

## Plano de Contingência – COVID-19

(Atualização)

### 1. Enquadramento

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinaram, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais. A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações, das quais se destacam a Informação 005/2020 de 27/02/2020 e a Orientação 006/2020 de 26/02/2020, que são atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação. Este documento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por plano de contingência, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta de cada escola, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade. A aplicação das medidas previstas no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

#### 1.1. Explicitação do que é o Coronavírus – COVID-19

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

##### 1.1.1. Transmissão da infeção

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 que os produzem (inferiores a 1 micron).

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 e ainda através do 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).

#### 1.2. Principais sintomas

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

- febre;

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

### 1.3. Tempo de incubação e formas de manifestação

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.

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

## 2. Plano de contingência

### 2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes pode causar no agrupamento

Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente, com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19, não se devem apresentar nas escolas do agrupamento. Quem tiver sintomas deve contactar a Linha SNS24 (808 242424), ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas pelos profissionais de saúde.

Os efeitos que a eventual infeção de alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes pode causar no agrupamento serão analisados, caso a caso, sempre em articulação com as entidades competentes.

A partir do dia 18 de maio de 2020, inclusive, na sequência da Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, em que o governo aprovou uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, e nos termos da qual definiu como primeiro passo no desconfinamento do sistema educativo, terá lugar o regresso às atividades letivas presenciais dos alunos dos 11.º e 12.º anos de escolaridade e dos alunos dos 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário.

Nesse sentido, o presente plano de contingência foi, devidamente, atualizado, tendo presente as linhas orientadoras a serem seguidas pelos diretores de agrupamentos de escolas e de escolas não agrupadas, nomeadamente, as insertas nos seguintes documentos, que se anexam, e cujo conteúdo se dá aqui por integralmente reproduzido,

*Orientações – Regresso às aulas em regime presencial (11.º e 12.º anos de escolaridade e 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário), Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares,*

*Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas,*

*Orientação 024/2020 – Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário, Direção-Geral de Saúde.*

De igual modo, a partir do dia 18 de maio de 2020, inclusive, apenas foi permitida a entrada, na escola sede do agrupamento, dos alunos dos 11.º e 12.º anos de escolaridade e dos alunos dos 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário, dos respectivos docentes e do pessoal não docente em exercício de funções. Nessa conformidade, e ainda ao dia de hoje, não é permitida a entrada, na escola sede do agrupamento, de encarregados de educação para tratamento de assuntos sem caráter de urgência. Os assuntos não urgentes devem ser dirigidos aos serviços administrativos, através do correio eletrónico [secretaria@aefontespmelo.pt](mailto:secretaria@aefontespmelo.pt) ou, em alternativa, para o correio eletrónico do respetivo Diretor de Turma/Professor Titular.

Foi, ainda, definido que, a partir do dia 18 de maio de 2020, todas as medidas são acompanhadas de condições específicas de funcionamento, incluindo regras de lotação, utilização de equipamentos de protecção individual, agendamento e distanciamento físico, que acrescem às condições gerais para o levantar de medidas de confinamento. Deste modo, foram assegurados procedimentos, através da implementação, em cada unidade orgânica, de um plano de medidas que mitigue a possibilidade de contágio, garantindo a segurança da comunidade educativa.

A partir do dia 1 de junho de 2020, terá lugar o regresso às atividades letivas presenciais dos alunos da educação pré-escolar.

Nesse sentido, o presente plano de contingência foi, nesta data e uma vez mais, atualizado, tendo presente as linhas orientadoras a serem seguidas pelos diretores de agrupamentos de escolas e de escolas não agrupadas, nomeadamente, as diretrizes para a reorganização do funcionamento de cada estabelecimento de educação pré-escolar, insertas no seguinte documento, que se anexa, e cujo conteúdo se dá aqui por integralmente reproduzido,

*Orientações – Reabertura da Educação Pré-Escolar, Ministério da Educação e Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social.*

De igual modo, a partir do dia 1 de junho de 2020, inclusive, e no que à educação pré-escolar diz respeito, as crianças devem ser entregues à porta do respetivo estabelecimento de educação pré-escolar, pelo seu encarregado de educação, ou por pessoa por ele designada, sendo recebidas por um assistente operacional destacado para o efeito, evitando assim a circulação de pessoas externas no interior do recinto. Nessa conformidade, não é permitida a entrada, nos estabelecimentos de educação pré-escolar do agrupamento, de encarregados de educação. Assim, todos

os assuntos devem ser dirigidos aos serviços administrativos, através do correio electrónico [secretaria@aefontespmelo.pt](mailto:secretaria@aefontespmelo.pt) ou, em alternativa, para o correio electrónico do respetivo Educador de Infância.

Acresce o facto de, nas escolas do agrupamento, estarem garantidas, as medidas preventivas recomendadas, designadamente as seguintes:

- a) Instalações sanitárias com as condições necessárias para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente para a higienização das mãos com água e sabão;
- b) Material para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares, de acordo com a Orientação 014/2020, da Direção-Geral de Saúde, e o documento orientador da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas, sobre "Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19", reforçando, no caso dos estabelecimentos de educação pré-escolar do agrupamento, a higienização frequente dos materiais pedagógicos e equipamentos utilizados pelas crianças, várias vezes ao dia;
- c) Gestão diária de resíduos, sem necessidade de proceder a tratamento especial;
- d) Equipamento de proteção, nomeadamente máscaras, para os alunos (assegurando, no entanto, que em nenhuma situação são colocadas máscaras às crianças que frequentam os estabelecimentos de educação pré-escolar do agrupamento), bem como para todo o pessoal docente e não docente;
- e) Dispensador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para desinfetar as mãos à entrada e à saída do recinto escolar.

Por outro lado, durante o período de refeições, que têm lugar apenas nos estabelecimentos de educação pré-escolar do agrupamento, devem ser respeitadas as seguintes medidas de distanciamento e de higiene:

- a) A deslocação para a sala de refeições, nos casos em que seja aplicável, deve ser desfasada para evitar o cruzamento de crianças, ou, quando tal não for possível, será de considerar fazer as refeições na sala de atividades;
- b) Antes e depois das refeições, as crianças devem lavar as mãos acompanhadas, para que o façam de forma correta;
- c) Os lugares devem estar marcados, de forma a assegurar o máximo de distanciamento físico possível entre crianças;
- d) Deve ser realizada, entre trocas de turno, a adequada limpeza e desinfeção das superfícies utilizadas.
- e) Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos;

f) Os equipamentos e utensílios da criança a devolver aos encarregados de educação devem ser colocados em saco descartável, quando aplicável;

g) As pausas da equipa para almoço deverão ocorrer de modo a garantir o afastamento físico entre profissionais;

h) Também nas salas de refeições, todos aqueles que acompanham as crianças, e enquanto as acompanham, devem utilizar máscara.

Deve reforçar-se, igualmente, a lavagem e a desinfeção frequente das mãos por parte do pessoal docente e não docente, assim como dos alunos, designadamente aquando da entrada nos estabelecimentos de educação do agrupamento, antes e após as refeições, antes e após a ida à casa de banho, e sempre que regressem do espaço exterior.

## 2.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por COVID-19

- O agrupamento tem vindo a divulgar e a atualizar informação a toda a população escolar, bem como procedeu à colocação de posters da DGS em locais de utilização frequente.
- O agrupamento tem vindo a reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas (ex. corrimões, maçanetas de portas, botões de elevadores). Tem vindo, ainda, a dar especial atenção à limpeza e desinfeção dos brinquedos e posto de estudo/trabalho (incluindo materiais e equipamentos utilizados).
- O agrupamento elaborou um *Plano de Higienização de Zonas, Superfícies e Estruturas no Contexto da Pandemia COVID-19*, que se anexa, e cujo conteúdo se dá aqui por integralmente reproduzido.
- A higienização de zonas, superfícies e estruturas, prevista no *Plano de Higienização de Zonas, Superfícies e Estruturas no Contexto da Pandemia COVID-19*, será efetuada sob a supervisão do Coordenador dos Assistentes Operacionais ou de quem, no momento, o substitua.
- O agrupamento estabeleceu uma sala de "isolamento", em cada escola, para impedir que outros membros da comunidade escolar sejam expostos. Cada uma destas salas:

- a) Tem ventilação natural (janela) ou sistema de ventilação mecânica;
- b) Possui revestimentos lisos e laváveis (não deve possuir, em momento algum, tapetes, alcatifa ou cortinados);
- c) Encontra-se equipada com: telefone/telemóvel, cadeira e/ou marquesa (para descanso e conforto do aluno/profissional, enquanto aguarda a validação do caso e eventual transporte);
- d) Possui um kit com água e alguns alimentos não perecíveis;



e) Possui um contentor de resíduos com abertura por pedal e revestido com saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);

No exterior da sala de "isolamento", em local assinalado e conhecido por toda a população escolar:

f) Máscaras cirúrgicas para utilização pelo caso suspeito;

g) Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis para utilização pelo acompanhante do caso;

h) Solução anti-sética de base alcoólica (SABA).

- O agrupamento estabeleceu um WC de apoio à sala de "isolamento", em cada escola, e de uso exclusivo para o caso suspeito com sabonete líquido e toalhetes de papel.

- O agrupamento definiu previamente as seguintes responsabilidades:

a) Quem acompanha o caso suspeito para a sala de isolamento?

Perante a identificação de um possível caso, aluno ou trabalhador (docente ou não docente), deve ser encaminhado imediatamente para a sala de "isolamento" e avisado o encarregado operacional e a Diretora, ou quem, no momento, a substituir, nomeadamente, o Subdiretor, os(as) Adjuntos(as), ou os(as) Coordenadores(as) de estabelecimento. A pessoa que efetuar o encaminhamento deve ter em atenção o uso de máscara, luvas e gel desinfetante.

b) A quem é reportada a situação (preferencialmente por via telefónica) dentro do estabelecimento escolar?

À Diretora, uma vez que é a responsável máxima em caso de deteção de eventuais casos, sendo da sua responsabilidade a determinação da urgência de intervenção.

c) Quem contacta o SNS24 (808 24 24 24)?

A Diretora, ou quem, no momento, a substituir, nomeadamente, o Subdiretor, ou os(as) Adjuntos(as).

- Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.
- Complementarmente poderão ser contactadas as seguintes entidades:

Diretora do agrupamento – Engenheira Ana Alonso – 22 606 95 63;

Profissional de Saúde – Enfermeira Sofia Castelo Melhor – 913 509 936.

### 3. Procedimentos num caso suspeito

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a Diretora do agrupamento (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de "isolamento", definida no plano de contingência. Já na área de "isolamento" contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de "isolamento".

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

1. Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente ou trabalhador não docente.
2. Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

**A Diretora informa de imediato o Delegado Regional de Educação do Norte sobre a existência do caso suspeito validado.**

### 4. Procedimentos perante um caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- 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:

A escola deve,

- 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 local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

## **5. Procedimento de vigilância de contactos próximos**

Considera-se "contacto próximo" quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com um caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

### "Alto risco de exposição":

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;
- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objectos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

### "Baixo risco de exposição" (casual), é definido como:

- Quem teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (como por exemplo, em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);



- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (como por exemplo, utilização adequada de meios de contenção respiratória; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

Porto, 28 de maio de 2020

A Diretora



Engenheira Ana Alonso

## PLANO DE LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

### 1. Procedimentos

Quando se vai desinfetar uma área, as principais preocupações a ter em conta são:

- **Equipamentos de Proteção Individual (EPI):**

- Deve ser usado equipamento que proteja o assistente operacional, 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 desinfecção.

**Nota importante:** sobre os EPI, por favor, consultar o anexo I da "Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas".

- **Entrada na "área suja":**

- O assistente operacional 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;
- Ao entrar na "área suja", deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.

- **Operação dentro da "área suja":**

- Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (exemplo: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- À medida que se vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco.

- **Saída da "área suja":**

- No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
- Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
- Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfecção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

- **Resíduos:**

- 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.

- Nunca deixar os sacos de resíduos em espaços públicos, ou zonas onde possam ser mexidos.

