

2020



[EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS PLANO DE CONTINGÊNCIA
CORONAVÍRUS - COVID-19]

Índice

Introdução.....	2
Informações Gerais	3
1. Identificação do coordenador e da equipa operativa	7
2. Definição da cadeia de “comando e controlo”.....	8
3. Identificação das atividades essenciais e prioritárias	9
4. Identificação das medidas de manutenção da atividade escolar em situação de crise	10
5. Medidas de prevenção e controlo do vírus - COVID-19	11
5.1. Informação e capacitação	13
5.2. Medidas de higiene do ambiente escolar	14
5.3. Medidas de isolamento e distanciamento social.....	15
6. Plano de Comunicação.....	16
7. Elaboração e divulgação do Plano	16
8. Avaliação	17

Introdução

Este documento foi elaborado, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por **Plano de Contingência COVID- 19 da Escola Básica do 1º Ciclo com Pré-Escolar das Figueirinhas**.

O objetivo deste Plano de Contingência é acautelar, de forma a proteger a saúde das crianças/alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade das suas atividades, em face dos possíveis efeitos da pandemia, tendo presente as respetivas repercussões nas atividades escolares e no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa.

Consiste num conjunto de medidas e ações que deverão ser aplicadas, de modo articulado, em cada fase da evolução da pandemia e de acordo com orientações superiores, emanadas nomeadamente das Autoridades de Saúde Nacionais, SNS e DGS e Regionais, Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM (IASAÚDE, IP-RAM), do Serviço Regional de Proteção Civil, IP-RAM, do Serviço de Saúde da Região Autónoma da Madeira (SESARAM, E.P.E.).

A elaboração do presente plano é da responsabilidade da Direção da EB1/PE das Figueirinhas em cumprimento de orientações emanadas pelos organismos supramencionados.

As medidas necessárias e respetiva calendarização devem ser ajustadas aos diferentes cenários, a fim de assegurar que cada um saiba o que fazer em situação de crise, sempre num rigoroso cumprimento de orientações superiores, quando tal se verificar.

A elaboração do presente Plano de Contingência permite que a escola esteja preparada para enfrentar, de modo adequado, as possíveis consequências causadas pelo vírus Covid-19 e atuar em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas da comunidade educativa.

Informações Gerais

O CORONAVÍRUS

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença em animais e no ser humano. A infecção resultante nos humanos é habitualmente uma infecção respiratória moderada, podendo assemelhar-se a uma gripe comum, no entanto, pode apresentar-se como uma doença mais grave, como síndromes respiratórias agudas e pneumonias.

O NOVO CORONAVÍRUS SARS-CoV-2

O NOVO CORONAVÍRUS, designado SARS-CoV-2, foi identificado como causa de vários casos de pneumonia que surgiram em dezembro de 2019, na China. Sendo um agente anteriormente desconhecido, foi identificado pela primeira vez em seres humanos, com uma ligação epidemiológica a um mercado de animais, na cidade de Wuhan, na China. Sendo conhecida a sua proveniência animal, a fonte da infecção não foi ainda confirmada.

A doença associada a este novo coronavírus é denominada como **COVID-19**.

TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

Reconhecendo-se a transmissão animal-pessoa como a origem do surto, a transmissão pessoa-a-pessoa foi posteriormente confirmada. A investigação em curso irá complementar esta informação.

SINAIS E SINTOMAS

As pessoas infetadas pelo NOVO CORONAVÍRUS podem apresentar sinais e sintomas de uma infecção respiratória aguda, como febre ou tosse ou dificuldade respiratória.

Em casos mais severos, pode levar a uma pneumonia grave, insuficiência

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e, eventualmente, à morte.

AVALIAÇÃO DO RISCO

Para avaliar o risco para a saúde pública, as estruturas regionais e nacionais, mantêm a articulação com as estruturas de referência internacionais, com a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC), que monitorizam a situação no mundo e na Europa.

Durante o mês de janeiro de 2020, com base na avaliação da situação pela OMS e pelos seus peritos no terreno, o ECDC considerou existir uma probabilidade moderada de importação de casos nos países da União Europeia/Espaço Económico Europeu (UE/EEE). Assim, a probabilidade de transmissão secundária na UE/EEE foi considerada baixa, desde que sejam cumpridas as práticas de prevenção e controlo de infeção adequadas. A 30-01-2020, foi declarada pela Organização Mundial de Saúde a situação de Emergência de Saúde Pública de âmbito Internacional, o que reforça a importância da adoção das medidas preventivas e de controlo no contexto mundial.

