com as comorbilidades identificadas acima.
- g. Profissionais indicados na Orientação n.º 019/2020 da DGS

### B.5

Os doentes que demonstrem ausência completa da febre (sem recurso a antipiréticos) e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos são avaliados relativamente aos critérios de cura,.

### B.6

Nos doentes que cumpram os critérios do ponto anterior, **a cura é determinada:**

- a) Nos doentes sem internamento hospitalar por COVID-19: por um teste laboratorial (rRT-PCR) negativo, realizado, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.
- b) Nos doentes com internamento hospitalar por COVID-19: por dois testes laboratoriais (rRT-PCR) negativos, com pelo menos 24 horas de diferença, realizados, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.

## 7. MEDIDAS ADOTADAS PARA DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AUTOCUIDADOS/DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁREAS DEDICADAS COVID-19 NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS / DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁREAS DEDICADAS COVID-19 NOS SERVIÇOS DE URGÊNCIA.

### I. DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AUTOCUIDADOS

#### **Doentes com Indicação para Autocuidados**

Os doentes com suspeita de COVID-19 têm indicação para autocuidados, sem necessidade de avaliação clínica inicial e presencial em ADC, **quando apresentem idade inferior a 60 anos e:**

- a. Apresentam sintomas ligeiros, tais como febre não persistente (< 3 dias), com boa resposta aos antipiréticos e/ou tosse, e;
- b. Não apresentam dispneia ou dificuldade respiratória, hemoptises (expectoração com sangue), vômitos e diarreia persistentes, ou qualquer outro sintoma ou sinal de gravidade clínica, e;
- c. Não apresentam comorbilidades crónicas ou outras condições que aumentam o risco de evolução para COVID-19 com gravidade

Para a gestão de doentes em autocuidados e ambulatório é implementada a plataforma “Trace-COVID” (<https://tracecovid19.min-saude.pt/>), uma ferramenta de suporte aos profissionais de saúde dos Cuidados de Saúde Primários e às Equipas de Saúde Pública e Autoridades de Saúde, para que, através de um conjunto de tarefas geradas pelo sistema, implementem o seguimento clínico efetivo e as medidas de Saúde Pública adequadas a doentes com suspeita ou confirmação de COVID-19.

#### **2. Os doentes com indicação para autocuidados:**

- a. Permanecem em isolamento no domicílio;
- b. São avaliados e monitorizados telefonicamente pela equipa de saúde **USF**(UNIDADES DE SAÚDE FAMILIAR) / **UCSP** (UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE PERSONALIZADOS);
- c. São submetidos a teste laboratorial para SARS-CoV-2, em regime de ambulatório ;
- d. São informados sobre o resultado do teste laboratorial e das recomendações a seguir de acordo com os resultados.

**3. Os doentes que não cumpram** as condições de habitabilidade e exequibilidade do isolamento no domicílio:

1. Telefone/Telemóvel facilmente acessível;
2. Termómetro;
3. Quarto separado ou cama individual para o doente; caso não seja possível o doente usa máscara cirúrgica<sup>15</sup>;
4. Acesso a casa de banho, preferencialmente individual;
5. Água e sabão para higiene das mãos e produtos de limpeza doméstica;
6. Cuidador, de acordo com a avaliação clínica;
7. Não ser recém-nascido ou pessoa imunossuprimida ou grávida;
8. Não residir com pessoas imunossuprimidas ou grávidas

e para os quais não exista uma alternativa definida a nível regional ou local, são encaminhados pela Linha SNS24 para a Área Dedicada COVID-19 de um Serviço de Urgência (ADC-SU) em ambulância, caso não possam utilizar veículo próprio.

**4. Os doentes com resultado laboratorial negativo** seguem as recomendações dadas pelas equipas das USF / UCSP, no momento em as equipas de saúde o informem desse resultado, concluindo-se a gestão do seu caso no *Trace-COVID*.