## 2.Frequência de limpeza

**A desinfeção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.**

**As frequências de referência são:**

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- 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;
- Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Salas de professores – de manhã e à tarde;
- Refeitórios (estabelecimentos de educação pré-escolar do agrupamento) – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas.

## 3.Produtos e técnicas de desinfeção de espaços escolares

**A limpeza e desinfeção de espaços escolares interiores utilizam os seguintes produtos e técnicas:**

### a) Agentes de desinfeção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%.

Nota importante: se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio), por favor, siga as indicações do anexo IV da "Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas".

### b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- 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.

### c) Ordem de limpeza dos espaços fechados (Salas de aula, salas de professores, entre outros):

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 o último a ser limpo.

Ter especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (exemplo: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

#### **d) Procedimento gerais**

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- Enxaguar as superfícies só com água;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

#### **e) Procedimentos específicos**

- Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões do elevador; torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- 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 da "Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas" e conforme as instruções do fabricante.
- 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. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

**A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:**

**1. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;**

**2. De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:**

##### **2.1. 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;
- Volte a puxar a água.

##### **2.2. 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.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

### 3. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

#### Refeitórios:

Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando agentes de limpeza e desinfecção aprovados pela legislação em vigor para o sector alimentar.

Os profissionais da área de preparação dos alimentos devem:

- Usar sempre máscara, durante as fases de preparação e distribuição dos alimentos;
- 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;
- Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Cumprir a etiqueta respiratória

Porto, 28 de maio de 2020

A Diretora,



Engenheira Ana Alonso



## INFORMAÇÃO

NÚMERO: 005/2020

DATA: 27/02/2020

Maria da Graça  
Gregório de Freitas

Digitally signed by Maria da Graça  
Gregório de Freitas  
DN: c=PT, o=Direção-Geral da Saúde,  
ou=Maria da Graça Gregório de Freitas  
Date: 2020.02.28 00:13:35 Z

---

ASSUNTO: Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus

PALAVRAS-CHAVE: Novo coronavírus; COVID-19.

PARA: Cidadãos

CONTACTOS: [geral@dgs.min-saude.pt](mailto:geral@dgs.min-saude.pt)

---

Às **crianças, jovens e adultos** que regressem de **uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus**, como o Norte de Itália, China, Coreia do Sul, Singapura, Japão ou Irão, a Direção-Geral da Saúde informa que à data, seguindo orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), não existe recomendação para evicção escolar ou profissional, ou necessidade de isolamento.

No entanto, aconselha-se, nos próximos 14 dias:

- Estar atento ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar os valores;
- Verificar se alguma das pessoas com quem convive de perto, desenvolvem sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória);
- Caso apareça algum dos sintomas referidos (no próprio ou nos seus conviventes), não se deslocar de imediato aos serviços de saúde;
- Telefonar antes para o SNS24 (808 24 24 24) e seguir as suas orientações.

Recomenda-se também:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar, em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Nos 14 dias após o regresso:
  - promover o distanciamento social, nomeadamente, não permanecendo em locais muito frequentados e fechados, sem absoluta necessidade (exceto atividades letivas e profissionais);
  - evitar cumprimentos com contacto físico.

A evolução da situação pode ser acompanhada em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

Estas medidas enquadram-se na Emergência de Saúde Pública Internacional declarada pela OMS, na sequência da epidemia por um novo coronavírus. Os Países aumentaram a sua vigilância para diagnosticar rapidamente possíveis novos casos de COVID-19.

Obrigado por nos ajudar a ajudá-lo (a)!



Graça Freitas  
Diretora-Geral da Saúde

# ORIENTAÇÃO

NÚMERO: 006/2020

DATA: 26/02/2020

Maria da Graça  
Gregório de Freltas

Digitally signed by Maria da Graça  
Gregório de Freltas  
DN: cn=Gregório de Freltas, o=DGS, ou=Direção-Geral da Saúde,  
cn=Maria da Graça Gregório de  
Freltas  
Date: 2020.02.27 08:22:04 Z

ASSUNTO: Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19)  
Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas  
PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; SARS-CoV-2; Coronavírus; Empresa; Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho; Plano de Contingência; Vigilância; Prevenção; Controlo  
PARA: Empresas  
CONTACTOS: Direção de Serviços de Prevenção da Doença e Promoção da Saúde: [dspdpds@dgs.min-saude.pt](mailto:dspdpds@dgs.min-saude.pt); Programa Nacional de Saúde Ocupacional: [saudetrabalho@dgs.min-saude.pt](mailto:saudetrabalho@dgs.min-saude.pt)

Nos termos da alínea a) do nº 2 do artigo 2º do Decreto Regulamentar nº 14/2012, de 26 de janeiro, emite-se a Orientação seguinte:

## 1. Enquadramento

O empregador é responsável por organizar os Serviços de Saúde e Segurança do Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no "Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho" (RJPSST - Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, na sua atual redação). É obrigação do empregador assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção (art. 15.º do RJPSST).

As prescrições mínimas de proteção da segurança e da saúde dos trabalhadores contra os riscos da exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho estão estabelecidas no Decreto-Lei n.º 84/97, de 16 de abril.

À Autoridade de Saúde compete intervir em situações de grave risco para a Saúde Pública, procedendo à vigilância da saúde dos cidadãos e do nível sanitário dos serviços e estabelecimentos e determinando, quando necessário, medidas corretivas, incluindo a interrupção ou suspensão de atividades ou serviços e o encerramento dos estabelecimentos (Decreto-Lei n.º 135/2013, de 4 de outubro).

## 2. Âmbito

A presente Orientação descreve as principais etapas que as empresas<sup>1</sup> devem considerar para estabelecer um Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2<sup>2</sup>, agente causal da COVID-19<sup>3</sup>, assim como os procedimentos a adotar perante um Trabalhador com sintomas desta infeção.

Esta Orientação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19.

As situações não previstas nesta Orientação devem ser avaliadas caso a caso.

<sup>1</sup> Para efeitos do presente documento "empresas" e "organizações" são sinónimos e integram todos os ramos de atividade nos setores público, privado ou cooperativo e social.

<sup>2</sup> Coronavirus Study Group (2020): <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.02.07.937862v1.full.pdf>

<sup>3</sup> WHO (2020). [https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-(2019-ncov))

### 3. Definição de Caso suspeito

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas empresas.

Critérios clínicos		Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	E	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa <sup>4</sup> nos 14 dias antes do início de sintomas <b>OU</b> Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas <b>OU</b> Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19

### 4. Transmissão da infeção

Considera-se que a 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).

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<sup>5</sup>, 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 infeção<sup>6</sup>. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção<sup>7</sup>.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa deverão ter em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

### 5. Plano de Contingência

As empresas devem ter um Plano de Contingência específico para responder a um cenário de epidemia pelo novo coronavírus. A elaboração deste Plano deve envolver os Serviços de SST da empresa, os trabalhadores e seus representantes.

O Plano de Contingência deve responder a três questões basilares:

- Quais os efeitos que a infeção de trabalhador(es) por SARS-CoV-2 pode causar na empresa?

<sup>4</sup> Áreas com transmissão comunitária disponíveis em <https://www.dgs.pt/saude-a-a-z.aspx?v=%3d%3dBAAAAAB%2bLCAAAAAAABABLszU0AwArk10aBAAAAA%3d%3d#saude-de-a-a-z/coronavirus/2019-ncov/areas-afetadas>

<sup>5</sup> ECDC (2020): <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china/questions-answers>

<sup>6</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/risk-assessment.html>

<sup>7</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/clinical-criteria.html>

- O que preparar para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhador(es)?
- O que fazer numa situação em que existe um trabalhador(es) suspeito(s) de infeção por SARS-CoV-2 na empresa?

### **5.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhador(es) por SARS-CoV-2 pode causar na empresa**

A empresa deve estar preparada para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não ir trabalhar, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

Neste contexto é importante avaliar:

- As atividades desenvolvidas pela empresa que são imprescindíveis de dar continuidade (que não podem parar) e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar.
- Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento para a empresa e para satisfazer as necessidades básicas dos clientes.
- Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são imprescindíveis para o funcionamento da empresa. Deve-se equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais (contratados, trabalhadores com outras tarefas, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da empresa e, se possível, formá-los.
- Os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infeção por SARS-CoV-2 (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público; trabalhadores que prestam cuidados de saúde; trabalhadores que viajam para países com casos de transmissão ativa sustentada na comunidade).
- As atividades da empresa que podem recorrer a formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, designadamente pelo recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências e o acesso remoto dos clientes. Deve-se ponderar o reforço das infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação para este efeito.

### **5.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por SARS-CoV-2 de trabalhador(es)**

#### **5.2.1. Estabelecer uma área de "isolamento" e o(s) circuito(s) até à mesma**

A colocação de um trabalhador numa área de "isolamento" visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na empresa e na comunidade.

A área de "isolamento" (sala, gabinete, secção, zona) numa empresa tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, critérios referidos no ponto 3) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores. Grandes empresas ou empresas com vários estabelecimentos podem definir mais do que uma área de "isolamento".

A área de "isolamento" deve ter ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica, e possuir revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados). Esta área deverá estar equipada com: telefone; cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM); kit com



água e alguns alimentos não perecíveis; contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área); toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva do Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.

A empresa deverá estabelecer o(s) circuito(s) a privilegiar quando um Trabalhador com sintomas se dirige para a área de "isolamento". Na deslocação do Trabalhador com sintomas, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas/trabalhadores nas instalações.

### **5.2.2. Estabelecer procedimentos específicos**

A empresa deverá incluir no seu Plano de Contingência os procedimentos previstos nos pontos 6, 7 e 8 da presente Orientação, esquematizado no Anexo 1.

Salienta-se ainda a necessidade de a empresa estabelecer os seguintes procedimentos:

- Processo de alerta de Trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica (compatíveis com a definição de caso suspeito de COVID-19), isto é, como se procede à comunicação interna entre:
  - O Trabalhador com sintomas - ou o trabalhador que identifique um trabalhador com sintomas na empresa - e a chefia direta e o empregador (ou alguém por este designado). De referir que este processo de comunicação deve ser o mais célere e expedito possível;
  - O empregador e os restantes trabalhadores, ao longo de todo o do vírus, entre as quais se destacam:
- Procedimentos básicos para higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool<sup>8</sup>, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas<sup>9</sup>);
- Procedimentos de etiqueta respiratória (ex. 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);
- Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
- Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes - evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).
- Processo (interno) de registo de contactos com o Caso Suspeito.

### **5.2.3. Definir responsabilidades**

Estabelecer que:

- Todos os trabalhadores devem reportar à sua chefia direta, uma situação de doença enquadrada como Trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;
- Sempre que for reportada uma situação de Trabalhador com sintomas, a chefia direta do trabalhador informa, de imediato, o empregador (ou alguém por este designado);
- Nas situações em que o Trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), os o(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente devem estar definidos.

<sup>8</sup> ECDC (2020): <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china/questions-answers>

<sup>9</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/caring-for-patients.html>

#### **5.2.4. Identificar os profissionais de saúde e seus contactos**

Ter disponível na empresa, em local acessível, os contactos do Serviço de Saúde do Trabalho e, se possível, do(s) médico(s) do trabalho responsável(veis) pela vigilância da saúde dos trabalhadores da empresa.

#### **5.2.5. Adquirir e disponibilizar equipamentos e produtos**

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (ex. zona de refeições, registo biométrico, área de “isolamento” da empresa), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- Máscaras cirúrgicas para utilização do Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- Equipamentos de limpeza, de uso único, que devem ser eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, deve estar prevista a limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um Caso Confirmado na empresa. Não deve ser utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;
- Produtos de higiene e limpeza. O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.

#### **5.2.6. Informar e formar os trabalhadores**

- Divulgar o Plano de Contingência específico a todos os trabalhadores.
- Esclarecer os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem instituir.
- In(formar) os trabalhadores quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa (descritos no ponto 5.2.2.).

