

# Escolas 11° e 12° anos de escolaridade

## Guia Prático

# Escolas - 11º e 12º anos de escolaridade

## Guia Prático

**Após decisão de suspensão das atividades presenciais nas escolas no âmbito do COVID-19, foi recentemente permitido o regresso ao regime presencial dos 11º e 12º anos de escolaridade e para os 2º e 3º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário.**

**Assim, os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas têm de implementar medidas adicionais de prevenção e controlo de infeção.**

**Criámos este Guia Prático para sintetizar as principais medidas a adotar, de acordo com as orientações dadas pela DGS<sup>1</sup>:**

- ▶ Medidas de proteção e segurança a implementar.
- ▶ Fatores-chave de sucesso para a proteção individual e de todos.
- ▶ Procedimentos a adotar perante um caso suspeito.

O comportamento de cada um é a primeira garantia de proteção. Se forem implementadas medidas de proteção e segurança e se as regras foram respeitadas, estaremos todos mais protegidos.

## Bom regresso



## Medidas gerais

Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.



## Organização geral

Medidas específicas a adotar por toda a comunidade escolar.



## Procedimentos caso suspeito

Procedimentos em situação de caso suspeito.



## Higienização ambiental na escola

Orientações sobre medidas de higienização.



## Refeitórios escolares

Medidas de proteção e higienização.



## Medidas gerais

### Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.

A Direção de cada agrupamento de escolas ou escola não agrupada (à frente denominado de Escola) é responsável por:

- ▶ 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:
  - ▶ Os procedimentos a adotar perante um caso suspeito no estabelecimento de ensino.
  - ▶ A existência de uma área de isolamento equipada com telefone, cadeira, água e alguns alimentos não perecíveis, e acesso a instalação sanitária.
  - ▶ Os trajetos possíveis para o caso suspeito ser levado até à área de isolamento.
  - ▶ A atualização dos contactos de emergência dos estudantes e do fluxo de informação aos encarregados de educação.
  - ▶ 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.
  - ▶ A divulgação do Plano por todos os profissionais da Escola.
  - ▶ A constante atualização da informação sobre a situação epidemiológica local relativa à COVID-19.
- ▶ 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.
- ▶ 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.



## Medidas gerais

### Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.

- ▶ Procurar garantir as condições necessárias para se manter o distanciamento físico, dentro e fora do edifício escolar.
- ▶ Confirmar que a gestão de resíduos é mantida, diariamente, sem necessidade de proceder a tratamento especial.
- ▶ Garantir a existência de material e produtos de limpeza para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares.
- ▶ 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.
- ▶ 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.
- ▶ 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

### Medidas específicas a adotar por toda a comunidade escolar.

Toda a comunidade escolar tem de adotar medidas específicas:

- ▶ Organizar os alunos em grupos e manter esta organização ao longo de todo o 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.
- ▶ Respeitar as regras de segurança e de distanciamento físico de 2 metros.
- ▶ Garantir o funcionamento das escolas na eventualidade de absentismo, por doença ou necessidade de isolamento, de pessoal não docente.

Relativamente ao seccionamento do espaço escolar, deve-se:

- ▶ Atribuir a cada grupo, na medida do possível, uma zona da escola.
- ▶ Definir circuitos de entrada e saída da sala de aula para cada grupo.
- ▶ Alocar cada sala de aula, sempre que possível, ao mesmo grupo de alunos, de acordo com a dimensão e características da escola.
- ▶ Manter o distanciamento durante os intervalos.



## Organização geral

### Medidas específicas a adotar por toda a comunidade escolar.

Para o acesso ao recinto escolar a Escola deve:

- ▶ Estabelecer horários desfasados entre turmas, sempre que possível, de forma a evitar aglomeração de pessoas à entrada e à saída do recinto escolar.
- ▶ Encerrar espaços não necessários à atividade letiva (ex: bufetes/bares, salas de apoio, salas de convívio de alunos, etc.).
- ▶ Reduzir a lotação máxima da biblioteca ou sala de informática – se por motivos de garantia de equidade for necessário disponibilizar o acesso a estes espaços – e dispor de uma sinalética que indique os lugares que podem ser ocupados de forma a garantir as regras de distanciamento físico. Deve também higienizar e desinfetar estes espaços após cada utilização.
- ▶ Garantir, no acesso ao recinto escolar, que todos estão a utilizar máscara, e acautelar a higienização das mãos à entrada e à saída, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA).
- ▶ Manter portões e portas abertas de forma a evitar o toque frequente em superfícies.

Na disposição da sala de aula a Escola deve:

- ▶ Garantir uma maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, por forma a garantir o distanciamento físico de 1,5-2 metros.
- ▶ Dispor as mesas o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física das salas de aula.
- ▶ Dispor as mesas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros.
- ▶ Privilegiar uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas.



## Procedimentos caso suspeito

### Procedimentos de atuação em situação de caso suspeito.

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, nomeadamente:

- ▶ Encaminhar o caso suspeito ou o próprio encaminhar-se para a área de isolamento previamente definida e pelos trajetos definidos no Plano de Contingência.
- ▶ Contactar a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas.
- ▶ Informar imediatamente a Autoridade de Saúde local, e fornecer os dados (nome, data de nascimento, contacto 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.
- ▶ Reforçar a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento.
- ▶ Acondicionar os resíduos produzidos pelo caso suspeito em duplo saco, de plástico e resistente.