**5. Os doentes em domicílio, com resultado laboratorial positivo**, mantêm-se em isolamento e sob seguimento clínico de acordo com o protocolo estabelecido para **determinação de cura**:

a) Nos doentes sem internamento hospitalar por COVID-19: por um teste laboratorial (rRT-PCR) negativo, realizado, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.

b) Nos doentes com internamento hospitalar por COVID-19: por dois testes laboratoriais (rRT-PCR) negativos, com pelo menos 24 horas de diferença, realizados, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.

c) Orientação n.º 010/2020 da DGS

**6. Os doentes em domicílio, com resultado laboratorial positivo, que fiquem assintomáticos** durante o seguimento, realizam **um** teste laboratorial, realizado, no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.. Com resultado negativo no teste laboratorial, são considerados curados e deixam de ter indicação para isolamento sob vigilância, no domicílio, cessando a sua gestão no “Trace COVID-19” e retomando o seu seguimento clínico habitual.

**7. A cura** é determinada pela existência de assintomatologia e resultado negativo de apenas um teste laboratorial efetuado no mínimo, 14 dias após o início dos sintomas.

## II . DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁREAS DEDICADAS COVID-19 NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

1. Os doentes que, de acordo com a Linha SNS24, tenham indicação para avaliação nos Cuidados de Saúde Primários são encaminhados para a ADC-COMUNIDADE.

Os doentes com suspeita ou confirmação de COVID-19 têm indicação para avaliação clínica na ADC-COMUNIDADE quando não cumprem os critérios para autocuidados nem para observação na ADC de um Serviço de Urgência, e sempre que a avaliação clínica se imponha de forma a garantir a segurança da prestação de cuidados de saúde, nomeadamente quando os doentes:

a) **Apresentam idade superior a 60 anos, e/ou;**

b) Não apresentam dispneia ou dificuldade respiratória, hemoptises (expectoração com presença de sangue), vômitos e diarreia persistentes, ou qualquer outro sintoma ou sinal de gravidade clínica, e/ou;

c) Apresentam comorbilidades que não determinam o internamento hospitalar, exceto se existirem sinais de descompensação clínica (a avaliar na ADC-COMUNIDADE).

2. O transporte para ADC-COMUNIDADE é realizado, preferencialmente em veículo próprio. O recurso ao transporte em ambulância é limitado para ocorrências em locais públicos e doentes que não tenham qualquer possibilidade de transporte particular, não devendo utilizar transportes públicos.

3. Todos os doentes que recorram aos CSP (CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS) com sintomas de COVID-19 são submetidos a avaliação médica na ADC-COMUNIDADE, e sempre que sejam considerados suspeitos para COVID-19 são avaliados relativamente aos critérios de internamento e necessidade de avaliação em Serviço de Urgência .

4. Os doentes que cumpram os critérios de internamento ou necessidade de avaliação em Serviço de Urgência são encaminhados para a ADC de um Serviço de Urgência.

5. Os doentes que não cumpram condições de habitabilidade e exequibilidade do isolamento no domicílio), e para os quais não exista uma alternativa definida a nível regional ou local, são encaminhados a ADC de um Serviço de Urgência.

6. Os doentes sem indicação para avaliação na ADC-SU, são submetidos a teste laboratorial, nos locais disponíveis para o efeito, em cada região ou local.

7. Para o efeito do disposto no número anterior, as ARS definem a rede de laboratórios disponíveis para o processamento das amostras e realização dos testes, a nível regional ou local.
8. Estes doentes, identificados no ponto II.6, têm indicação para autocuidados, isolamento no domicílio e vigilância/seguimento clínico.
9. Para o efeito do disposto no número anterior, a equipa da ADC-COMUNIDADE:
- Notifica caso suspeito na plataforma SINAVE (área médicos);
  - Insere o doente no *Trace-COVID*, confirmando a informação relativa a nome, n.º de utente, morada e n.º de telemóvel;
  - Entrega o folheto anexo à Orientação 010/2020 da DGS, em vigor, contendo todas as informações relativas ao período de isolamento.