#### **5.3. Diligências a efetuar na presença de trabalhador(es) suspeito de infeção por SARS-CoV-2 na empresa**

- Acionar o Plano de Contingência da empresa para COVID-19;
- Confirmar a efetiva implementação dos procedimentos específicos estabelecidos em 5.2.2.;
- Procurar manter atualizada a informação sobre COVID-19, de acordo com o disponibilizado pela Direção-Geral da Saúde, Autoridade de Saúde Local e meios de comunicação oficiais.

### **6. Procedimentos num Caso Suspeito**

Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador na empresa com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência.

A chefia direta deve contactar, de imediato, o empregador pelas vias estabelecidas no Plano de Contingência da empresa. Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) o empregador (ou chefia direta) assegura que seja prestada, a assistência adequada ao Trabalhador até à área de “isolamento”. Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança<sup>10</sup> (superior a 1 metro) do doente.

O(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao Trabalhador com sintomas, deve(m) 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 Trabalhador doente.

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

Este trabalhador deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador. 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 trabalhador deve substituí-la por outra.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
  - Caso Suspeito Não Validado, este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o empregador da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho responsável.
  - Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A chefia direta do Trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.

Na situação de Caso suspeito validado:

- O trabalhador doente deverá permanecer na área de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- O acesso dos outros trabalhadores à área de “isolamento” fica interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);

<sup>10</sup> World Health Organization (WHO). Home care for patients with suspected novel coronavirus (nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contacts. Geneva: WHO, 20 janeiro 2020. [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts).

- O empregador colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso suspeito validado);
- O empregador informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;
- O empregador 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 trabalhador com outro(s) trabalhador(es). Devem-se evitar deslocações adicionais do Caso suspeito validado nas instalações da empresa.

## 7. Procedimentos perante um Caso suspeito validado

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o Caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;
- 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 empregador deve:
  - 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 (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado 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.

## 8. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19<sup>11</sup>. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância (Anexo II).

O contacto próximo<sup>12</sup> com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

- “Alto risco de exposição”, é definido como:

<sup>11</sup> ECDC (2020): <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/public-health-management-persons-having-had-contact-novel-coronavirus-cases>

<sup>12</sup> [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)



- Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros<sup>13;14</sup>) do Caso;
- Trabalhador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Trabalhador que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias<sup>15,16</sup>.
- “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:
  - Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).
  - Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos<sup>17;18</sup>, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, 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<sup>19</sup>. 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	
“alto risco de exposição”	“baixo risco de exposição”
<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 febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li> <li>– Restringir o contacto social ao indispensável;</li> <li>– Evitar viajar;</li> <li>– Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li> <li>– Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.</li> </ul>

<sup>13</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/caring-for-patients.html>

<sup>14</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/clinical-criteria.html>

<sup>15</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/caring-for-patients.html>

<sup>16</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/clinical-criteria.html>

<sup>17</sup> European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Technical Report: Public health management of persons having had contact with novel coronavirus cases in the European Union. Estocolmo: ECDC, 30 janeiro 2020. [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU_0.pdf).

<sup>18</sup> [www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU_0.pdf)

<sup>19</sup> [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)



De referir que:

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia<sup>20</sup> e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar os “Procedimentos num Caso Suspeito”, estabelecidos no ponto 6;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

## 9. Justificação

As autoridades chinesas identificaram um novo coronavírus (inicialmente 2019-nCoV e posteriormente designado pelo Coronavirus Study Group como SARS-CoV-2<sup>21</sup>) como agente causador da doença. Embora o epicentro da epidemia seja em Wuhan, Província de Hubei, China, onde estão relatados a maior parte dos casos, o risco de infeção não se limita a Wuhan, mas a qualquer área da China com casos confirmados onde se verifique transmissão ativa e sustentada do vírus.

O Comité de Emergência do Regulamento Sanitário Internacional decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional. De acordo com o European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC), o impacto potencial dos surtos por COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação global do vírus. Recomenda-se que as empresas elaborem os Planos de Contingência específicos por COVID-19.

As empresas têm um papel fulcral a desempenhar na proteção da saúde e segurança dos seus trabalhadores, assim como são cruciais na limitação do impacto negativo sobre a economia e a sociedade. Assim, é muito importante que os Planos de Contingência sejam desenvolvidos e atualizados com a informação disponibilizada pela Direção-Geral da Saúde (DGS), de forma a que sejam cumpridas as recomendações no âmbito da prevenção e controlo de infeção.

Os Serviços de SST (também denominados por Serviços de Saúde Ocupacional) das empresas devem assumir um papel relevante na elaboração e aplicação do Plano de Contingência das empresas para a COVID-19, nomeadamente na informação e formação dos trabalhadores e dirigentes sobre esta nova ameaça, na definição de medidas de prevenção, na vigilância médica e na identificação de eventuais Casos.

<sup>20</sup> CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/risk-assessment.html>

<sup>21</sup> Coronavirus Study Group (2020): <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.02.07.937862v1.full.pdf>

## Bibliografia

CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/caring-for-patients.html>

CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/clinical-criteria.html>

CDC (2020): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/risk-assessment.html>

Coronavirus Study Group (2020): <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.02.07.937862v1.full.pdf>

ECDC (2020): <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china/questions-answers>

ECDC (2020): <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/public-health-management-persons-having-had-contact-novel-coronavirus-cases>

ECDC (2020): [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU_0.pdf)

European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Technical Report: Public health management of persons having had contact with novel coronavirus cases in the European Union. Estocolmo: ECDC, 30 janeiro 2020. [https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU\\_0.pdf](https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/Public-health-management-contact-novel-coronavirus-cases-EU_0.pdf).

WHO (2020). [https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/publications-detail/global-surveillance-for-human-infection-with-novel-coronavirus-(2019-ncov))

WHO (2020). [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts)

World Health Organization (WHO). Home care for patients with suspected novel coronavirus (nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contacts. Geneva: WHO, 20 janeiro 2020. [https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts](https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts).

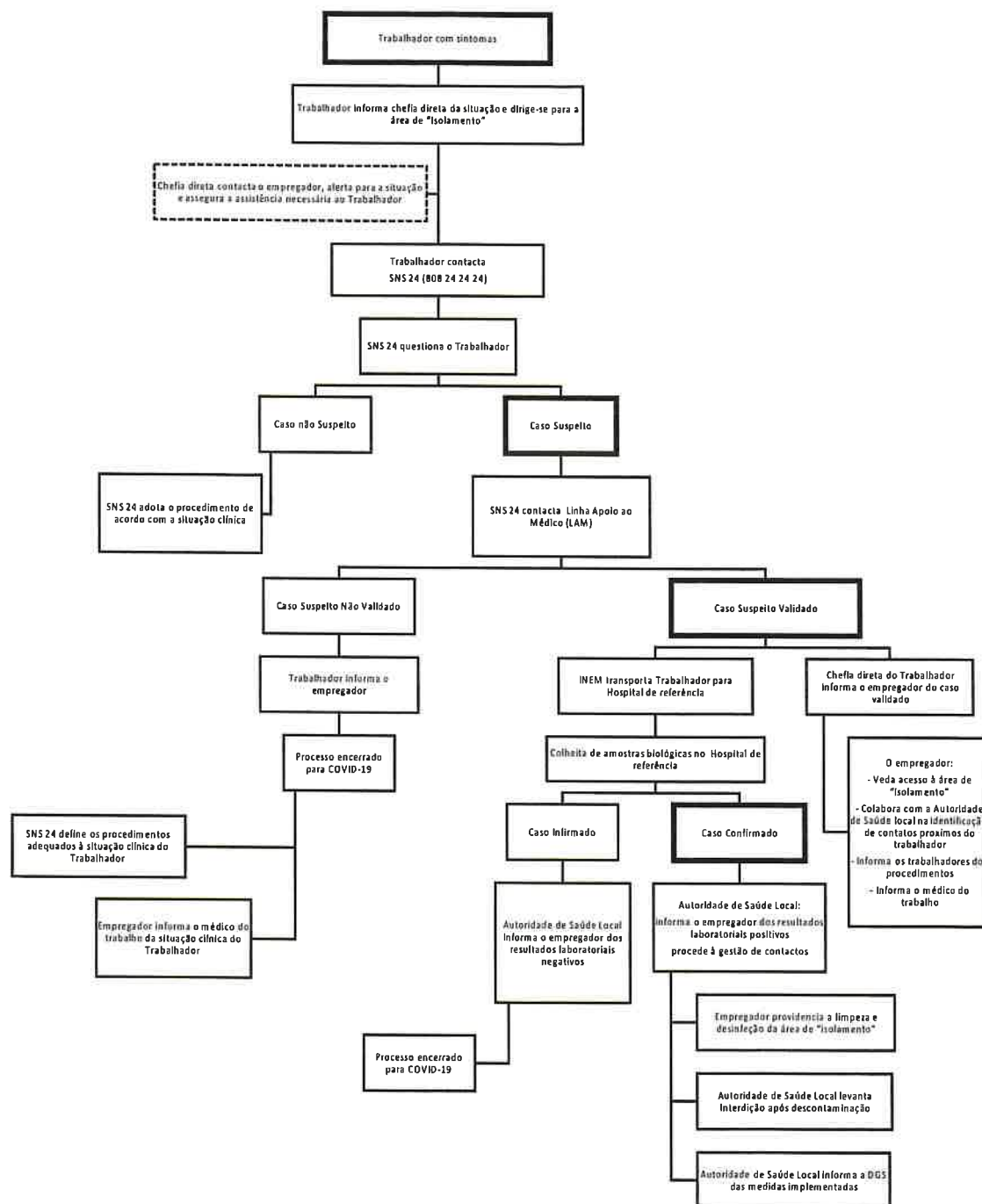


Graça Freitas

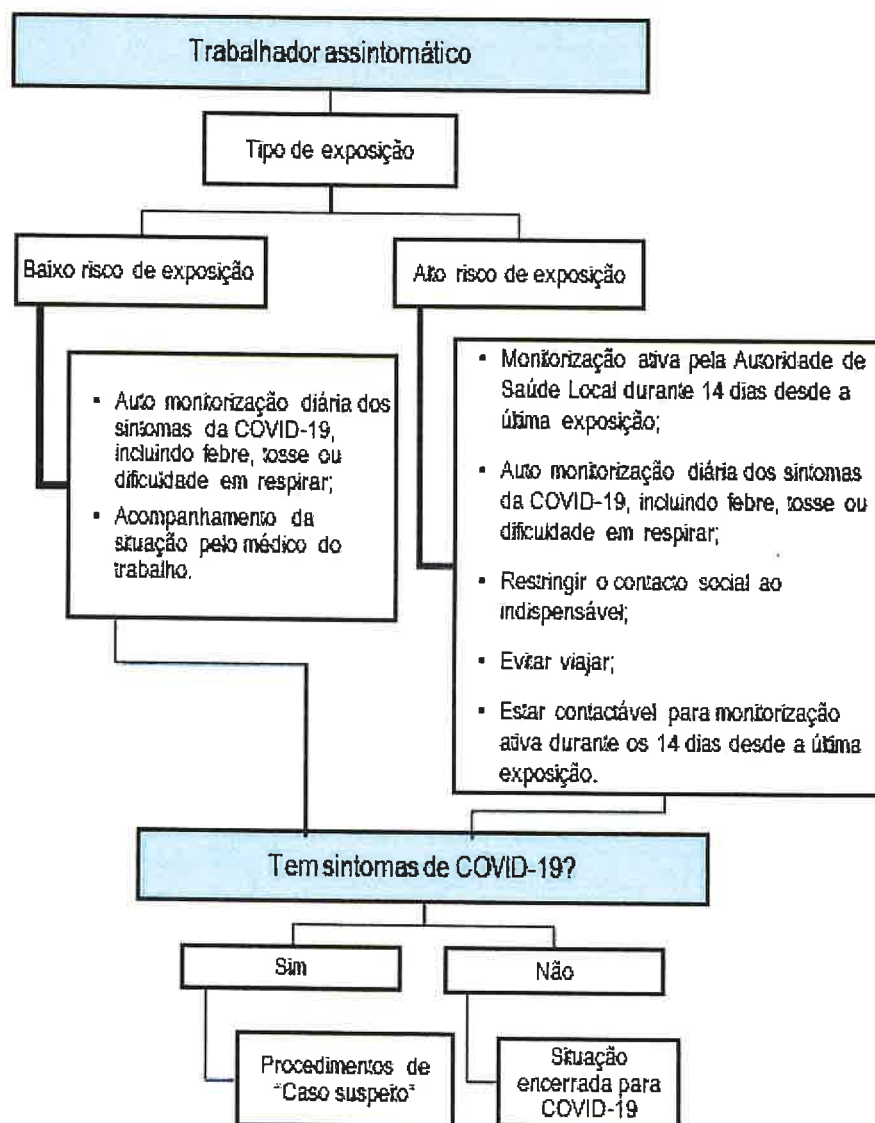
Diretora-Geral da Saúde

## Anexo I

### Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa



**Anexo II**  
**Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 (trabalhador)**



## ORIENTAÇÕES

### ***Regresso às aulas em regime presencial (11.º e 12.º anos de escolaridade e 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário)***

Atendendo à emergência de saúde pública de âmbito internacional, declarada pela Organização Mundial de Saúde, no dia 30 de janeiro de 2020, bem como à classificação de pandemia, no dia 11 de março de 2020, o Governo, através do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março, aprovou um conjunto de medidas excecionais e temporárias relativas à situação epidemiológica da doença COVID-19, entre as quais a suspensão das atividades letivas e não letivas com presença de estudantes em estabelecimentos de ensino.