## Higienização ambiental da escola

### Orientações sobre medidas de higienização.

- ▶ 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.
- ▶ O vírus pode sobreviver em diferentes superfícies, durante horas (cobre e papelão) a alguns dias (plástico e aço inoxidável).
- ▶ Todas as superfícies podem ser fonte de contaminação, mas as de maior risco são as de toque frequente (ex: maçanetas, interruptores, telefones, *tablets*, teclados e ratos, botões de elevadores, torneiras, manípulos de autoclismos, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, dinheiro, etc.).
- ▶ No espaço escolar existem áreas que podem ser mais facilmente contaminadas, pelo que devem ser alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfeção, nomeadamente:
  - ▶ Áreas de isolamento de casos suspeitos.
  - ▶ Refeitórios escolares.
  - ▶ Instalações sanitárias.
  - ▶ Salas de professores.
  - ▶ Salas de aulas.
  - ▶ Salas de informática.
  - ▶ Bibliotecas.
  - ▶ Laboratórios.



## Higienização ambiental da escola

### Orientações sobre medidas de higienização.

A escola deve ainda:

- ▶ Assegurar a ventilação dos espaços, idealmente pela abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, deve ser em modo de extração e nunca de recirculação do ar. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção regular adequada.
- ▶ Estabelecer 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". Neste plano de higienização deve constar:
  - ▶ O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas).
  - ▶ Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento).
  - ▶ Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado).
  - ▶ Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização).
  - ▶ Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação).
- ▶ Afixar o plano de higienização em local visível, devendo este ser do conhecimento dos profissionais envolvidos.
- ▶ Assegurar que os profissionais de limpeza conhecem bem os produtos a utilizar, 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.
- ▶ Capacitar o pessoal não docente responsável pela limpeza e desinfeção do edifício escolar e pela gestão de resíduos, acautelando 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

### Medidas de proteção e higienização.

Organizar:

- ▶ A organização e utilização dos refeitórios escolares deve acautelar o respeito pelas regras de distanciamento 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.

Reforçar as medidas de higiene:

- ▶ 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:
  - ▶ Desinfetar, pelo menos, duas vezes por dia, e com recurso a detergentes adequados, todas as zonas de contacto frequente (ex.: zonas de atendimento, balcões, etc.).
  - ▶ Higienizar as mesas com produtos recomendados após cada utilização.
- ▶ Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber que:
  - ▶ O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos.
  - ▶ Não deve tocar diretamente com as próprias mãos nos alimentos prontos para comer, devendo utilizar os utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição.
  - ▶ Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção.
  - ▶ 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.
- ▶ Remover motivos decorativos nas mesas.
  - ▶ 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.



# Medidas gerais

Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.

## Lavagem das mãos



**1.** Molhar as mãos com água.



**2.** Aplicar a solução/sabão para cobrir toda a superfície das mãos.



**3.** Esfregar as palmas das mãos uma na outra.



**4.** Palma da mão direita no dorso da esquerda com os dedos entrelaçados e vice-versa.



**5.** Palma com palma com os dedos entrelaçados.



**6.** Esfregar o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma da mão e vice-versa.



**7.** Esfregar rotativamente para trás e para a ponta dos dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa.



**8.** Enxaguar as mãos com água.



**9.** Secar as mãos com papel.



**10.** Utilizar o papel descartável para fechar a torneira.



**11.** Usar uma folha de papel para abrir a porta.



**12.** Agora as mãos estão limpas e seguras.

## Etiqueta respiratória



**1.** Sempre que tossir ou espirrar tapar o nariz e a boca com um lenço de papel.



**2.** Deitar o lenço de papel no contentor criado especificamente para o efeito.



**3.** Lavar as mãos com água e sabão ou agente antibacteriano.



# Medidas gerais

Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.

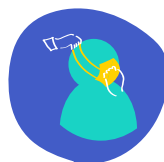
## Máscaras Como colocar



**1. Lavar as mãos antes de colocar.**



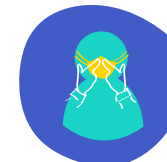
**2. Ver posição correta.**  
*Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior.*



**3. Colocar a máscara pelos atilhos/elásticos.**

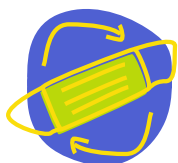


**4. Ajustar ao rosto.**  
*Do nariz até abaixo do queixo.*



**5. Não ter a máscara com a boca ou com o nariz desprotegidos.**

## Durante o uso



**1. Trocar a máscara quando estiver húmida.**



**2. Não retirar a máscara para tossir ou espirrar.**

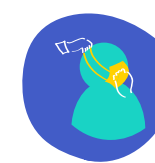


**3. Não tocar nos olhos, face ou máscara.**  
*Se o fizer, lavar as mãos de seguida.*

## Como remover



**1. Lavar as mãos.**



**2. Retirar a máscara pelos atilhos/elásticos.**



**3. Descartar em contentor de resíduos sem tocar na parte da frente da máscara.**



**4. Lavar as mãos.**

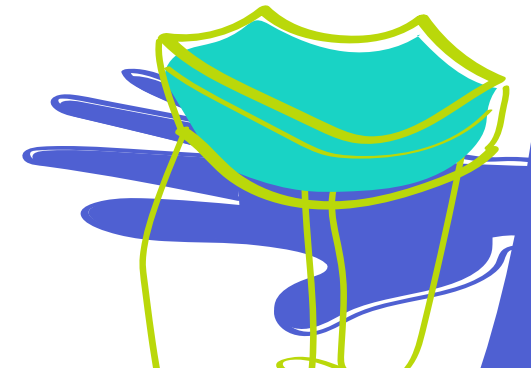


## Medidas gerais

### Medidas a tomar para prevenir e minimizar a transmissão de COVID-19.

#### 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:
  - ▶ Pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos.
  - ▶ Não usar lixívia.
- ▶ 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.



**NOS**