INFORMAÇÃO PARA VIAJANTES

A OMS não recomenda, nesta fase, restrições de viagens e trocas comerciais para a China.

No entanto, se tiver de viajar com destino à China ou a outro local afetado, deve seguir as recomendações das autoridades de saúde e as recomendações da OMS em relação à prevenção da infeção. Antes de viajar, aconselha-se a todos os viajantes o agendamento de uma consulta do viajante, disponível no Centro de Saúde do Bom Jesus e Hospital dos Marmeleiros, e o registo na aplicação “Registo de Viajantes”, disponibilizada pela Secretaria de Estado das Comunidades Portuguesas.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

Os viajantes que regressem à Região Autónoma da Madeira, provenientes de áreas afetadas pelo surto de CORONAVÍRUS, se tiverem contacto com pessoas doentes ou se apresentarem sintomas sugestivos de doença respiratória, durante ou após a viagem, antes de se deslocarem a um serviço de saúde, devem ligar **800 24 24 20** (Linha SRS24 Madeira), informando sobre a sua condição de saúde e a história de viagem, e seguir as orientações dos profissionais de saúde.

TRATAMENTO

O tratamento para a infeção por este novo coronavírus é dirigido aos sinais e sintomas apresentados. A investigação está também em curso para o desenvolvimento ou utilização de antivíricos no seu tratamento.

DEFINIÇÃO DE CASO E DE CONTATO PRÓXIMO

Caso suspeito

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa * nos 14 dias antes do início de sintomas ou Contato com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas ou Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

	saúde onde são tratados doentes com COVID-19
--	---

*Áreas com transmissão comunitária ativa:

Ásia - China, Coreia do Sul, Japão, Singapura.

Médio Oriente - Irão.

Europa - Regiões de Itália: Emiglia-Romagna, Lombardia, Piemonte, Veneto.

Caso provável

Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus

E

sem evidência laboratorial de outros agentes microbiológicos.

Caso confirmado

Caso com confirmação laboratorial de COVID-19, independentemente dos sinais e sintomas.

Contato próximo

- Alto risco de exposição

Pessoa com:

- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
 - prestação de cuidados diretos a doente com COVID-19;
 - contacto em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
 - visitas a doente ou permanência em ambiente fechado com um doente infetado por COVID-19;

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

- Contacto em proximidade ou em ambiente fechado com um doente com COVID-19 (ex: gabinete, sala, área até 2 metros);
- Viagem com doente com COVID-19:
 - Numa aeronave:
 - Sentada até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Prestação de cuidados diretos ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
 - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
 - Num navio:
 - Companheiros de viagem;
 - Partilha da mesma cabine com o doente;
 - Prestação de cuidados diretos ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- Coabitação com doente infetado com COVID-19.
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contato próximo outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliação caso a caso).

- Baixo risco de exposição (contato causal)

Pessoa com contacto esporádico (momentâneo) com doente infetado com COVID-19 (ex. em movimento/circulação com exposição a gotículas/secreções respiratórias).

1. Identificação do coordenador e da equipa operativa

A coordenação global do Plano é assumida pela Diretora da EB1/PE das Figueirinhas, professora Maria da Luz Castro, que na sua ausência será

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

substituída pela Substituta Legal do estabelecimento, a professora Maria João Henriques.

Da equipa operativa fazem parte a professora Ana Cristina Bidarra; o professor Carlos Teixeira, delegado de segurança da escola, a educadora Ema Azurov e a assistente operacional Maria José Nóbrega.

2. Definição da cadeia de “comando e controlo”

As medidas de Coordenação e Planeamento estarão a cargo da Diretora da Escola que, na sua ausência será substituída pela professora Maria João Henriques. A Diretora é responsável pela implementação e coordenação do plano de contingência.