No dia 18 de março foi declarado pelo Presidente da República o estado de emergência, através do Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020, de 18 de março, cuja declaração foi renovada através dos Decretos do Presidente da República n.º 17-A/2020, de 2 de abril e n.º 20-A/2020, de 17 de abril.

Nesta sequência e existindo situações que careciam de regulamentação expressa no âmbito excecional com a evolução registada da pandemia, através do Decreto-Lei n.º 14-G/2020, de 13 de abril, o Governo aprovou um conjunto de medidas no âmbito da educação destinadas a estabelecer um regime excecional e temporário, relativo à realização e avaliação das aprendizagens, ao calendário escolar e de provas e exames dos ensinos básico e secundário, às matrículas, à inscrição para os exames finais nacionais e ao pessoal docente e não docente, de modo a assegurar a continuidade do ano letivo de 2019/2020, de uma forma justa, equitativa e o mais normalizada possível.

O Roteiro Europeu para o Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção da COVID-19, apresentado pela Comissão Europeia no dia 15 de abril de 2020, definiu orientações que visam a supressão gradual das medidas de confinamento, preservando a saúde pública numa solução social e económica de equilíbrio.



O Governo, através da Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, aprovou uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, nos termos da qual definiu como primeiro passo no desconfinamento do sistema educativo, o regresso dos alunos dos 11.º e 12.º anos e dos 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário às atividades letivas presenciais, a partir de 18 de maio de 2020. Foi definido que todas as medidas são acompanhadas de condições específicas de funcionamento, incluindo regras de lotação, utilização de equipamentos de proteção individual, agendamento e distanciamento físico que acrescem às condições gerais para o levantar de medidas de confinamento.

Assim, impõe-se que sejam assegurados procedimentos, através da implementação, em cada unidade orgânica, de um plano de medidas que mitigue a possibilidade de contágio, garantindo a segurança da comunidade educativa.

Em cumprimento das orientações da Direção-Geral da Saúde, e tendo presente o Plano de Contingência já implementado pelas direções dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, que deverá ser atualizado e ajustado face à evolução da situação, estabelecem-se as seguintes orientações para a reorganização do funcionamento de cada escola:

### **I - ORGANIZAÇÃO ESCOLAR**

1. Definir o funcionamento das atividades letivas, preferencialmente, entre as 10h e as 17h, criando horários desfasados entre as turmas, evitando, o mais possível, a concentração dos alunos, dos professores e do pessoal não docente no recinto escolar, bem como no período mais frequente das deslocações escola-casa-escola;
2. Concentrar, sempre que possível, as aulas das diferentes disciplinas de cada turma de modo a evitar períodos livres entre aulas;
3. Concentrar, sempre que possível, as aulas de cada turma, preferencialmente, durante o período da manhã ou da tarde;
4. Sempre que possível, concentrar o máximo de aulas de cada turma para minimizar o número de vezes que os alunos se tenham de deslocar à escola, ao longo da semana;
5. Privilegiar a utilização de salas amplas e arejadas, sentando um aluno por secretária. As mesas devem estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique ter alunos de frente uns para os outros;

6. Quando o número de alunos da turma tornar inviável o cumprimento das regras de distanciamento físico nos espaços disponíveis, as escolas podem desdobrar as turmas, recorrendo a professores com disponibilidade na sua componente letiva. Caso esta ou outra via não sejam viáveis, pode ser reduzida até 50% a carga letiva das disciplinas lecionadas em regime presencial, organizando-se momentos de trabalho autónomo nos restantes tempos;
7. Sempre que possível, instalar as turmas em salas distanciadas entre si;
8. Os intervalos entre as aulas devem ter a menor duração possível, devendo os alunos permanecer, em regra, dentro da sala;
9. Definir circuitos e procedimentos no interior da escola, que promovam o distanciamento físico entre os alunos, nomeadamente no percurso desde a entrada da escola até à sala de aula, nos acessos ao refeitório, às entradas de pavilhões e às casas de banho, de forma a evitar o contacto entre os alunos;
10. Identificar os percursos para o gabinete/sala de isolamento, de acordo com o Plano de Contingência implementado;
11. Evitar a concentração de alunos nos espaços comuns da escola;
12. Criar regras de utilização das salas do pessoal docente e não docente que promovam o distanciamento físico;
13. Encerrar os serviços e outros espaços não necessários à atividade letiva (bufetes/bares; salas de apoio; salas de convívio de alunos e outros);
14. Espaços como bibliotecas e salas de informática devem ver reduzida para um terço a sua lotação máxima e dispor de sinalética que indique os lugares que podem ser ocupados por forma a garantir as regras de distanciamento físico;
15. Privilegiar a via digital para todos os procedimentos administrativos;
16. Definir procedimentos para utilização dos refeitórios, designadamente com as seguintes normas de funcionamento:
  - a. Períodos de almoço, sempre que possível, desfasados entre turmas, de forma a respeitar as regras de distanciamento e evitando a concentração de alunos;
  - b. Lavagem/desinfecção das mãos antes e após o consumo de qualquer refeição por parte de qualquer utente do refeitório, bem como utilização obrigatória de máscara por parte dos funcionários;
  - c. Preparação do tabuleiro e entrega, a cada aluno, por um funcionário, à entrada da linha do refeitório;
  - d. Talheres e guardanapos devem ser fornecidos dentro de embalagem;
  - e. Cuidados excecionais na disponibilização dos alimentos: embalagem obrigatória da fruta e sobremesa, salada devidamente protegida, servida por um funcionário.

f. Lavagem de toda a loiça em máquina, incluindo os tabuleiros, após cada utilização dos mesmos;

g. Higienizar as mesas após cada utilização;

h. Retirar artigos decorativos das mesas;

i. Assegurar uma boa ventilação e renovação do ar.

17. Manter abertas, sempre que possível, as portas dos vários recintos e, eventualmente, as janelas, para evitar toques desnecessários em superfícies e manter os espaços arejados;

18. Criar/Reforçar equipas de educação para a saúde nos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, compostas por pessoal docente e não docente, em colaboração permanente com os centros de saúde (equipas de saúde escolar), associações de pais, estudantes e outros - responsáveis por elaborar e coordenar os respetivos planos de saúde;

19. Assegurar a presença dos recursos humanos estritamente necessários ao funcionamento das atividades letivas presenciais (pessoal docente e pessoal não docente);

20. Caso os professores das disciplinas a funcionar em regime presencial pertençam atestadamente a um grupo de risco, podem as escolas adotar as seguintes estratégias:

a. Redistribuição do serviço docente;

b. Manutenção das aulas desse professor em sistema remoto, devendo ser assegurada coadjuvação presencial, podendo recorrer-se, se necessário, aos mecanismos de substituição previstos e regulados no Decreto-Lei n.º 132/2012, na redação dada pelo Decreto-Lei n.º 28/2017, quando seja necessário salvaguardar a saúde dos docentes sujeitos a um dever especial de proteção, invocando na plataforma como motivo de substituição a referida disposição legal.

21. As escolas podem adotar outras estratégias que entendam ser mais adequadas designadamente quanto à substituição dos docentes e locais das atividades letivas, garantindo a maior eficácia das medidas de contenção do coronavírus.

## **II - Frequência**

### **1- Cursos Científico-Humanísticos**

Realizam-se presencialmente todas as aulas das disciplinas com oferta de exame nacional.

Os alunos frequentam estas disciplinas, independentemente de virem a realizar os respetivos exames. Os alunos de outras ofertas educativas, designadamente do ensino recorrente, podem

frequentar estas disciplinas, sempre que manifestem a intenção de eleger os exames finais nacionais como provas de ingresso para o ensino superior.

## **2- Ensino Profissional e Artístico**

Os alunos frequentam, em regime presencial, as disciplinas da componente de formação sociocultural/geral e científica, com a mesma designação ou com conteúdos idênticos das que têm oferta de exames finais nacionais dos cursos científico-humanísticos, independentemente de terem manifestado a intenção de eleger os respetivos exames finais nacionais como provas de ingresso para o ensino superior.

Podem ainda ser retomadas as atividades letivas e formativas presenciais nas disciplinas de natureza prática e na formação em contexto de trabalho quando, designadamente por requererem a utilização de espaços, instrumentos e equipamentos específicos, não possam ocorrer através do ensino a distância ou da prática simulada e seja garantido o cumprimento das orientações da Direção-Geral de Saúde.

## **3- Ensino a Distância**

Todas as outras disciplinas continuam a funcionar remotamente. Nos casos das ofertas de dupla certificação, a FCT deverá, sempre que possível, ser recuperada no próximo ano, podendo haver lugar a antecipação de módulos de cariz menos prático. No caso do terceiro ano, podem ser ponderadas classificações finais em função da conjugação de classificações atribuídas a momentos anteriores de FCT e/ou a outras componentes técnicas e práticas da formação.

## **4- Assiduidade nas aulas presenciais**

- a. A assiduidade dos alunos é registada;
- b. Os alunos que não frequentem as aulas presenciais, por manifesta opção dos encarregados de educação, veem as suas faltas justificadas, não estando a escola obrigada à prestação de serviço remoto.

## **5- Alunos em grupos de risco**

Se um aluno se encontrar atestadamente em grupo de risco, deve a escola facilitar o apoio remoto, à semelhança do que acontece em todos os casos de doença prolongada.

## **6- Outros**

Se um professor faltar, deve ser assegurada a sua substituição. Deve sempre ser garantida a permanência dos alunos em sala de aula, e deve o professor assegurar trabalhos que possam ser desenvolvidos autonomamente, nestas circunstâncias.

## **III- CÓDIGOS DE CONDUTA**

Neste regresso parcial às aulas presenciais devem manter-se os esforços para conter a propagação do novo coronavírus.

O Plano de Contingência implementado em cada agrupamento de escolas ou escolas não agrupadas deve salvaguardar as boas práticas de higienização das mãos e etiqueta respiratória e promover, ainda, o distanciamento físico. Neste sentido, reforçam-se as medidas de prevenção diária que deverão ser implementadas por toda a comunidade educativa, dentro e fora do recinto escolar:

1. Utilizar máscaras no interior da escola (dentro e fora da sala de aula, exceto nas situações em que a especificidade da função não o permita) e no percurso casa-escola-casa (especialmente quando utilizados transportes públicos);
2. Evitar tocar na parte da frente da máscara;
3. Ao entrar na escola, desinfetar as mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
4. Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos;
5. Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, antes e após as aulas, antes e após o uso da casa de banho e sempre que estejam sujas;
6. Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida;
7. Tossir ou espirrar para a zona interior do braço, com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos;
8. Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;



9. Manter o distanciamento físico, dentro e fora do espaço escolar;
10. Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc;
11. Divulgar/promover, nos espaços educativos, campanhas de sensibilização para as boas práticas de higiene, uso, colocação e remoção de máscara, bem como de distanciamento físico e etiqueta respiratória.