### **III. DOENTES COM INDICAÇÃO PARA AVALIAÇÃO MÉDICA NAS ÁREAS DEDICADAS COVID-19 NOS SERVIÇOS DE URGÊNCIA**

1. Os doentes que, de acordo com a Linha SNS24 ou a avaliação médica na ADC-COMUNIDADE, tenham indicação para avaliação médica na ADC-SU são encaminhados, em veículo próprio, ou em ambulância ao Serviço de Urgência com ADC-SU.
2. Todos os doentes que recorram ao SU, incluindo através do CODU/INEM, com os sintomas suspeitos da COVID-19 são submetidos a avaliação médica na ADC-SU, e sempre que sejam considerados suspeitos para COVID-19 realizam o teste laboratorial.
3. Os doentes que não apresentem qualquer um dos critérios de internamento e que, cumulativamente, cumpram as condições de habitabilidade e exequibilidade do isolamento no domicílio, ou que possam ser encaminhados para uma alternativa domiciliária definida a nível regional ou local, devem ser encaminhados para autocuidados, com indicação de isolamento no domicílio, onde aguardam os resultados dos testes laboratoriais, e seguimento clínico.
4. Para o efeito do disposto no número anterior, a equipa da ADC-SU:
- Notifica caso suspeito na plataforma SINAVE (área médicos);
  - Insere o doente no *Trace-COVID*, confirmando a informação relativa a nome, n.º de utente, morada e n.º de telemóvel;
  - Entrega o folheto anexo à Orientação 010/2020 da DGS, em vigor, contendo todas as informações relativas ao período de isolamento.

5. Os doentes com indicação para internamento hospitalar, devem ser internados em áreas dedicadas nas enfermarias ou Unidades de Cuidados Intensivos (UCI), de acordo com a estratificação do risco clínico.

6. Os doentes adultos com COVID-19 internados podem, de acordo com a avaliação médica, ter alta precoce do internamento hospitalar, se cumulativamente apresentarem:

- a. Evolução clínica favorável;
- b. Apirexia (ausência de febre) mantida há pelo menos 2 dias;
- c. Ausência de insuficiência respiratória ou necessidade de oxigenoterapia;
- d. Ausência de agravamento imagiológico;
- e. Cumprimento das condições de exequibilidade do isolamento no domicílio e do estrito cumprimento da Orientação 010/2020 da DGS, contendo todas as informações relativas ao período de isolamento.

7. Os doentes pediátricos com COVID-19 internados poderão, de acordo com a avaliação médica, ter alta do internamento hospitalar, se cumulativamente apresentarem:

- a. Evolução clínica favorável;
- b. Apirexia (ausência de febre) mantida há pelo menos 3 dias;
- c. Ausência de sinais de desidratação;
- d. Tolerância alimentar por via oral;
- e. Teste laboratorial para SARS-CoV-2 negativo em duas determinações, separadas por 48 horas.
- f. Ausência de coabitantes com mais de 65 anos, comorbilidades ( DPOC, Asma, Insuficiência Cardíaca, Diabetes, Doença Hepática Crónica, Doença Renal Crónica, Neoplasia Maligna Ativa, Imunossupressão) ou outras condições que aumentem o risco de gravidade da COVID-19.

## 8. PROCEDIMENTOS A ADOTAR QUANDO EXISTE UM CASO SUSPEITO VALIDADO

- O doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até avaliação pela Linha SNS24, que permita informar sobre o encaminhamento adequado à situação . O caso suspeito validado deve permanecer na área de “isolamento”, enquanto aguarda todas as informações, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste com outra(s) pessoa(s);
- O acesso de outras pessoas à área de “isolamento” fica interdito (exceto à equipa operativa)
- A equipa operativa colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- A Administração/ Equipa operativa informa os restantes trabalhadores da existência de Caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais, mediante os procedimentos de comunicação estabelecidos no Plano de Contingência.
- O caso suspeito validado deve permanecer na área de “isolamento” até à chegada da equipa do INEM ativada pela DGS, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste com outra(s) pessoa(s).

Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações do Colégio.

## 9. PROCEDIMENTOS A ADOTAR QUANDO EXISTE UM CASO SUSPEITO CONFIRMADO

- **Caso CONFIRMADO**

Caso com confirmação laboratorial de SARS-cov-2, independentemente dos sinais e sintomas.