Funções:

- Garantir a normalidade das atividades letivas.
- Divulgar e implicar a comunidade educativa na concretização do Plano de Contingência, articulando com os serviços de saúde.
- Diligenciar o contacto com a linha SRS24 Madeira (800 24 24 20) no caso de suspeita do referido vírus na comunidade educativa.
- Assegurar que a lista de contactos de toda a comunidade escolar, bem como de todos os parceiros e fornecedores pertinentes, esteja atualizada. (de forma a possibilitar diversas formas de comunicação: telemóvel; e-mail...).
- Diligenciar o contacto com os Encarregados de Educação, no caso de suspeita da existência do vírus.
- Definir e promover a implementação de regras e rotinas para a higiene dos espaços frequentados e dos equipamentos utilizados por alunos, professores e funcionários.
- Diligenciar o contacto com a Delegação Escolar em caso de elevado absentismo e implementação das diretivas emanadas por este organismo.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

- Articular com as entidades responsáveis pelo fornecimento de bens e serviços essenciais para o estabelecimento de modo a garantir a continuidade dos serviços através da identificação de soluções alternativas.
- Articular com a Delegação Escolar a substituição dos assistentes (operacionais e técnicos) de forma a garantir o funcionamento da escola.
- Avaliar sistematicamente o Plano de Contingência, decidindo as reformulações a introduzir ao longo do seu desenvolvimento e identificando as contribuições que são dadas para a sua realização.
- Articular com o Centro de Saúde - Unidade de Saúde Pública no sentido de apoiar iniciativas/intervenções que se julguem pertinentes no âmbito do Plano de Contingência.
- Promover a implementação das medidas que o Delegado de Saúde vier a aconselhar.
- Ordenar o fecho da escola, de acordo com as recomendações das entidades competentes.

As medidas de Manutenção das Atividades Escolares e de Prevenção e Controlo são da responsabilidade da professora Maria João Henriques que, na sua ausência, deverá ser substituída pelo professor Carlos Teixeira.

As medidas relacionadas com o Plano de Comunicação e sua Divulgação são da responsabilidade da professora Ana Cristina Bidarra que, na sua ausência, deverá ser substituída pela educadora Ema Azurov.

3. Identificação das atividades essenciais e prioritárias

Em caso de surto epidemiológico é expectável que surjam casos na comunidade educativa, com possível comprometimento da rotina da Escola das Figueirinhas. Assim, numa fase de pouco absentismo as atividades letivas podem ser asseguradas pelos docentes em funções, incluindo os professores de Apoio e Substituição desta instituição ou pelos espaços existentes onde os alunos

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

poderão estar, nunca em situação de número excessivo, de modo a não contribuir para uma maior propagação do vírus.

Ainda nesta fase, as atividades relacionadas com os serviços administrativos e operacionais serão asseguradas pelos funcionários existentes, procurando salvaguardar um normal funcionamento dos serviços.

Na fase de elevado absentismo - em que um elevado número de alunos e profissionais for afetado num curto período de tempo - alguns serviços poderão funcionar com um menor número de profissionais, de modo a assegurar as atividades consideradas como essenciais, isto é, as relacionadas com os serviços mínimos (atividades curriculares), a cantina, bem como a comunicação com o exterior, nomeadamente com Pais e Encarregados de Educação.

No que se refere aos fornecedores de bens e serviços necessários para a manutenção das atividades essenciais, será aplicado o plano de contingência para o sector alimentar da Direção Regional de Planeamento Recursos e Infraestruturas. Quanto ao stock de produtos de higiene será aplicado o Plano de Contingência da Junta de Freguesia do Caniço delineado para esta área.

O encerramento da escola é uma medida a ser adotada apenas quando o Delegado de Saúde da R.A.M. o determinar, após avaliação epidemiológica da situação, seguindo as orientações do Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM (IASAÚDE, IP-RAM) e da Direção Geral da Saúde - DGS. Em caso de encerramento deverá ser mantida, se possível, a segurança da escola e a sua Direção, na pessoa da sua Diretora ou, na sua ausência da Substituta Legal.

4. Identificação das medidas de manutenção da atividade escolar em situação de crise

Num cenário de elevado absentismo dos profissionais da escola e dos alunos poderão funcionar apenas as aulas curriculares, no turno da manhã ou da tarde, sem as atividades do enriquecimento do currículo. Utilizar-se-á o e-mail de modo a minimizar os seus efeitos.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

Nos setores considerados como vitais, nomeadamente a cantina, existirá reserva de água engarrafada e de bens alimentares não perecíveis. Também os produtos de higiene e limpeza, desinfetantes e de materiais escolares deverão existir em quantidades de reserva.