#### **IV- NOTAS FINAIS**

A implementação dos planos para levantamento progressivo das medidas de contenção fica sujeito à alteração decorrente da avaliação dos impactos das medidas na evolução da pandemia.

## ORIENTAÇÃO

NÚMERO: 024/2020

DATA: 08/05/2020

Maria da Graça  
Gregório de  
Freitas

Digitally signed by Maria da  
Graça Gregório de Freitas  
DN: c=PT, o=Direção-Geral da  
Saúde, ou=Maria da Graça  
Gregório de Freitas  
Date: 2020.05.08 21:36:53 +01'00'

---

ASSUNTO: **COVID-19**  
**Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário**

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; Coronavírus; SARS-CoV-2; Estabelecimentos de Ensino.

PARA: Diretores de Agrupamentos de Escolas e Escolas Não Agrupadas

CONTACTOS: [medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt](mailto:medidassaudepublica@dgs.min-saude.pt)

---

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta) e dores musculares generalizadas.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: 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 (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Para mais informações e recomendações consultar: [www.covid19.min-saude.pt](http://www.covid19.min-saude.pt).

A COVID-19 foi considerada uma Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

O encerramento dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas em todo o país, com suspensão das atividades letivas e não letivas presenciais, foi parte de um conjunto de medidas

excecionais e temporárias relativas à situação epidemiológica da COVID-19 aprovadas pelo XXII Governo Constitucional através do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março.

Contudo, com a evolução epidemiológica e a necessidade de assegurar a continuidade do ano letivo de 2019/2020 foi aprovado um conjunto de medidas que prevê a minimização da interrupção do ensino e que, ao mesmo tempo, que reforça a prevenção da COVID-19 em ambiente escolar, para os 11.º e 12.º anos de escolaridade e para os 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário, nas disciplinas que têm oferta de exame final nacional.

Assim, nos termos da alínea a) do n.º 2 do artigo 2º do Decreto Regulamentar nº 14/2012, de 26 de janeiro, a Direção-Geral da Saúde (DGS) emite a seguinte Orientação, após auscultação das entidades competentes do Ministério da Educação:

## Medidas Gerais

1. A Direção de cada agrupamento de escolas ou escola não agrupada é responsável pela implementação das seguintes medidas:

a) Elaborar e/ou atualizar o Plano de Contingência para a COVID-19, de acordo com a Orientação 006/2020 da DGS, antes do início das atividades letivas em regime presencial. Este deve ser específico para cada agrupamento de escolas ou escola não agrupada e deve prever, entre outros:

- i. Os procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19 no estabelecimento de ensino;
- ii. A existência de uma área de isolamento equipada com telefone, cadeira, água e alguns alimentos não perecíveis, e acesso a instalação sanitária;
- iii. Os trajetos possíveis para o caso suspeito ser levado até à área de isolamento;
- iv. A atualização dos contactos de emergência dos estudantes e do fluxo de informação aos encarregados de educação;
- v. A constituição de diferentes equipas de pessoal não docente, de modo a garantir a sua substituição na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento;
- vi. A divulgação do Plano por todos os profissionais (pessoal docente e não docente) do agrupamento de escolas ou escola não agrupada;
- vii. A constante atualização da informação sobre a situação epidemiológica local relativa à COVID-19.

b) Manter um elo de ligação local com as Entidades da Saúde (Saúde Escolar e Unidades de Saúde Pública), as Autarquias, a Segurança Social e a Proteção Civil, salvaguardando a necessidade de apoios ou recursos que estas Entidades possam disponibilizar;

- c) Confirmar que todas as escolas apresentam as condições sanitárias necessárias para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos com água e sabão, e secagem com toalhetes de papel. Não devem ser utilizados secadores por jatos de ar;
- d) Procurar garantir as condições necessárias para se manter o distanciamento físico, dentro e fora do edifício escolar;
- e) Confirmar que a gestão de resíduos é mantida, diariamente, sem necessidade de proceder a tratamento especial;
- f) Garantir a existência de material e produtos de limpeza para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares;
- g) Garantir o cumprimento da obrigatoriedade de utilização de máscaras para acesso e permanência nos estabelecimentos de ensino, pelos funcionários docentes e não docentes e pelos alunos, de acordo com a legislação vigente;
- h) Disponibilizar informação facilmente acessível a toda a comunidade escolar, nomeadamente através da afixação de cartazes sobre a correta higienização das mãos, etiqueta respiratória e colocação da máscara (Anexos I, II e III);
- i) Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se na escola. Devem contactar a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde.

## Organização Geral

1. Tendo em conta a situação epidemiológica atual, algumas medidas específicas devem ser adotadas por toda a comunidade escolar:
  - a) Os alunos devem ser organizados em grupos e manter esta organização ao longo de todo período que permanecem na escola. Este grupo deve ter, na medida do possível, horários de aulas, intervalos e refeições organizados de forma a evitar o contacto com outros grupos;
  - b) O pessoal docente e não docente e os alunos devem respeitar as regras de segurança e de distanciamento físico de 2 metros;

- c) A gestão do pessoal não docente deve garantir o funcionamento das escolas, na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento de alguns dos seus elementos.

## **Organização Geral: Seccionamento do Espaço Escolar**

1. A cada grupo deve ser atribuído, na medida do possível, uma zona da escola;
2. Devem ser definidos circuitos de entrada e saída da sala de aula para cada grupo, de forma a impedir um maior cruzamento de pessoas;
3. Cada sala de aula deve ser, sempre que possível, utilizada pelo mesmo grupo de alunos, de acordo com a dimensão e características da escola;
4. O distanciamento físico deve ser mantido durante os intervalos.

## **Organização Geral: Acesso ao Recinto Escolar**

1. Estabelecer horários desfasados entre turmas, sempre que possível, de forma a evitar aglomeração de pessoas à entrada e à saída do recinto escolar;
2. Espaços não necessários à atividade letiva, como os bufetes/bares, as salas de apoio, as salas de convívio de alunos e outros, devem ser encerrados;
3. Se, por motivos de garantia de equidade, for necessário disponibilizar o acesso à biblioteca ou à sala de informática, estas devem reduzir a lotação máxima, e dispor de uma sinalética que indique os lugares que podem ser ocupados de forma a garantir as regras de distanciamento físico. Devem também ser higienizadas e desinfetadas após cada utilização;
4. No acesso ao recinto escolar deve-se garantir que todos estão a utilizar máscara. Deve ainda ser acautelada a higienização das mãos à entrada e à saída, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
5. Manter portões e portas abertas de forma a evitar o toque frequente em superfícies.

## **Organização Geral: Disposição da Sala de Aula**

1. A sala de aula deve garantir uma maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, por forma a garantir o distanciamento físico de 1,5-2 metros;
2. Para tal, as mesas devem ser dispostas o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física das salas de aula;



3. As mesas devem estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros;
4. Deve-se privilegiar uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas.

## **Procedimentos Perante a Identificação de um Caso Suspeito**

1. O pessoal docente e não docente deve estar informado sobre o Plano de Contingência interno e os procedimentos perante a identificação de um caso suspeito de COVID-19.
2. Perante a identificação de um caso suspeito (se detetado no estabelecimento de ensino), este deve encaminhar-se ou ser encaminhado para a área de isolamento previamente definida e pelos trajetos definidos no Plano de Contingência de cada escola ou agrupamento.
3. Deve ser contactada a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.
4. A Autoridade de Saúde local deve ser imediatamente informada do caso suspeito, e devem ser fornecidos os dados (nome, data de nascimento, contato telefónico) das pessoas que integram o(s) respetivo(s) grupo(s) (alunos, pessoal docente e não docente) do caso suspeito, de forma a facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco.
5. Reforçar a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento.
6. Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.

## **Higienização Ambiental na Escola**

1. A limpeza e desinfeção de superfícies, conforme a Orientação 014/2020 da DGS, é uma prática recomendada para a prevenção de transmissão da COVID-19 em ambientes comunitários.
2. O vírus SARS-CoV-2 pode sobreviver em diferentes superfícies, durante horas (cobre e papelão) a alguns dias (plástico e aço inoxidável).

3. Todas as superfícies podem ser fonte de contaminação, mas o risco deste contágio varia consoante a frequência de manipulação, de toque ou de utilização.
4. As superfícies com maior risco de contaminação são as de toque frequente, ou seja, as superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas, e com muita frequência ao longo do dia. São exemplos destas superfícies: maçanetas de portas, interruptores de luz, telefones, tablets, teclados e ratos de computadores, principalmente quando usados por várias pessoas, botões de elevadores, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, dinheiro, controlos remotos, entre outros.
5. No espaço escolar existem áreas que, devido à sua utilização por um maior número de pessoas, e, muitas vezes, por períodos de tempo mais prolongados, podem ser mais facilmente contaminadas e representar um eventual maior risco para a transmissão do vírus. Assim, algumas áreas devem ser alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfeção, sempre que estejam em utilização, nomeadamente:
  - a) Áreas de isolamento de casos suspeitos de COVID-19 na escola;
  - b) Refeitórios escolares;
  - c) Instalações sanitárias;
  - d) Salas de professores;
  - e) Salas de aulas;
  - f) Salas de informática;
  - g) Bibliotecas;
  - h) Laboratórios.
6. Para além dos cuidados de limpeza e desinfeção, os espaços devem ser ventilados, de acordo com as suas características, por forma a permitir a renovação do ar interior, idealmente, através de ventilação natural pela abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção regular adequada.
7. Cada escola deve ter estabelecido um plano de higienização que tenha por referência a Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas, sobre "Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19".
8. Neste plano de higienização deve constar:
  - a) O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas);
  - b) Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e Instruções do procedimento);

- c) Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado);
  - d) Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização);
  - e) Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação).
9. O plano de higienização deve ser do conhecimento dos profissionais envolvidos e estar afixado em local visível.
10. Os profissionais de limpeza devem conhecer bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante a realização do seu trabalho e como garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção.
11. Para aumentar a capacitação do pessoal não docente responsável pela limpeza e desinfeção do edifício escolar e pela gestão de resíduos, deverá ser acautelada, sempre que possível, formação por parte do grupo nacional do Programa de Prevenção e Controlo de Infecção e Resistência aos Antimicrobianos (PPCIRA), bem como das Forças Armadas, no âmbito das ações de desinfeção e sensibilização que estão a ocorrer, nomeadamente em matéria de correto uso de EPI e materiais de limpeza.

## **Refeitórios Escolares**

### **Refeitórios Escolares: Organização**

1. A organização e utilização dos refeitórios escolares deve acautelar o respeito pelas regras de distanciamento físico entre todos os utilizadores, evitando grandes concentrações de alunos. Deverá também ser incentivada a correta higienização das mãos por parte dos utilizadores (antes e depois das refeições escolares), bem como uma limpeza frequente.

### **Refeitórios Escolares: Reforçar as Medidas de Higiene**

1. Garantir uma adequada limpeza e desinfeção das superfícies, de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS "Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares". Os protocolos de limpeza e desinfeção devem ser intensificados, incluindo:
- a) Desinfetar, pelo menos, duas vezes por dia, e com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contato frequente (ex.: zonas de atendimento, balcões, etc.);
  - b) Higienizar as mesas com produtos recomendados após cada utilização.

2. Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber que:
  - a) O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;
  - b) Os alimentos prontos para comer não devem ser tocados com as próprias mãos e devem ser utilizados utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição. As luvas não substituem a lavagem das mãos ou a higiene das mãos;
  - c) Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção;
  - d) O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas durante uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário;
3. Remover motivos decorativos nas mesas;
4. Assegurar uma boa ventilação e renovação frequente de ar, por exemplo através da abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção adequada.