Se o Caso for **CONFIRMADO**, a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de **CASO CONFIRMADO**, o Colégio irá:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas.
- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico específico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser separado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

## 10. PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se **CONTACTO PRÓXIMO** uma pessoa (aluno, colaborador, fornecedor, etc.) que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

**ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO**, é definido como:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo: - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
- Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-cov-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-cov-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
  - **Numa aeronave:**
    - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
    - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
  - **Num navio:**
    - Companheiros de viagem do doente;
    - Partilha da mesma cabine com o doente;
    - Prestação direta de cuidados ao doente;
    - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;

A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

## BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO (CASUAL), É DEFINIDO COMO:

Pessoa com:

- Contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19
- Contacto frente a frente a uma distância até 2 metros **E** durante menos de 15 minutos;
- Contacto em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros **OU** durante menos de 15 minutos.

**PERANTE UM CASO CONFIRMADO POR COVID-19**, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos relativamente ao início de sintomatologia.

Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com a Equipa Operativa, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	
<u>ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO</u>	<u>BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição</li><li>• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo quadro respiratório agudo de tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual) <b>Ou</b> febre (temperatura <math>\geq 38.0</math> <b>Ou</b> dispneia (falta de ar) / dificuldade respiratória</li><li>• Isolamento social</li><li>• Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição</li><li>• .Contactar sempre que necessário linha SNS24: 808 242424</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo quadro respiratório agudo de tosse (de novo ou agravamento de tosse habitual) <b>Ou</b> febre (temperatura <math>\geq 38.0</math> <b>Ou</b> dispneia (falta de ar) / dificuldade respiratória;</li><li>• .Contactar sempre que necessário linha SNS24: 808 242424</li><li>• Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho</li></ul>

De referir que:

- A auto monitorização diária é feita pela própria pessoa.  
No caso dos alunos (menores de idade) deve ser feita pelos pais/encarregados de educação.
- A auto monitorização diária, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Caso se verifiquem sintomas da COVID-19 e a pessoa estiver na Colégio, devem-se iniciar os Procedimentos num Caso Suspeito
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

## 11. MEDIDAS A ADOTAR PERANTE CASOS SUSPEITOS VALIDADOS OU CASOS CONFIRMADOS DE ALUNOS OU COLABORADORES DETETADOS FORA DO COLÉGIO

Os alunos ou colaboradores considerados caso suspeito validado ou caso confirmado, devem informar com a maior brevidade possível o coordenador da equipa operativa, através do e-mail [geral@cvalsassina.pt](mailto:geral@cvalsassina.pt) ou do número de telefone 21 831 09 00, para com a maior celeridade e em articulação com a Autoridade de Saúde Local, permitir:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).
- Proceder à higienização e desinfeção das superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas por esses alunos ou colaboradores, devido à maior probabilidade de contaminação.

## 12. RESPONSABILIDADE DOS ALUNOS NO CUMPRIMENTO DAS REGRAS

- O cumprimento de todas as normas contribuirá para uma maior eficácia na prevenção da infecção.
- Todos os alunos serão responsabilizados pela execução das medidas preventivas, que lhes forem fornecidas.
- As medidas serão implementadas de acordo com a faixa etária:
  - No Jardim de Infância será realizado um acompanhamento permanente na implementação destas medidas.
  - No 1.º ciclo, em que os alunos apresentam maior autonomia, haverá uma primeira fase de acompanhamento permanente, aumentando a responsabilidade e autonomia dos alunos à medida que os mecanismos de prevenção vão sendo adquiridos e interiorizados, sempre vigiados pelos professores e vigilantes.
  - A partir do 2.º ciclo, após a formação e verificação dos procedimentos, os alunos serão autónomos e responsáveis pelo cumprimento das normas instituídas, podendo ser “penalizados” por comportamentos e atitudes que deliberadamente ponham em risco a restante comunidade escolar.

## 13. RESPONSABILIDADE DOS COLABORADORES NO CUMPRIMENTO DAS REGRAS

- O cumprimento de todas as normas contribuirá para uma maior eficácia na prevenção da infeção.
- Todos os colaboradores serão responsabilizados pela execução das medidas preventivas, no âmbito das medidas transmitidas a toda a comunidade.

## 14. ÁREA(S) DE ISOLAMENTO

São estabelecidas áreas de isolamento nas instalações do Colégio Valsassina. A colocação de um estudante ou colaborador suspeito de infecção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outros estudantes e/ou colaboradores possam ser expostos e infetados.

Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível no Colégio.