A escola dispõe de um ficheiro atualizado localizado quer nos serviços administrativos, quer na sala de trabalho dos professores, bem como na direção - com os contactos dos pais e encarregados de educação dos alunos, a fim de os contactar sempre que necessário.

Em caso de encerramento a informação com os pais e encarregados de educação será mantida, preferencialmente, pela página eletrónica da escola, assegurada pela professora Vanda Franco (coordenadora TIC) e na sua ausência pelo professor Nuno Camacho, de modo a concretizar a articulação entre os alunos e os respetivos professores. Recorrer-se-á, ainda, à afixação de cartazes à entrada da escola para aqueles que não dispõem de acesso à Internet, referindo o período de encerramento e medidas de vigilância adotadas.

5. Medidas de prevenção e controlo do vírus - COVID-19

PREVENÇÃO DA INFEÇÃO

No que respeita à prevenção, a OMS recomenda a aplicação das precauções básicas de controlo de infeção, nomeadamente, medidas básicas de higiene, a etiqueta respiratória e a prática de segurança alimentar, para reduzir a exposição e a transmissão da doença.

As principais recomendações são as seguintes:

1. Evitar o contato próximo com doentes com infeções respiratórias;
2. Lavar frequentemente as mãos;

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

3. Adotar medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel no lixo);
4. Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir;
5. Evitar contato desprotegido com animais selvagens ou de quinta;
6. Se tem sintomas desta doença e regressou nos últimos 14 dias de uma área com transmissão comunitária ativa, ligue para a linha SRS Madeira.

Em estreita articulação com o IASAÚDE a Escola das Figueirinhas tem afixado as medidas adequadas de prevenção e contenção da doença, em vários locais da escola.

Nomeadamente:

1. Desinfecção correta das mãos, na entrada da escola antes de entregar ou receber qualquer criança/aluno.
2. Os encarregados de educação devem aguardar na entrada da escola a chegada do docente ou assistentes operacionais.
3. O pessoal docente e não docente deverá proceder à desinfecção das mãos logo à chegada antes de contactar com as crianças/alunos, e ao longo do dia sempre que necessite, nomeadamente nos momentos de refeição e higiene.
4. Em relação ao controlo de sintomas e despiste de casos, será solicitado a todos que preencham um formulário relativo aos períodos e locais de férias.
5. Será criada uma lista de todos os alunos com situação de saúde de risco, (obesos, asmáticos, diabéticos, cardíacos, doentes renais...).
6. Às crianças/alunos devem ser ensinadas as técnicas de lavagem das mãos com água e sabão, bem como a informação para não mexerem na boca, olhos ou nariz.
7. Proibição de partilhar objetos.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

8. Sensibilizar as crianças/alunos para não colocarem objetos na boca, a usar lenços de papel, de utilização única, a tossir e a espirrar com o antebraço à frente da boca.
9. No refeitório, as mesas e as cadeiras deverão ser limpas, após cada utilização.
10. Em cada sala, haverá um caixote do lixo só para os lenços usados.
11. No ginásio os colchões, bolas e restante material desportivo são desinfetados no final das aulas.
12. As atividades desportivas devem ser programadas de forma a envolverem pouco contacto físico.
13. Impõe-se desinfetar a área de trabalho, sempre que uma turma muda de espaço.
14. Sempre que possível, as carteiras serão dispostas em fila, à distância de um metro.
15. O computador e o rato devem ser limpos, regularmente, com desinfetante.
16. As portas da sala de aula devem manter-se abertas, para evitar o contacto com a maçaneta. Se tal não for possível, deve ser sempre o mesmo adulto a abrir e a fechar a porta.
17. Evitar os trabalhos de grupo.

5.1. Informação e capacitação

No decurso desde segundo período, mais propriamente no dia 12 de março de 2020, será realizada uma reunião com todo o Pessoal Não Docente e no dia 16 de março de 2020, com todo o Pessoal Docente da escola para esclarecimento e formação dos mesmos.

As reuniões com os pais e encarregados de educação serão agendadas para o dia 27 de março de 2020, pelos respetivos professores titulares de turma, de modo a dar a conhecer este plano.