Graça Freitas  
Diretora-Geral da Saúde

## Referências bibliográficas

- World Health Organization. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Geneva: WHO; 2020
- Agência Portuguesa do Ambiente. Orientações e recomendações para a gestão de resíduos em situação de pandemia por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Versão 3.0 de 13/04/2020. Disponível em: <https://apambiente.pt/index.php?ref=19&subref=1636&sub2ref=1637&sub3ref=1641>
- Centers for Disease Control and Prevention. Cleaning and Disinfection for Community Facilities. 1 abril 2020. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>
- Public Health England. Guidance - COVID-19: cleaning in non-healthcare settings. Updated 26 March 2020. Disponível em: <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-decontamination-in-non-healthcare-settings/covid-19-decontamination-in-non-healthcare-settings>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Cleaning and Disinfecting Your Facility. Acedido a 24/04/2020. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Cleaning and Disinfection for Community Facilities. Interim Recommendations for U.S. Community Facilities with Suspected/Confirmed Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Acedido a 24/04/2020. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>
- Department of Health of New York. Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19. Disponível em: <https://sunypoly.edu/sites/default/files/health-alerts/COVID-19-School-Cleaning-Guidance-FINAL.PDF>
- Minnesota Department of Health. MDH Guidance for Social Distancing in Schools. Updated 04/02/2020. Disponível em: <https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/schools/socialdistance.pdf>
- Australian Government Department of Health. Australian Health Protection Principal Committee (AHPPC) advice on reducing the potential risk of COVID-19 transmission in schools. Updated 16 April 2020. Disponível em: [https://www.health.gov.au/news/australian-health-protection-principal-committee-ahppc-advice-on-reducing-the-potential-risk-of-covid-19-transmission-in-schools?fbclid=IwAR1oE-va8CyyrqlHK1pHtqu7lu\\_1L23RgzKmDaYGJH8mFGSXNIB9m3XDsl0](https://www.health.gov.au/news/australian-health-protection-principal-committee-ahppc-advice-on-reducing-the-potential-risk-of-covid-19-transmission-in-schools?fbclid=IwAR1oE-va8CyyrqlHK1pHtqu7lu_1L23RgzKmDaYGJH8mFGSXNIB9m3XDsl0)
- School Canteens Association. [https://www.waschoolcanteens.org.au/wp-content/uploads/2020/03/School-communication-COVID-19\\_18.03.20.pdf](https://www.waschoolcanteens.org.au/wp-content/uploads/2020/03/School-communication-COVID-19_18.03.20.pdf)
- Bouroulba L. Turbulent Gas Clouds and Respiratory Pathogen Emissions: Potential Implications for Reducing Transmission of COVID-19. JAMA. Published online March 26, 2020. doi:10.1001/jama.2020.4756
- European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Considerations relating to social distancing measures in response to COVID-19 – second update. 23 March 2020. Disponível em: <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing-measures-guide-second-update.pdf>
- NC Department of Health and Human Services. Interim Guidance for Environmental Cleaning for Non-Healthcare Settings Following Exposure to a Patient with Confirmed or Suspected 2019 Novel Coronavirus (COVID-19) Infection. March 9, 2020 (replaces version dated January 30). Disponível em:



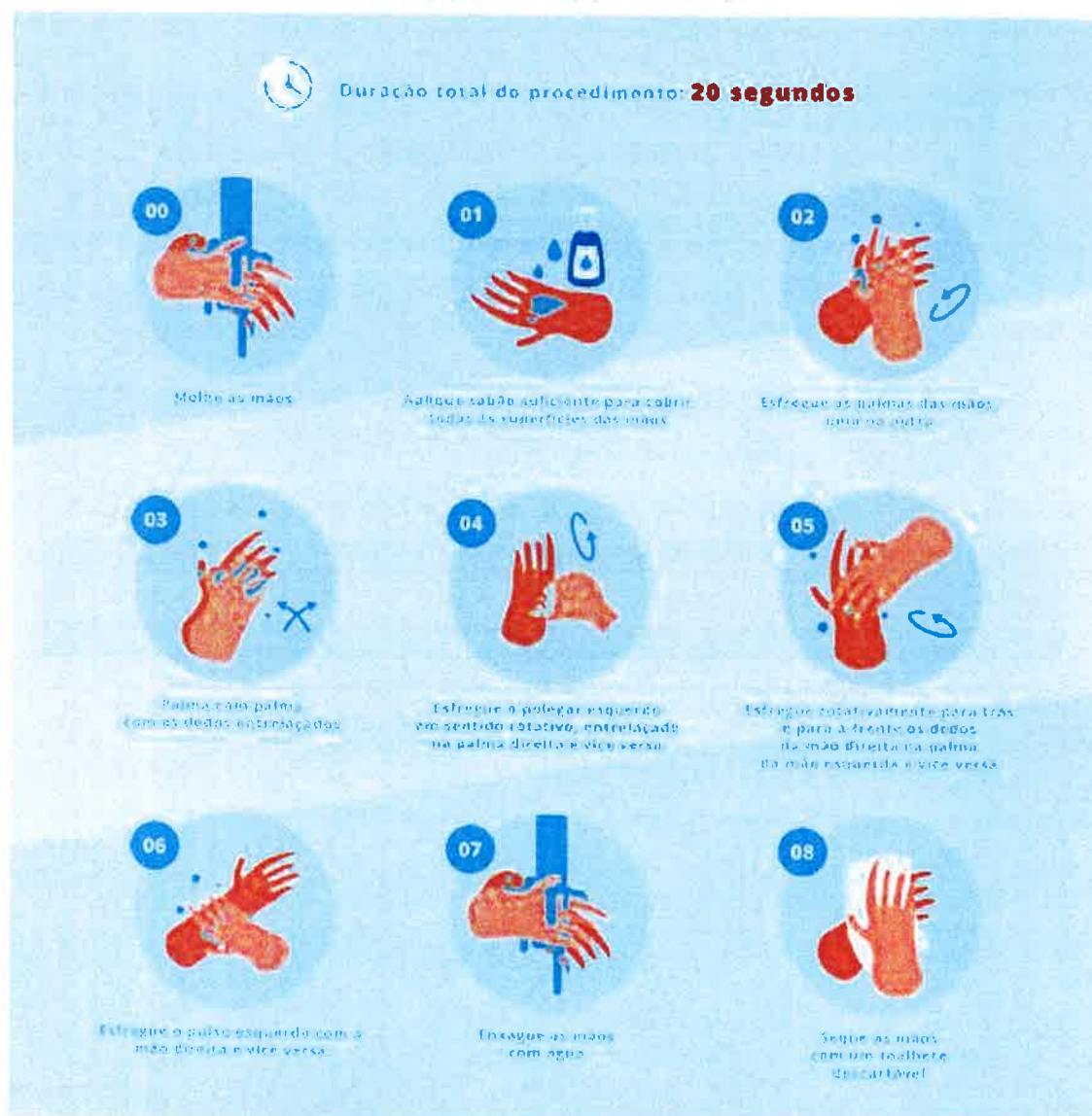
[https://epi.dph.ncdhhs.gov/cd/coronavirus/\\_Interim%20Guidance%20for%20Environmental%20Cleaning%20for%20Non-Healthcare%20Settings.pdf?ver=1.1](https://epi.dph.ncdhhs.gov/cd/coronavirus/_Interim%20Guidance%20for%20Environmental%20Cleaning%20for%20Non-Healthcare%20Settings.pdf?ver=1.1)

- New York State Department of Health. Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19. Disponível em: <https://resources.finalsite.net/images/v1583693167/pelhamschoolsorg/nc4gvel5bk4qll1qkrim/COVID-19SchoolCleaningGuidanceFINAL.pdf>
- SHORELINE Public Schools. Coronavirus (COVID-19) Information and Resources. Cleaning and Disinfecting. Disponível em: <https://www.shorelineschools.org/Page/7073>
- Cleaning schools in the age of COVID-19. Tuesday, April 7, 2020. By B. Douglas Ford and Keith Sopha. Disponível em: <https://www.reminetwork.com/articles/cleaning-schools-covid-19/>

## Anexo I. Lavagem das mãos

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS



## Anexo II. Medidas de etiqueta respiratória

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



**DEITE O LENÇO AO LIXO** e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**



## Anexo III. Correta utilização das máscaras

COVID-19

MÁSCARAS

### COMO COLOCAR

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR**
- VER A POSIÇÃO CORRETA**  
Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior.
- COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- AJUSTAR AO ROSTO**  
Do nariz até abaixo do queixo
- NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS**

### DURANTE O USO

- TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA**
- NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR**
- NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**  
Se o fizer, lavar as mãos de seguida

### COMO REMOVER

- LAVAR AS MÃOS**
- RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS**
- DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA**
- LAVAR AS MÃOS**

### TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado
- Lavar a máscara após cada utilização:
  - Deve ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos
  - Não usar álcool
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
  - as condições para uma adequada lavagem e secagem
  - o número máximo de utilizações

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

REPÚBLICA PORTUGUESA SNS DGS

Orientação nº 024/2020 de 08/05/2020

13/13

Alameda D. Afonso Henriques, 45 | 1049-005 Lisboa - Portugal | Tel: +351 21 843 05 00 | Fax: + 351 21 843 05 30 | E-mail: geral@dgs.mln-saude.pt | www.dgs.pt

## **Orientações**

### **Reabertura da Educação Pré-Escolar**

Atendendo à emergência de saúde pública de âmbito internacional, declarada pela Organização Mundial de Saúde, no dia 30 de janeiro de 2020, bem como à classificação de pandemia, no dia 11 de março de 2020, o Governo, através do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março, aprovou um conjunto de medidas excecionais e temporárias relativas à situação epidemiológica da doença COVID-19, entre as quais a suspensão das atividades letivas e não letivas com presença de crianças e alunos em estabelecimentos de educação e ensino, designadamente de educação pré-escolar.

No dia 18 de março de 2020 foi decretado o estado de emergência em Portugal, através do Decreto do Presidente da República n.º 14 -A/2020, de 18 de março, o qual veio a ser renovado pelo Decreto do Presidente da República n.º 17-A/2020, de 2 de abril, e pelo Decreto do Presidente da República n.º 20-A/2020, de 17 de abril.

O Roteiro Europeu para o Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção da COVID-19, apresentado pela Comissão Europeia no dia 15 de abril de 2020, definiu orientações que visam a supressão gradual das medidas de confinamento, preservando a saúde pública numa solução social e económica de equilíbrio.

Tendo em conta a avaliação efetuada pelas autoridades de saúde, e mantendo como prioridade a prevenção da doença, a contenção da pandemia e a garantia da segurança dos portugueses, aliadas ao levantamento gradual das suspensões e interdições decretadas durante o período do estado de emergência, o Governo, ao abrigo da Lei de Bases da Proteção Civil, declarou a situação de calamidade pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-A/2020, de 30 de abril, entretanto prorrogada pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 38/2020, de 17 de maio.





Através da Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, o Governo aprovou ainda uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, nos termos da qual definiu o dia 1 de junho como data de reabertura dos estabelecimentos de educação pré-escolar, quinze dias depois da reabertura das creches e do regresso parcial às atividades letivas presenciais pelos alunos do 11.º e 12.º anos e 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação.

Foi definido que todas as medidas são acompanhadas de condições específicas de funcionamento, incluindo regras de lotação, utilização de equipamentos de proteção individual, agendamento e distanciamento físico, que acrescem às condições gerais para o levantar de medidas de confinamento. Deste modo, impõe-se que sejam assegurados procedimentos, através da implementação, em cada unidade orgânica, de um plano de medidas que mitigue a possibilidade de contágio, garantindo a segurança da comunidade educativa.

Assim, em cumprimento das orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS), estabelecem-se diretrizes para a reorganização do funcionamento de cada estabelecimento de educação pré-escolar.

Sem descurar as medidas excecionais que a situação pandémica que vivemos exige, estas orientações têm como objetivo apoiar do ponto de vista pedagógico, as instituições, os profissionais e as famílias, bem como assegurar a proteção de todos.