A sala de isolamento tem ventilação natural, possui revestimentos lisos e laváveis, e está equipada com:

- Telefone;
- Cadeira;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Toalhetes de papel;
- Máscaras cirúrgicas;
- Termómetro;

A instalação sanitária próximo desta área possui:

- Doseador de sabão;
- Toalhetes.

**A sala de isolamento está localizada no Edifício da Casa-Mãe, no corredor atrás da telefonista.** Tem acesso direto pela entrada do Colégio e está próxima do Gabinete da Coordenadora da Equipa Operativa.

## 15. EQUIPA OPERATIVA

A equipa operativa é constituída por pessoas designadas pela Direção e pela Administração do Colégio responsáveis pelo acompanhamento dos casos suspeitos e pelo cumprimento do plano de contingência.

É a esta Equipa Operativa que deverá ser reportada uma situação de doença enquadrada de estudante ou colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19.

Sempre que for reportada uma situação de estudante ou colaborador com sintomas, a Equipa Operativa deverá informar a Direção e a Administração do Colégio e ficar responsável por assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência do Colégio Valsassina para a Doença por Coronavírus (COVID-19).

- A coordenadora da Equipa Operativa é: **Fátima Maia Dias**.
- Os contactos são: [geral@cvalsassina.pt](mailto:geral@cvalsassina.pt); Telf. 21 831 09 00

## 16. INFORMAÇÕES IMPORTANTES

- O Plano de Contingência do Colégio Valsassina para a Doença por Coronavírus (COVID-19) está dirigido, preferencialmente a todos os alunos e colaboradores. Para qualquer visitante do Colégio (como por exemplo: pais/encarregados de educação; fornecedores, entre outros) serão aplicadas as medidas definidas neste plano, devidamente articuladas caso-a-caso, quer se trate de um menor de idade, quer seja um adulto.
- O Colégio atualizará toda a informação que considere relevante no seu site na internet ([www.cvalsassina.pt](http://www.cvalsassina.pt)) ou via e-mail, sempre que a ausência de alunos/pessoal docente e não docente afecte o normal funcionamento das actividades escolares, e/ou alimentação e/ou transportes.
- A Direção e a Administração do Colégio estão vigilantes à evolução da situação, que se caracteriza por ser muito dinâmica.

O presente Plano será objeto de atualizações em função da evolução da situação e da avaliação que em cada momento for feita da adequação das medidas agora adotadas à finalidade de prevenção e controlo do COVID-19.

- No âmbito das medidas presentes no Plano de Contingência do Colégio Valsassina para a Doença por Coronavírus (COVID-19), sempre que se justificar será analisada a realização, ou não, de uma determinada atividade ou evento.

No caso de alguma atividade, ou evento, ser alvo de cancelamento ou adiamento, o Colégio garantirá a comunicação desta situação no seu site na internet ([www.cvalsassina.pt](http://www.cvalsassina.pt)) e/ou via e-mail.

- No sentido de haver veracidade na informação, disponibiliza-se o seguinte contacto:
  - **Fátima Maia Dias**, através do número de atendimento telefónico (21 8310900) ou pelo e-mail [geral@cvalsassina.pt](mailto:geral@cvalsassina.pt)
- No caso do(s) aluno(s) que tiverem que se ausentar do Colégio no âmbito de alguma medida presente neste Plano, a Direção Pedagógica assegurará que o mesmo não ficará prejudicado no acompanhamento das várias disciplinas, e respetivas avaliações. O acompanhamento será feito caso a caso, pelos respetivos coordenadores de turma.~
- Todo o pessoal docente e não docente receberá formação para atuar correcta e adequadamente, nos diferentes locais de trabalho, na prevenção da COVID- 19, bem como nos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito.

O Colégio aconselha o contacto com a Linha Saúde SNS24 808 24 24 24 ou a consulta do microsite da DGS do novo coronavírus (COVID-19) em <https://www.dgs.pt/corona-virus.aspx> e o novo site em <https://covid19.min-saude.pt> , para obter mais informação.

Informações mais detalhadas sobre o acompanhamento da situação no Colégio, designadamente as comunicações emitidas e materiais de informação e sensibilização sobre o assunto encontram-se disponíveis em: <https://cvalsassina.pt/destaques/768-acompanhamento-da-situacao-relativa-ao-surto-de-coronavirus-covid-19>