A equipa docente contemplará no Plano Anual de Atividades, a formação de hábitos preventivos específicos deste vírus.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

A coordenação da equipa operativa deverá planear reuniões periódicas com os funcionários, de forma a rever o plano e esclarecer sobre procedimentos a tomar. Da mesma forma deve proceder sempre que necessário à publicação de informação escrita, cartazes e folhetos.

Sempre que um aluno apresentar sintomas, tais como febre ou outros sinais de gripe, devem ser contactados os respetivos encarregados de educação. Para tal a assistente Técnica D. Helena Jorge deverá assegurar os referidos contactos. Na sua ausência deverá ser substituída, pela Assistente Operacional Patrícia José Andrade.

Cabe às referidas funcionárias manter atualizada a Direção da escola no que se refere a esta temática, de modo a se estabelecer uma adequada articulação com o IASAÚDE e o Delegado de Saúde.

A capacitação das crianças/alunos para a aquisição de hábitos de higiene será promovida, preferencialmente, através dos docentes de estudo e clubes com a elaboração de cartazes, *flyer*, panfletos... e dos docentes titulares de sala/turma.

5.2. Medidas de higiene do ambiente escolar

O estado de higiene das instalações e equipamentos é controlado pela Assistente Operacional, Maria José Nóbrega, que deverá manter sempre informada a Direção da Escola. Eventuais deficiências deverão ser-lhe prontamente comunicadas. A referida funcionária deverá assegurar a existência de toalhetes de papel nas casas de banho, bem como facilitar o acesso a toalhetes e lenços de papel, disponíveis em cada sala, cuja responsabilidade ficará a cargo das respetivas funcionárias.

- Todos os wc da escola estarão equipados com equipamentos para lavagem e desinfeção adequada das mãos;
- Nas entradas da escola e de cada valência, estarão instalados dispositivos com soluções de limpeza de mãos à base de álcool.

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

- Os dispositivos de desinfeção estarão ainda disponíveis na cozinha, na secretaria e na sala de professores.
- As salas deverão ser arejadas ao longo do dia, após a saída dos grupos.
- A desinfeção de maçanetas e corrimãos deverá ser feita ao longo do dia, após os períodos de grande circulação de crianças e adultos (chegadas, almoços, lanches e saída).
- Os brinquedos e materiais de uso partilhado serão desinfetados após utilização.

5.3. Medidas de isolamento e distanciamento social

No caso de surgirem sintomas em qualquer membro da comunidade escolar estes deverão ser imediatamente isolados com máscara de proteção, se a máscara não estiver disponível tapar a boca e o nariz com lenço/toalhete de papel.

Deverá contactar-se, de imediato, a linha de saúde **800 24 24 20** (Linha SRS24 Madeira) para notificação e validação do caso. Em caso de emergência, o contacto é efetuado para o número de emergência médica (112).

Se algum membro da comunidade escolar ficar isolado, a aguardar orientações da linha de saúde (Linha SRS24 Madeira) a sua permanência será na sala de isolamento criada num dos balneários anexo ao ginásio, em virtude de ter acesso a casa de banho para uso exclusivo. Aqui, deverá existir:

- kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- mobiliário que permita estar confortável: cadeira, catre e mesa;
- solução de limpeza das mãos à base de álcool;
- máscaras.
- balde, acionado a pedal.

O utente com suspeita de infeção por 2019-nCoV deve ter acesso à solução alcoólica para a desinfeção das mãos após a colocação da máscara pelo próprio, devendo ser orientado para:

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

- a) Manter a máscara cirúrgica sempre bem colocada e ajustada;
- b) Evitar mexer na máscara e na face ou tocar nos olhos, boca ou nariz e se o fizer, deve higienizar de imediato as mãos;
- c) Evitar tossir para as mãos e aplicar a etiqueta respiratória: tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel. Neste caso, deve deitar o lenço para o contentor de resíduos e higienizar as mãos de imediato;
- d) Manter uma distância mínima superior a 1 metro dos outros utentes;
- e) Retirar a máscara apenas quando tiver autorização do profissional de saúde.

A sala utilizada para eventual isolamento dispõe de janela e porta que deverá ser mantida fechada. Após a utilização esta deve ser limpa, desinfetada e arejada pela respetiva assistente operacional. A funcionária deverá usar máscara e luvas no momento da desinfeção do espaço.