Pese, embora, a recomendação atual de distanciamento físico, não podemos perder de vista a importância das aprendizagens e do desenvolvimento das crianças, bem como a garantia do seu bem-estar e direito de brincar. É também essencial considerar que as interações e as relações que as crianças estabelecem com os adultos e com as outras crianças são a base para a sua aprendizagem e desenvolvimento.

Toda a comunidade educativa - educadores de infância, diretores, coordenadores e pessoal não docente - terá um papel essencial no sentido de garantir as condições



necessárias para que as crianças possam frequentar a educação pré-escolar com o máximo de segurança.

Neste contexto, a organização do ambiente educativo deve ser repensada e planeada, tendo em conta a situação que vivemos e a especificidade de cada contexto, no respeito pelas Orientações Curriculares da Educação Pré-Escolar (OCEPE) e em consonância com as orientações emanadas da DGS.

## **Medidas Gerais**

1. Todas as instituições deverão rever e adaptar os seus planos de contingência COVID-19, de acordo com a Orientação 006/2020 da DGS, devendo contemplar:
  - a. Procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19;
  - b. Definição de uma área de isolamento, devidamente equipada com telefone, cadeira, água, alguns alimentos não perecíveis e com acesso a instalação sanitária;
  - c. Definição de circuitos para o caso suspeito chegar e sair da área de isolamento;
  - d. Confirmação dos contactos de emergência das crianças e definição do fluxo de informação aos encarregados de educação;
  - e. Gestão dos recursos humanos de forma a prever substituições na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento.
2. O estabelecimento de educação deve garantir a divulgação deste plano junto de todos os profissionais (pessoal docente e não docente) e dos encarregados de educação.
3. Deve ser mantido um elo de ligação local com as Entidades da Saúde (Saúde Escolar e Unidades de Saúde Pública), Autarquias, Segurança Social e Proteção Civil, salvaguardando a necessidade de apoios ou recursos.



4. As crianças, bem como o pessoal docente e não docente, com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não se devem apresentar no estabelecimento de educação pré-escolar. Quem tiver sintomas deve contactar a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito e proceder de acordo com as indicações fornecidas pelos profissionais de saúde.

5. Todo o pessoal docente e não docente, bem como os encarregados de educação, devem ser devidamente informados relativamente às normas de conduta a obedecer, no atual contexto, e que visam a prevenção e o controlo da transmissão da COVID-19. A informação deve estar afixada em locais visíveis do estabelecimento de educação pré-escolar e/ou ser enviada por via informática. Devem ainda ser informados sobre todas as alterações à organização e funcionamento do respetivo estabelecimento.

6. Todos os estabelecimentos de educação devem garantir as condições necessárias para adotar as medidas preventivas recomendadas, designadamente:

- a. Instalações sanitárias com as condições necessárias para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos com água e sabão;
- b. Material para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares, de acordo com a Orientação 014/2020 da DGS e o documento orientador da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas, sobre “Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19”, reforçando, neste caso, a higienização frequente dos materiais pedagógicos e equipamentos utilizados pelas crianças, várias vezes ao dia;
- c. Gestão de resíduos diária, sem necessidade de proceder a tratamento especial;
- d. Equipamentos de proteção, nomeadamente máscaras, para todo o pessoal docente e não docente, assegurando que em nenhuma situação são colocadas máscaras às crianças;
- e. Dispensador de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para desinfetar

as mãos à entrada do recinto escolar.

7. Deve reforçar-se, igualmente, a lavagem/desinfecção frequente das mãos por parte do pessoal docente e não docente e também das crianças, designadamente aquando da entrada no estabelecimento de educação, antes e após as refeições, antes e após a ida à casa de banho, e sempre que regressem do espaço exterior.
8. As crianças devem ser entregues à porta do estabelecimento de educação pré-escolar pelo seu encarregado de educação, ou por pessoa por ele designada, e recebidas por um profissional destacado para o efeito, evitando assim a circulação de pessoas externas no interior do recinto.
9. Pessoas externas ao processo educativo (p. ex.: fornecedores) só excecionalmente podem entrar no estabelecimento de educação e, sempre, de forma segura, com máscara, evitando o contacto com as crianças.
10. Sempre que aplicável, devem ser assegurados especiais cuidados na troca de fraldas, com higienização das mãos dos profissionais e das crianças, bem como da bancada, antes e depois da muda de fralda.
11. Sempre que aplicável, as peças de roupa suja devem ir para casa em saco plástico, fechado.
12. Caso haja equipamentos de ar condicionado ou similares, estes nunca devem ser ligados em modo de recirculação do ar.
13. Antes da reabertura dos estabelecimentos, deve ser feita uma limpeza geral e desinfeção das instalações.
14. Privilegiar a via digital para todos os procedimentos administrativos, sempre que possível.

## **Organização do espaço**

1. Sempre que o estabelecimento de educação disponha de espaços que não estão a ser usados poderá utilizá-los para expansão do estabelecimento de educação pré-escolar.
2. As crianças e o pessoal docente e não docente devem ser organizados em salas ou outros espaços, de forma a evitar o contacto entre pessoas de grupos diferentes.
3. Todos os espaços que não sejam necessários ao bom funcionamento das atividades (depois de organizado todo o espaço, em virtude das regras de segurança e higiene a cumprir) devem estar encerrados. Esta medida não se aplica às salas de refeições.
4. Privilegiar as atividades que decorram no exterior (pátios, logradouros, jardins), em regime rotativo dos grupos.
5. Deve ser maximizado o distanciamento físico entre as crianças quando estão em mesas, sem comprometer o normal funcionamento das atividades pedagógicas.
6. Deve ser privilegiada a utilização das salas ou espaços mais amplos e arejados.
7. Definir circuitos de circulação interna, permitindo uma melhor orientação espacial de crianças e adultos e, ao mesmo tempo, uma higienização mais eficaz do espaço e dos equipamentos.
8. O estabelecimento deve criar espaços “sujos” e espaços “limpos” e estabelecer diferentes circuitos de entrada e de saída, bem como de acesso às salas, sempre que possível.
9. As crianças devem trocar o calçado que levam de casa por outro apenas utilizado no espaço do Jardim de Infância. Este calçado extra permanece no estabelecimento de educação, devendo ser higienizado, todos os dias, após a saída da criança. Os profissionais deverão cumprir a mesma orientação.
10. Garantir a existência de material individual necessário para cada atividade.

11. Remover, das salas, os acessórios não essenciais à prática das atividades pedagógicas, reforçando a limpeza e desinfecção dos que lá permanecem.
12. Pedir aos encarregados de educação que não deixem as crianças levar de casa brinquedos ou outros objetos não necessários.
13. Deve-se evitar concentrações nas idas à casa de banho.
14. Sempre que possível, e que tal não comprometa a segurança das crianças (portas com barreira de segurança e janelas que não estejam ao alcance), deve manter-se as janelas e/ou portas das salas abertas, de modo a permitir uma melhor circulação do ar.
15. Assegurar os apoios presenciais mobilizados para as crianças acompanhadas pelos técnicos e/ou docentes da Intervenção Precoce. Este trabalho deve ser acompanhado pela equipa multidisciplinar de apoio à educação inclusiva (EMAEI), em estreita articulação com o educador e com as equipas locais a funcionar no âmbito do Sistema Nacional de Intervenção Precoce na Infância (SNIPI).

### **Organização dos horários**

1. Não deve a criança permanecer no estabelecimento de educação por período superior ao estritamente necessário.
2. Na organização da rotina diária, procurar desfazar os momentos de permanência dos diferentes grupos de crianças no recreio. Os equipamentos devem ser higienizados após a utilização de cada grupo.
3. Em ambiente escolar, a extensão dos horários, no âmbito das Atividades de Animação e Apoio às Famílias (AAAF) e da Componente de Apoio à Família (CAF), deverá seguir as presentes orientações.



## **Práticas Pedagógicas**

1. Considerar que a situação que vivemos e a especificidade de cada contexto implicam, necessariamente, uma flexibilidade e adequação na organização das rotinas, dos espaços, dos materiais e das atividades.
2. Criar uma nova rotina pedagógica, tendo em conta as orientações da DGS, em articulação com os fundamentos e princípios da pedagogia para a infância definidos nas OCEPE.
3. Pese embora as regras atuais de distanciamento físico, importa não perder de vista a importância das aprendizagens e do desenvolvimento das crianças e a garantia do seu direito de brincar.
4. Estar atento ao bem-estar das crianças e responder às necessidades emocionais, físicas e cognitivas das mesmas, uma vez que o desenvolvimento e a aprendizagem são indissociáveis.
5. É também essencial considerar que as interações e as relações que as crianças estabelecem com os adultos e com as outras crianças são a base para a sua aprendizagem e desenvolvimento.
6. Dar a conhecer às crianças as novas regras de convivência social, levando-as a compreender a importância das novas formas de interação entre pares e com os adultos. É importante prestar atenção às suas dúvidas e angústias, tranquilizando-as e ajudando-as a compreender a importância do cumprimento destas novas regras, para a segurança e bem-estar de todos.
7. Conversar com as crianças acerca das alterações das suas rotinas e ouvir as suas opiniões e sugestões.
8. Realizar o registo das novas regras de segurança e com as crianças elaborar cartazes, panfletos, etc., afixando-os em local visível do Jardim de Infância e/ou da sua sala.
9. Planear atividades e projetos, escutando as crianças sobre como os podem desenvolver, tendo em conta o contexto atual.

10. Privilegiar a utilização das tecnologias de modo diversificado com diferentes funções, como recolha de informação, registo, comunicação, etc., com recurso à projeção, por exemplo, de visitas virtuais a museus, parques, palácios, audição de concertos de música, visualização de peças de teatro e documentários sobre assuntos que lhes interessem.
11. Desenvolver as atividades, preferencialmente, em pequenos grupos ou individualmente, quando possível.
12. Sempre que possível, privilegiar atividades em espaços abertos (pátios, logradouros, jardins).
13. Promover atividades como a leitura de histórias em círculo alargado.
14. Privilegiar atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.
15. Sempre que possível, assegurar que os objetos partilhados entre crianças são devidamente desinfetados entre utilizações.
16. Se uma criança se encontrar atestadamente em grupo de risco, deve ser assegurado o apoio individualizado, envolvendo a EMAEI no acompanhamento da criança em estreita articulação com o docente e a família.
17. Privilegiar, sempre que possível, o contacto com as famílias à entrada da instituição, mantendo o distanciamento físico recomendado, possibilitando que a articulação possa ser veiculada ou complementada, regularmente, via telefone ou por meios digitais, de modo a que, na adaptação a esta nova realidade, haja articulação e continuidade entre o Jardim de Infância e a família.
18. Nesta fase, devem-se cancelar festas e reuniões de encarregados de educação presenciais.

## **Gestão do pessoal docente e não docente**

1. Assegurar a presença dos recursos humanos (pessoal docente e pessoal não docente) estritamente necessários ao funcionamento das atividades presenciais.
2. Caso haja um docente que, atestadamente, pertença a um grupo de risco, pode o estabelecimento de educação adotar as seguintes estratégias:
  - a. Substituí-lo por um outro educador de infância que não tenha grupo atribuído;
  - b. Manter as atividades desse docente em sistema remoto, devendo ser assegurado o acompanhamento das crianças em sala, podendo recorrer-se, se necessário, aos mecanismos de substituição previstos e regulados no Decreto-Lei n.º 132/2012, na redação dada pelo Decreto-Lei n.º 28/2017, quando seja necessário salvaguardar a saúde dos docentes sujeitos a um dever especial de proteção, invocando na plataforma como motivo de substituição a referida disposição legal.
3. Os estabelecimentos podem adotar outras estratégias que entendam ser mais adequadas designadamente quanto à substituição dos docentes e locais das atividades, garantindo a maior eficácia das medidas de contenção do coronavírus.

## **Refeições**

1. Durante o período de refeições, devem ser respeitadas as seguintes medidas de distanciamento e higiene:
  - a. A deslocação para a sala de refeições, caso aplicável, deve ser desfasada para evitar o cruzamento de crianças, ou, quando tal não for possível, será de considerar fazer as refeições na sala de atividades;
  - b. Antes e depois das refeições, as crianças devem lavar as mãos acompanhadas, para que o façam de forma correta;

- c. Os lugares devem estar marcados, de forma a assegurar o máximo de distanciamento físico possível entre crianças;
  - d. Deve ser realizada, entre trocas de turno, a adequada limpeza e desinfeção das superfícies utilizadas.
2. Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos.
3. Os equipamentos e utensílios da criança a devolver aos encarregados de educação devem ser colocados em saco descartável, quando aplicável.
4. As pausas da equipa para almoço deverão ocorrer de modo a garantir o afastamento físico entre profissionais.
5. Também nas salas de refeições, todos os funcionários devem utilizar máscara, enquanto acompanham as crianças.

### **Atuação perante um caso suspeito**

1. O pessoal docente e não docente deve estar informado sobre o Plano de Contingência interno e os procedimentos perante a identificação de um caso suspeito de COVID-19.
2. Perante a identificação de um caso suspeito (se detetado no estabelecimento de educação), este deve encaminhar-se ou ser encaminhado para a área de isolamento, pelos circuitos definidos no Plano de Contingência. Sempre que se trate de uma criança, a pessoa responsável deve permanecer com a criança na sala de isolamento, cumprindo com as precauções básicas de controlo de infeção, nomeadamente quanto à higienização das mãos.
3. Deve ser contactada a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.

4. As Autoridades de Saúde locais devem ser imediatamente informadas do caso suspeito e dos contactos do grupo, de forma a facilitar a aplicação de medidas de Saúde Pública aos contactos de alto risco. Para o efeito, os estabelecimentos devem manter atualizados os contactos das Autoridades de Saúde territorialmente competentes.
5. Se o caso suspeito for uma criança, deve ser contactado, de imediato, o respetivo encarregado de educação.
6. Deve-se reforçar a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito, bem como da área de isolamento, nos termos da Orientação 14/2020 da DGS.
7. Os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em dois sacos de plástico, resistentes, com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilho e devem ser colocados em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos).

## **Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas**

### **LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19**

#### **1. Medidas gerais**

Os estabelecimentos de ensino devem assegurar-se que os profissionais de limpeza estão sensibilizados para o cumprimento das regras de utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) (de acordo com **anexo I**) e de lavagem correta das mãos (de acordo com **anexo II**).

Salienta-se, ainda, a importância de cada estabelecimento de ensino ter um plano de limpeza e limpeza, devendo salvaguardar:

- A afixação de informação útil em local visível e acessível aos funcionários;
- O conhecimento sobre a utilização correta dos produtos de limpeza (detergentes e desinfetantes), de acordo com as Fichas de Dados de Segurança do produto;
- A disponibilidade de materiais de limpeza e desinfeção adequados (**anexo III**).

#### **2. Procedimento**

Quando se vai desinfetar uma área, as principais preocupações a ter em conta são:

- **Equipamentos de Proteção Individual (EPI):**
  - Deve ser usado equipamento 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. Sobre EPI, consultar **anexo I**.

- **Entrada na “área suja”:**

- 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;
- Ao entrar na “área suja”, deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.

- **Operação dentro da “área suja”:**

- Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
- Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
- À medida que se vai limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco.

- **Saída da “área suja”:**

- No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
- Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
- Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
- Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
- Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
- Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

- **Resíduos:**

- 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.

- Nunca deixar os sacos de resíduos em espaços públicos, ou zonas onde possam ser mexidos.

### 3. Frequência de limpeza

A desinfeção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- 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;
- Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Salas de professores – de manhã e à tarde;
- Refeitórios – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e zonas de self-service.

### 4. Produtos e técnicas de desinfeção de espaços escolares

A limpeza e desinfeção de espaços escolares interiores utiliza os seguintes produtos e técnicas:

#### a) Agentes de desinfeção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70° (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio), siga as indicações do **anexo IV**.

**b) Método de aplicação:**

A limpeza deve ser húmida com:

- 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.

**c) Ordem de limpeza dos espaços fechados (Salas de aula, salas de professores, entre outros):**

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 o último a ser limpo.

Ter 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.

**d) Procedimento gerais**

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- Enxaguar as superfícies só com água;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

### e) Procedimentos específicos

- **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.
- **Chão (último a limpar):** deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfeção 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.
- **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 desinfeção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:

1. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
2. De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:
  - 2.1. 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;
    - Volte a puxar a água.

## 2.2. 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.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

## 3. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

### • **Refeitórios:**

Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando agentes de limpeza e desinfeção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

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

- Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
- 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;
- Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Cumprir a etiqueta respiratória.



## Referências:

- Australian Government. Department of Health Information for universities, higher education and vocational education facilities, their students and staff.

Disponível online em: <https://www.health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-information-for-universities-higher-education-and-vocational-education-facilities>

- CDC: Interim Guidance for Administrators of U.S. Institutions of Higher Education. [cdc.gov/COVID19](https://www.cdc.gov/COVID19), <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-ihe-response.html>
- CDC: How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu. July 31, 2018. Disponível online em: <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

- CDC. Illinois Department of Public Health. Pandemic COVID-19 Checklist: K-12 School Administrators.

Disponível online em: <https://www.cdc.gov/nonpharmaceutical-interventions/pdf/pan-flu-checklist-k-12-school-administrators-item2.pdf>

- CDC: Interim Guidance for Administrators of US Institutions of Higher Education. Plan, Prepare, and Respond to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).

Disponível online em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/guidance-administrators-college-higher-education.pdf>

- Department of Health New York. Andrew M. Cuomo et al. Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19. April 8, 2020. Disponível online em: <https://www.44thward.org/news/interim-cleaning-and-disinfection-guidance-for-chicago-public-schools-primary-and-secondary-schools-for-covid-19/>

- Norma n.º 007/2020, de 29 de março da DGS - Equipamentos de Proteção Individual (EPI). <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020.aspx>

- Orientação n.º 014/2020, de 21 de março, da DGS - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares. <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020.aspx>



## ANEXO I

### **Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza**

- Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.

## ANEXO I

### SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI

1

**Amarre o cabelo**  
Remova anéis ou joias

2

**Higienize as mãos**  
antes de colocar o EPI

3

**Coloque a bata impermeável ou avental**



4

**Coloque a máscara**



5

**Coloque a Proteção Ocular**



6

**Coloque as luvas**



## ANEXO I

### SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada

#### Sequência de remoção dos EPI

1

**Luvas :**

A parte externa das luvas está contaminada



Higienize as mãos com água e sabão ou SABA

2

**Bata ou avental :**  
A parte da frente da bata está contaminada



3

**PROTETOR OCULAR:**  
A parte exterior dos Óculos ou da Viseira está contaminada



4

**MÁSCARA**

Higienize novamente as mãos.  
Não toque na frente da máscara porque está contaminada.



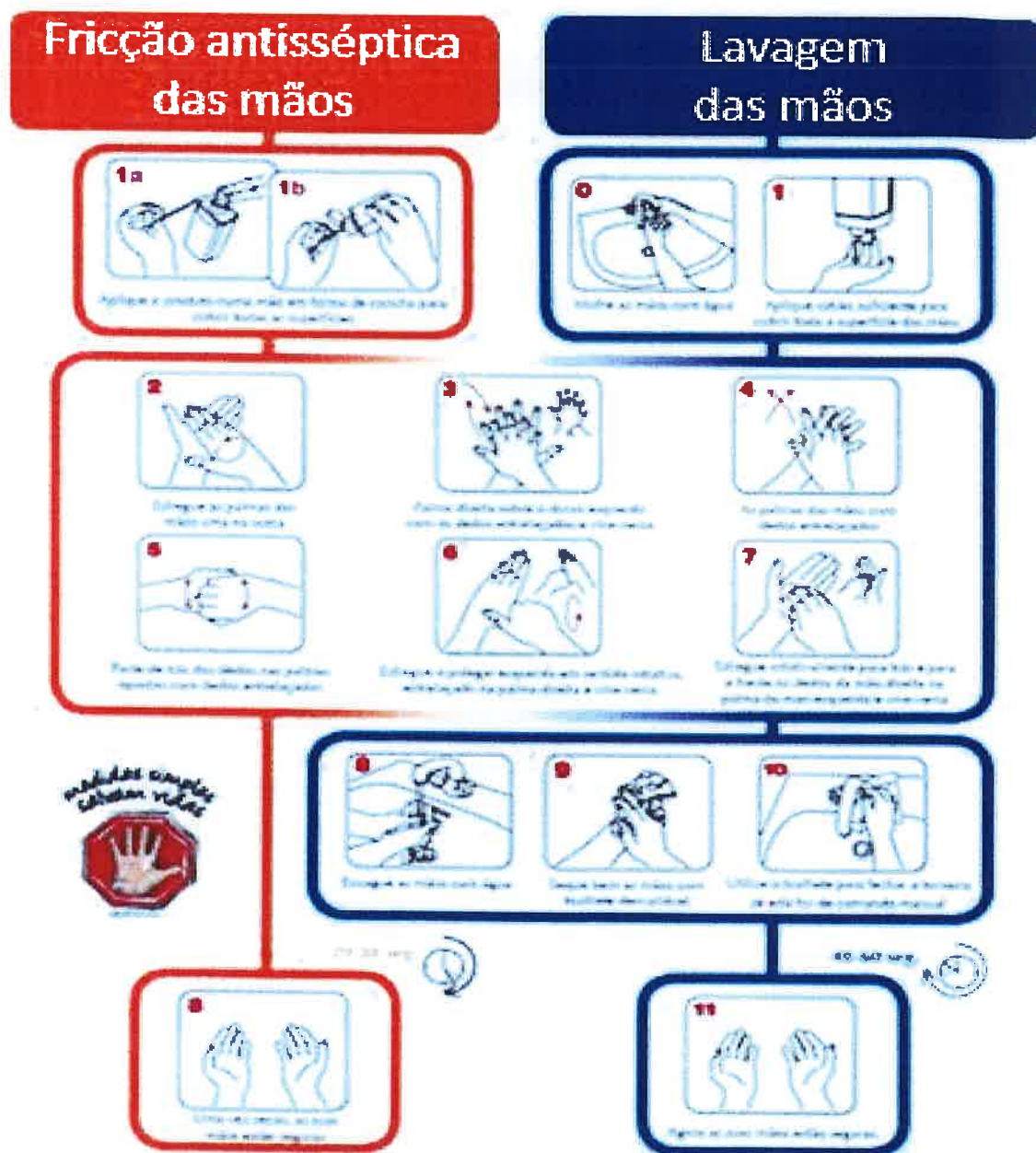
5

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



## ANEXO II

Técnica de Higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão









### ANEXO III

#### Materiais de limpeza

Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo), de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.

MATERIAIS LIMPEZA	IMAGEM	COMENTÁRIOS
Pulverizador manual (bem rotulado)		Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos
Panos de limpeza		Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável;  Se forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfeção pelo calor em máquina de lavar.
Balde		O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização;
Esfregona		



## ANEXO IV

### Preparação da solução à base do hipoclorito de sódio (diluição de 1/100)

Concentração original do hipoclorito de sódio de 5% de cloro ativo	Quantidade final de solução pretendida 1000ppm	Volume de hipoclorito de sódio	Volume de água
	1 Litro	10 mililitros	990 mililitros
	5 litros	50 mililitros	4,950 litros
	10 litros	100 mililitros	9,900 litros

**Notas:**

- 1 - Preferir sempre a solução de hipoclorito de sódio adquirida no mercado, já **pronta a usar**, sem ter de fazer diluições.
- 2 - **Diluição:** deitar primeiro no balde a quantidade de água que se pretende e adicionar, de seguida, a quantidade do desinfetante, para evitar acidentes por salpicos. Seguir sempre as instruções do fabricante inscritas nos rótulos dos produtos para as diluições.
- 3 - **Segurança no uso de desinfetantes e seu acondicionamento:** rotular bem os frascos dos desinfetantes; não colocar desinfetantes em garrafas de água; manter os desinfetantes em local inacessível a crianças.