Os profissionais, as crianças e os alunos que manifestem febre ou outros sintomas respiratórios não podem ser admitidos na escola. O mesmo se aplica a qualquer utente que a esta escola se dirija.

6. Plano de Comunicação

É de manter sempre uma boa rede de comunicação interna e externa, nomeadamente com o Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM (IASAÚDE), consultando o site www.iasaude.pt, comunicação em saúde - microsite - “COVID19”, o Centro de Saúde do Caniço, a Delegação Escolar do Município de Santa Cruz, a autarquia, a Secretaria Regional de Educação Ciência e Tecnologia e a Direção Regional de Educação.

7. Elaboração e divulgação do Plano

EB1/PE DAS FIGUEIRINHAS Plano de contingência CORONAVÍRUS – COVID-19

O presente plano foi elaborado pela Direção, coadjuvada pela equipa operativa da Escola das Figueirinhas, anteriormente elencada, com base nas indicações do IASAÚDE, da DGS e da OMS.

Deverá ser divulgado, nomeadamente através da página eletrónica da escola e afixado em locais visíveis.

8. Avaliação

O presente plano deverá ser reavaliado e atualizado sempre que necessário. Terminada a fase pandémica a equipa de coordenação deverá proceder à elaboração de um relatório avaliativo do mesmo.

Canico, 09 de março de 2020

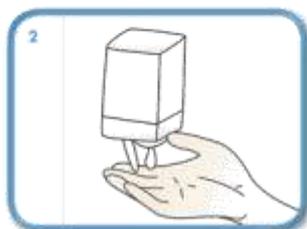
A diretora

Maria da Luz Castro

Como lavar as mãos:



1 Molhe as mãos com água



2 Aplique sabão



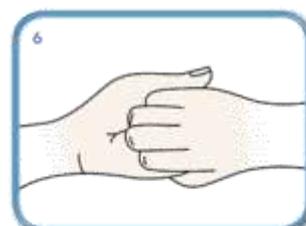
3 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra. As mãos têm que ficar cobertas pelo sabão



4 Esfregue a palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



5 Esfregue palma com palma com os dedos entrelaçados



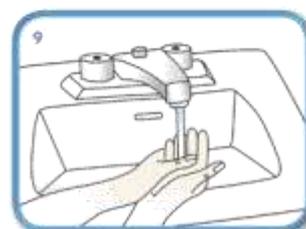
6 Esfregue a parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos encaixados



7 Rode o polegar esquerdo dentro da mão direita e vice versa



8 Faça círculos com os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



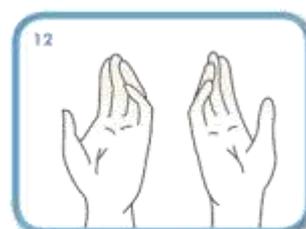
9 Passe as mãos por água corrente



10 Seque as mãos com toalhete descartável ou lenço de papel. Evite os secadores automáticos



11 Utilize um toalhete ou lenço para fechar a torneira, se esta for manual



12 Agora, as suas mãos estão limpas e seguras

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR



SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU TOSSIRES TAPA A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE



NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

RECOMENDAÇÕES PARA EVITAR AS INFEÇÕES RESPIRATÓRIAS



Quando espirrar ou tossir, cubra o nariz e a boca com um lenço de papel...

... ou use o antebraço!



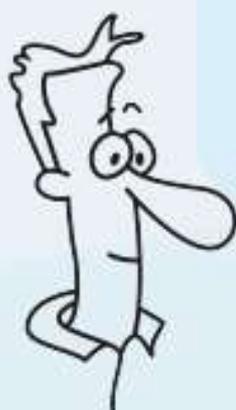
Deite os lenços usados no lixo.



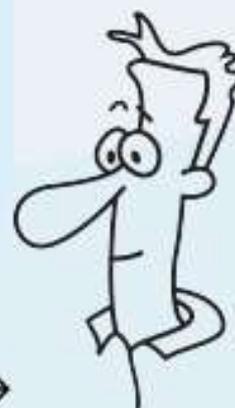
Lave bem as mãos, durante 40 a 60 segundos.



Se tiver sintomas, guarde uma distância de, pelo menos, um metro, das outras pessoas.



1 metro



GRIPE

INFORMAÇÃO
COMUNIDADE ESCOLAR



Como se pode prevenir a gripe?

- Lavar bem e frequentemente as mãos, com água e sabão;
- Evitar o contacto próximo com pessoas com gripe;
- Evitar ambientes fechados e pouco arejados;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos;
- Dormir bem, praticar atividade física, reduzir o stress, beber muitos líquidos e ter uma alimentação equilibrada;
- Limpar regular e frequentemente todos os objetos e superfícies que possam estar contaminados (maçanetas de portas, corrimãos, telefones e computadores, por exemplo).

A gripe pode ser evitada através da vacinação anual. Esta vacina é gratuita para os grupos de maior risco, como as pessoas com doenças crónicas.

Se um elemento da comunidade escolar estiver com gripe, o que deve fazer?

- Ficar em casa, em repouso;
- Beber muitos líquidos: água e sumos de fruta;
- Evitar mudanças de temperatura e não se agasalhar demasiado;
- Medir a temperatura corporal, ao longo do dia.
- Se tiver febre, tomar banho de água tépida;
- Se for necessário tomar medicação para aliviar as dores e a febre, tomar apenas Paracetamol, se anteriormente indicado pelo médico.

Etiqueta respiratória e lavagem das mãos:

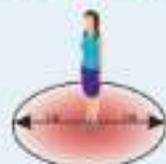


LEIA ATENTAMENTE
O FOLHETO E
SE PRECISAR

CORONAVÍRUS (COVID-19)

PROTEJA-SE A SI E
AOS OUTROS

Se regressou de alguma área afetada,
por favor fique alerta nos próximos 14 dias:



EVITE CONTACTO
COM OUTRAS PESSOAS



AVALIE E REGISTE A
TEMPERATURA CORPORAL
2 VEZES POR DIA



Quando espirrar ou tossir
tape a boca e nariz com o
cotovelo ou com um lenço
de papel que deverá colocar
imediatamente no lixo

e se desenvolver algum dos seguintes
sintomas:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA



Lave frequentemente as
mãos com água e sabão
ou use solução à base de
álcool



Lave e desinfecte as maçanetas
das portas, corrimãos e as
superfícies em que se toque
com frequência

POR FAVOR LIGUE

SRS24 Madeira

☎ 800 24 24 20

E INFORME SOBRE A
SUA RECENTE VIAGEM
E SE CONTACTOU COM
ALGUMA
PESSOA INFETADA

PODEMOS AJUDAR!

LIGUE SRS24 Madeira ☎ 800 24 24 20

**READ THE LEAFLET
CAREFULLY AND IF
NEEDED**

PLEASE CALL

SRS24 Madeira

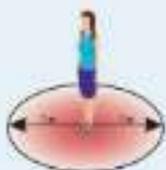
☎ 800 24 24 20

AND REPORT YOUR
RECENT TRIP AND
WHETHER YOU CAME
IN CONTACT WITH
SOMEONE INFECTED

WE CAN HELP!

CORONAVIRUS (COVID-19)

If you returned from an affected area
please be alert, for the next **14 days**:



**AVOID CONTACT WITH
OTHER PEOPLE**



**MEASURE AND REGISTER
YOUR BODY TEMPERATURE
2 TIMES A DAY**

**if you develop any of the following
symptoms:**



COUGH



FEVER



DIFFICULTY IN BREATHING

**PROTECT YOURSELF
AND OTHERS**



When coughing or sneezing
cover your mouth and nose
with your forearm or with
a tissue paper that should
be placed immediately in
the bin



Frequently wash your
hands with soap and
water or use an
alcohol-based solution



Wash and disinfect door handles,
handrails and the surfaces you
touch frequently

PLEASE CALL SRS24 Madeira ☎ 800 24 24 20

CORONAVÍRUS (COVID-19)



TOSSE

COUGH



FEBRE

FEVER



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

SHORTNESS OF BREATH



REGRESSOU DE ALGUMA DAS
ÁREAS AFETADAS?
HAVE YOU RETURNED FROM ANY
AFFECTED AREAS?

OU
OR



CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH
AN INFECTED PATIENT

LIGUE PARA
PLEASE CALL

SRS24 Madeira
☎ 800 24 24 20

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP