



# PLANO DE CONTINGÊNCIA



## Coronavírus (COVID-19)

**Março 2020**

*O seguinte Plano de Contingência baseia-se na informação disponível à data e nele se tentam apresentar as medidas consideradas correctas e indispensáveis para minimizar os efeitos da pandemia de Coronavírus (COVID-19).*

*Este documento deve ser entendido como um texto dinâmico, podendo e devendo ser revisto sempre que a evolução da situação a isso obrigue.*

## INDICE

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>4</b>
1.1 Objetivo	4
1.2 Enquadramento do Plano e Considerações Gerais	4
<b>2 Plano de Contingência</b>	<b>5</b>
2.1 Organização e Coordenação	5
2.2 Procedimentos e Ativação do Plano	7
<b>3 Procedimentos e Medidas de Prevenção</b>	<b>10</b>
3.1 Formação e Informação	10
3.1.1 Objetivo	10
3.2 Prevenção individual de contágio	12
3.3 Limpeza preventiva das instalações	13
3.3.1 Instalações	13
<b>4 Procedimentos e Medidas de Controlo</b>	<b>14</b>
4.1 Perante um caso suspeito ou confirmado	14
4.1.1 No Local de Trabalho	14
4.1.2 Fora do Local de Trabalho	16
4.2 Procedimentos para contactos próximos de um caso suspeito ou confirmado com Coronavírus (COVID-19)	17
4.3 Procedimentos de Comunicação	18
4.3.1 Comunicação Interna	18
4.3.2 Comunicação com Entidades Externas	18
<b>5 Plano de Contingência COVID-19 – Elementos Constituintes</b>	<b>19</b>

## ANEXOS

Anexos I: Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Recomendações Gerais”

Anexo II: Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Informação à Comunidade Escolar”

Anexo III: Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Como te podes proteger”

Anexo IV: Relatório de Ocorrência em Caso Suspeito ou Confirmado

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 Objetivo

Face ao esperado surto de COVID-19, a Escola Secundária de Penafiel elaborou o presente Plano de Contingência onde são estabelecidos e descritos os procedimentos internos da instituição de forma a prevenir, minimizar e gerir os riscos de infeção e propagação da doença. Assim, o objetivo é dar a conhecer as manifestações da doença, bem como as suas formas de transmissão para, sem alarmismos, se adotar as medidas de prevenção mais adequadas ao normal e correto funcionamento dos diversos serviços da Comunidade Escolar.

As principais áreas abrangidas pelo Plano de Contingência são:

- Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da pandemia e manter os serviços essenciais em funcionamento;
- Definir e organizar os meios de ação face à ameaça emergente e aos prováveis casos de doença que possam ocorrer na Comunidade Escolar;
- Estabelecer o quadro de procedimentos, caso se registe um surto pandémico, com impacto direto e significativo na capacidade de resposta dos serviços da escola;
- Preparar cenários para responder às necessidades de notificação e comunicação, para o interior e para o exterior desta instituição, em conformidade com normativos internos e as autoridades;
- Preparar os cenários para o restabelecimento das operações e atividades normais, após ciclo pandémico, conforme as recomendações das autoridades de saúde.

## 1.2 Enquadramento do Plano e Considerações Gerais

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan, é um novo subtipo de vírus que afeta os seres humanos. 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.

Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora não se conheçam ainda mais pormenores.

Os sintomas de infeção pelo novo vírus são sintomas de infeção respiratória aguda como febre, tosse e dificuldade respiratória. Em casos mais graves pode levar a

pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

A COVID-19 transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo vírus, ou superfícies e objetos contaminados. Esta doença transmite-se através de gotículas libertadas pelo nariz ou boca quando tossimos ou espirramos, que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo. As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada. Por sua vez, outras pessoas podem infetar-se ao tocar nestes objetos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos.

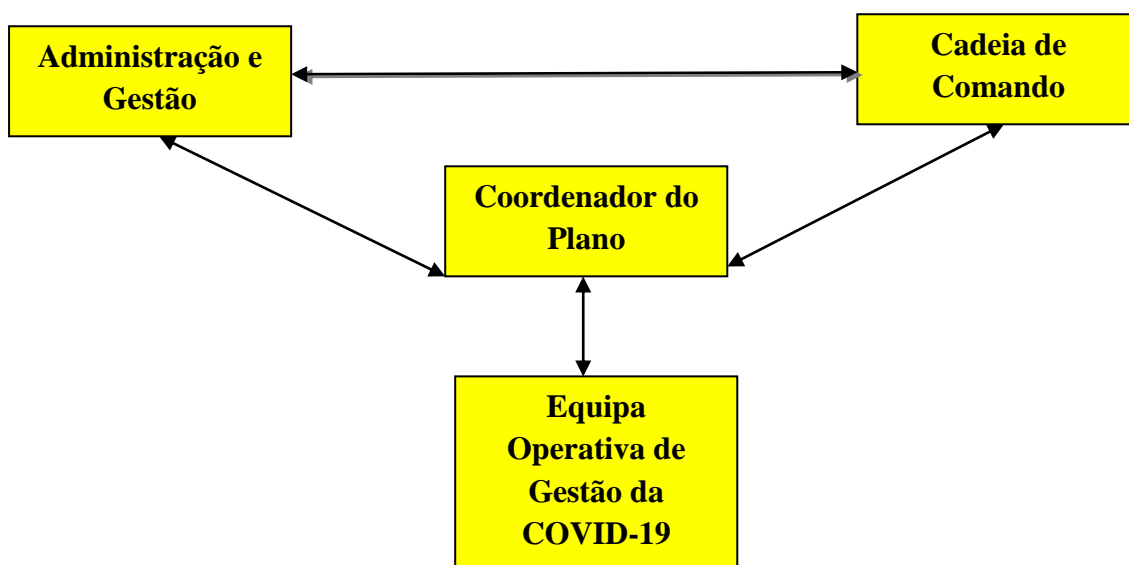
Os contactos mais próximos (a menos de 1 metro) com uma pessoa infetada podem representar, por isso, uma situação de risco. O contágio pode também verificar-se indiretamente quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infetada – por exemplo, através do contacto com maçanetas das portas, superfícies de utilização pública, etc.

O período de incubação estimado da COVID-19 (até ao aparecimento de sintomas) é de 2 a 14 dias, segundo as últimas informações publicadas.

## **2 Plano de Contingência**

### **2.1 Organização e Coordenação**

A Administração e Gestão da Escola Secundária de Penafiel, definiu uma estratégia baseada na prevenção e proteção da saúde e bem-estar de todos os elementos da escola e consequente mitigação do risco operacional para a Comunidade Escolar. Para tal, estabelece-se a seguinte articulação de comando, sempre que esteja ativado o Plano de Contingência:



## **Administração e Gestão (AG)**

É da competência da Administração e Gestão da Escola a aprovação do Plano de Contingência e a tutela da Equipa Operativa de Gestão do COVID-19.

Cabe ainda à Administração aprovar as propostas de alterações ao Plano sempre que a situação o justifique, e decretar a ativação e o fim do mesmo após confirmada a ausência de perigo para a população escolar e para a continuidade das atividades escolares, em articulação com a Equipa Operativa de Gestão do COVID-19.

## **Equipa Operativa de Gestão do COVID-19 (EOGC)**

A EOGC é nomeada pela Administração e é constituída por elementos dos seguintes órgãos de estrutura:

- Membros da Administração e Gestão (AG);
- Membros do Projeto Educação para a Saúde e Educação Sexual (PESES);
- Serviços de Psicologia;
- Encarregado Assistentes Operacionais (EAO).

A EOGC tem como objetivo apoiar tecnicamente na recolha, tratamento e transmissão adequada da informação para as estruturas internas e externas da Comunidade Escolar, e estabelecer vias de comunicação preferenciais com a Administração.

A EOGC é igualmente responsável por definir, divulgar e acompanhar o estado de alerta de cada instalação, mantendo atualizada a informação para o Coordenador do Plano e colaboradores em geral.

## **Coordenador do Plano**

É Coordenador do Plano o Diretor do Órgão de Administração e Gestão.

O Coordenador do Plano tem por missão:

- ❖ Manter-se informado sobre a evolução da pandemia, as recomendações da Autoridade de Saúde, e as alterações a este Plano de Contingência;

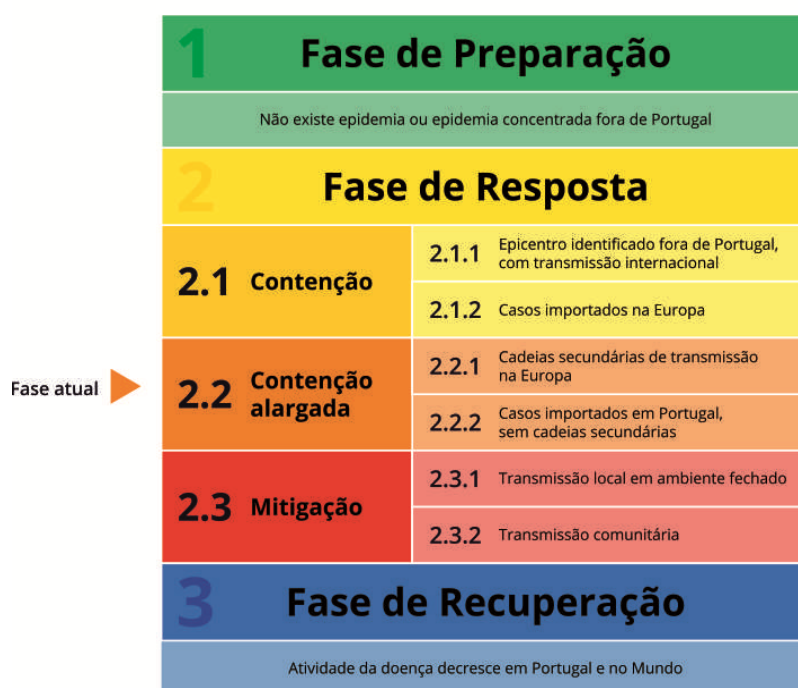
- ❖ Planear alternativas para a eventual quebra da capacidade operacional, por elevados níveis de absentismo, dando prioridade à execução de tarefas em função da sua importância no funcionamento da escola;
- ❖ Disponibilizar o apoio e os equipamentos de proteção individual que, em cada momento, sejam recomendados, face aos níveis de alerta.

## 2.2 Procedimentos e Ativação do Plano

O Plano de Contingência, em cenário de pandemia de COVID-19, é constituído por um conjunto de procedimentos internos que visam garantir o normal e correto funcionamento operacional da Comunidade Escolar, disponibilizando os meios de prevenção que permitam a todos os intervenientes usufruir de condições de saúde e bem-estar no desempenho das suas funções.

A ativação deste plano está dependente de um sistema de alerta com três níveis de ação, amarelo, laranja e vermelho, os quais são independentes de instalação para instalação. Isto significa que poderão existir instalações na escola com níveis de alerta diferentes. O processo de ativação do plano funciona de acordo com a seguinte tabela:

### Níveis de alerta e resposta



A tabela que se segue, descreve para cada nível de alerta as ações a desenvolver e/ou executar de forma a garantir uma resposta adequada a cada cenário, designando para o efeito os respetivos responsáveis:

Níveis de Alerta	Quando	Ações a desenvolver	Responsável
Amarelo	Desde que a OMS declare um Alerta Pandémico de nível 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Formar e informar sobre a aplicação e reforço das medidas de higiene individual.</li> </ul>	PESES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dotar as instalações com equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.</li> </ul>	A.G.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estabelecer canais e procedimentos de comunicação interna.</li> </ul>	E.O.G.C.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Implementar uma estrutura e organização de trabalho flexível e redundante:               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Definir uma Cadeia de Comando que possa dar continuidade ao trabalho a desenvolver;</li> <li>✓ Analisar e definir quais os impactos previsíveis em cenário de alerta laranja;</li> <li>✓ Identificar as tarefas críticas/prioritárias;</li> <li>✓ Identificar e listar colaboradores, em articulação com a respetiva hierarquia, mesmo fora da sua equipa, que possam desempenhar as referidas tarefas.</li> </ul> </li> <li>▪ Implementar uma estratégia de informação e comunicação com os colaboradores diretos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Percecionar o grau de sensibilização de cada um dos colaboradores diretos sobre o impacto da ameaça pandémica na sociedade, nas suas famílias, na comunidade escolar a que pertencem;</li> <li>✓ Incentivar os membros da Comunidade Escolar a aplicar e reforçar as medidas de higiene individual e coletiva;</li> <li>✓ Criar elos de apoio para a substituição de pessoal Docente e Não Docente logo que se ausentem por doença ou suspeita de doença.</li> </ul> </li> <li>▪ Ter sempre presentes os procedimentos previstos neste Plano de Contingência, simulando a sua exequibilidade prática, ao nível da Comunidade Escolar, e alertando para eventuais inconformidades detetadas e propostas de solução.</li> </ul>	A.G. C.C.

Níveis de Alerta	Quando	Procedimentos	Responsável
Laranja	Se algum elemento da Escola adoecer com COVID-19, ou suspeita de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avaliar uma estratégia de gestão de espaços de trabalho perante a necessidade de isolamento ou distanciamento de elementos da Comunidade Escolar;</li> <li>▪ Implementar rotinas de limpeza preventiva das instalações, em conformidade com as recomendações das Autoridades de Saúde Pública.</li> </ul>	A.G.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Solicitar a todos a prática rigorosa das medidas de higiene pessoal recomendadas pela Direção Geral de Saúde;</li> <li>▪ Sensibilizar todos os elementos da Comunidade Escolar para a prática de limpeza e desinfeção com uma solução alcoólica, das superfícies e equipamentos de uso individual;</li> <li>▪ Distribuir equipamento de proteção individual, quando recomendável;</li> <li>▪ Evitar a realização de reuniões ou trabalhos em grupo, em espaços fechados;</li> <li>▪ Limitar ao máximo a necessidade de receber pessoas nos diferentes espaços;</li> <li>▪ Distribuir os locais de trabalho de forma a garantir o espaçamento de, pelo menos, 2 metros entre a sala ocupada por elementos que façam parte dos grupos de risco elevado (ex.: grávidas, diabéticos e outros doentes crónicos);</li> <li>▪ Isolar, proteger e informar com os procedimentos definidos como casos suspeitos ou confirmados.</li> </ul>	A.G. C.C.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Atualizar a informação do ponto de situação entre os elementos da equipa, reunindo as vezes necessárias;</li> <li>▪ Disponibilizar permanentemente a informação necessária à Cadeia de Comando;</li> <li>▪ Manter atualizada a Administração do ponto da situação.</li> </ul>	E.O.G.C.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Responder a eventuais solicitações dos órgãos de Comunicação Social.</li> </ul>	A.G. C.C.

Vermelho	Taxa de absentismo elevada – afetação nos serviços.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Encaminhar os docentes em Trabalho de Escola (TE) para Trabalho de Substituições;</li> <li>▪ Recorrer a serviço extraordinário;</li> <li>▪ Decidir sobre o encerramento temporário de instalações ou serviços, e se a taxa de absentismo dos docentes de uma turma atingir os 50%, a mesma realizará as atividades em casa;</li> <li>▪ Notificar os Coordenadores de Departamento para a necessidade de planificação de trabalho para os alunos (fichas, exercícios, leituras, pesquisas....) assim como utilizar as novas tecnologias num cenário à distância (plataforma moodle, correio eletrónico, página da escola, videoconferência...).</li> </ul>	A.G. C.C.
----------	---	--	--------------

### 3 Procedimentos e Medidas de Prevenção

Este capítulo pretende definir as medidas de prevenção que devem ser adotadas, dependendo do nível de alerta acionado.

#### 3.1 Formação e Informação

##### 3.1.1 Objetivo

Face à progressão da COVID-19, as preocupações manifestadas pela OMS (Organização Mundial de Saúde), às recomendações da DGS (Direção Geral de Saúde) e do ME (Ministério da Educação), admite-se que se venham a registar perturbações no normal funcionamento das instituições.

Afigura-se importante atuar em dois planos: **Prevenção e Controlo**.

Pretende-se que no final do processo de formação e informação, os elementos envolvidos estejam capacitados a:

- ✚ Interpretar o fenómeno Pandemia e o seu impacto no seu local de trabalho;
- ✚ Compreender os meios e estratégias para a prevenção do absentismo e controlo do pânico;
- ✚ Identificar vulnerabilidades, no seu trabalho, num cenário de pandemia;
- ✚ Acompanhar (informativamente) os casos suspeitos ou infetados que possam ocorrer;
- ✚ Motivar a Comunidade Escolar a assumir comportamentos pessoais e sociais de prevenção de contágio.

### **a) Prevenção**

Para minimizar a probabilidade de eventual contágio, há medidas operacionais a tomar, podendo as mesmas sofrer alteração de acordo com o evoluir da situação. Como medidas de prevenção a adotar estabelece-se o seguinte:

- Sensibilizar a comunidade educativa para as medidas básicas de segurança;
- Manter os sistemas de renovação de ar nas salas de aula em funcionamento permanente;
- Suspender ou adiar atividades que não sejam imprescindíveis no desenvolvimento das aprendizagens essenciais, quando há um significativo aumento de alunos num espaço, designadamente palestras, visitas de estudo, passeios, intercâmbios, atividades desportivas e outras. Havendo compromissos já assumidos, será analisada a situação em concreto com a avaliação do risco e da segurança;
- Suspender todas as reuniões com Encarregados de Educação, individuais ou em conjunto, privilegiando-se a comunicação por e-mail, telemóvel ou outra.
- Reduzir as reuniões previstas aos casos em que a coordenação não possa ser efetuada de outro modo. A decisão das reuniões a realizar será definida pelo Diretor em cada momento.

### **b) Controlo**

Quando houver uma situação de um caso suspeito, se a pessoa estiver em casa deve aí permanecer e seguir as indicações da linha de saúde 24. Deve informar a Escola da situação e da sua evolução.

Se os sinais forem detetados na Escola será desencadeado o procedimento descrito no ponto 4.

### 3.2 Prevenção Individual do Contágio

Deverá ser assegurado que toda a Comunidade Escolar tenha conhecimento das medidas de prevenção estabelecidas pela Direção Geral de Saúde, assim como as consignadas no presente plano de Contingência. Para tal, são disponibilizados:

- ❖ Acesso ao *microsite* da DGS sobre o coronavírus: a (Covid-19) – [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt), na página da escola;
- ❖ O Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Recomendações Gerais” (Anexo I) – Junto do espaço da Restauração, Gimnodesportivo, Polivalente, Biblioteca, Zonas Comuns e de passagem (ex.: entrada, corredores, patamares, entre outros);
- ❖ Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Informação à Comunidade Escolar” (Anexo II);
- ❖ Folheto Informativo da DGS COVID-19 “Como te podes proteger” (Anexo III) – Nas instalações sanitárias, junto aos lavatórios;
- ❖ Relatório de Ocorrência em Caso Suspeito ou Confirmado (Anexo IV).

As indicações contidas no presente Plano de Contingência, bem como noutras publicações efetuadas no seu âmbito ou pelas Autoridades de Saúde Pública, nomeadamente pela DGS, assim como pelo Ministério da Educação, serão assumidas como instruções de serviço.

### 3.3 Limpeza Preventiva das Instalações

#### 3.3.1 Instalações

O Plano de Limpeza Preventivo diário ficará sob o controle do EAO e, reforçando-se nos pontos considerados críticos, deve cumprir-se com os seguintes requisitos:

- Limpeza regular das superfícies de contacto com as mãos:
  - Puxadores/Maçanetas de todas as portas (exteriores e interiores) e armários;
  - Nas instalações sanitárias, as torneiras, as tampas dos sanitários e os botões dos fluxómetros e doseadores;
  - Teclados e gavetas das impressoras e fotocopiadoras;
  - Punhos e comandos das máquinas de café, micro-ondas e frigoríficos;
  - Planos de trabalho (telefones, máquinas de calcular, teclados, ratos de computador, etc.).
- Limpeza de 2 em 2 horas das salas de aula e outros espaços fechados.
- Pulverizar com desinfetante as salas que estiveram em contacto com casos suspeitos de COVID-19.

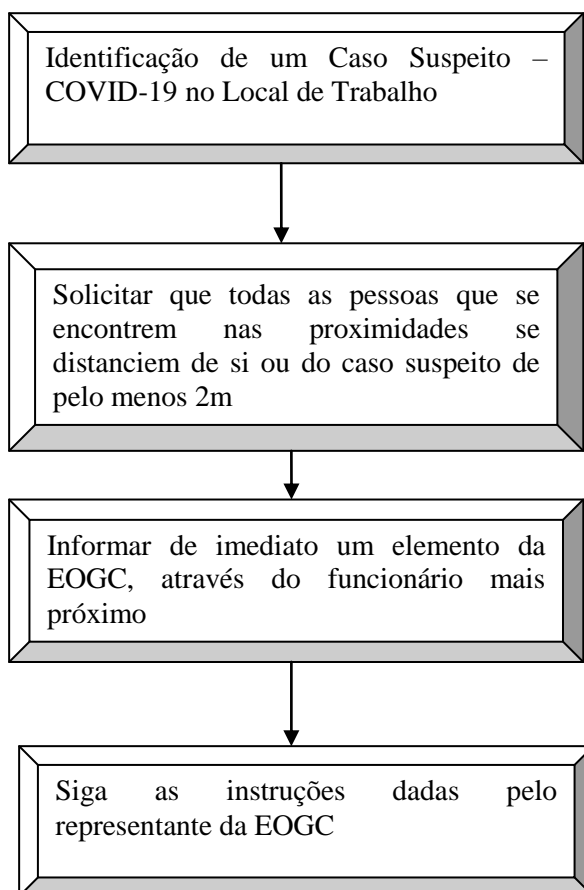
## 4 Procedimentos e Medidas de Controlo

### 4.1 Perante um caso suspeito ou confirmado

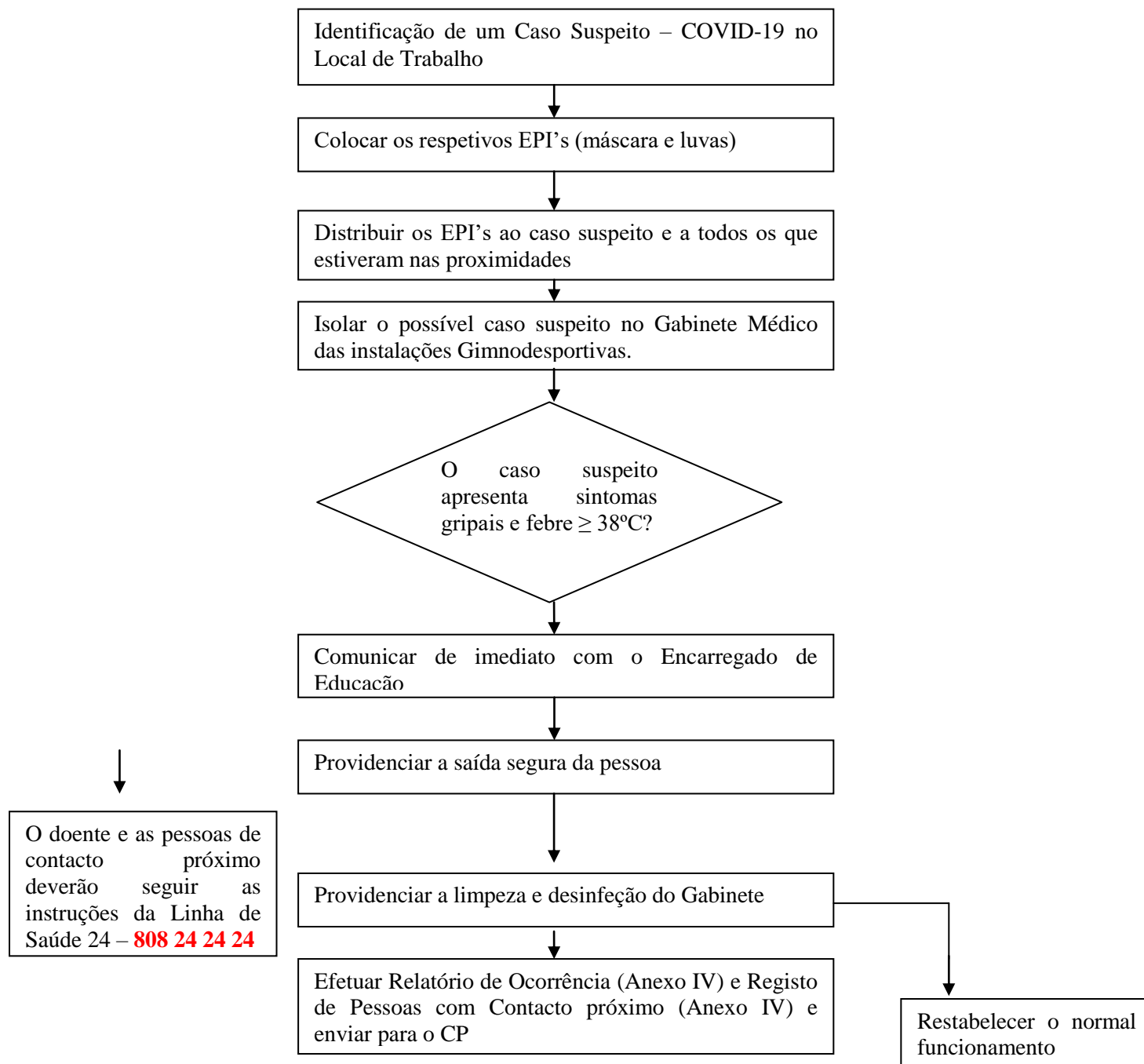
#### 4.1.1 No Local de Trabalho

Sempre que um elemento da Comunidade Escolar apresente alguns dos sintomas referidos, suspeite ou receba informação de que é um caso de COVID-19, ou tenha conhecimento que outro elemento se encontre nas mesmas circunstâncias, deve agir em conformidade com o seguinte procedimento:

##### a) Elemento da Comunidade Escolar

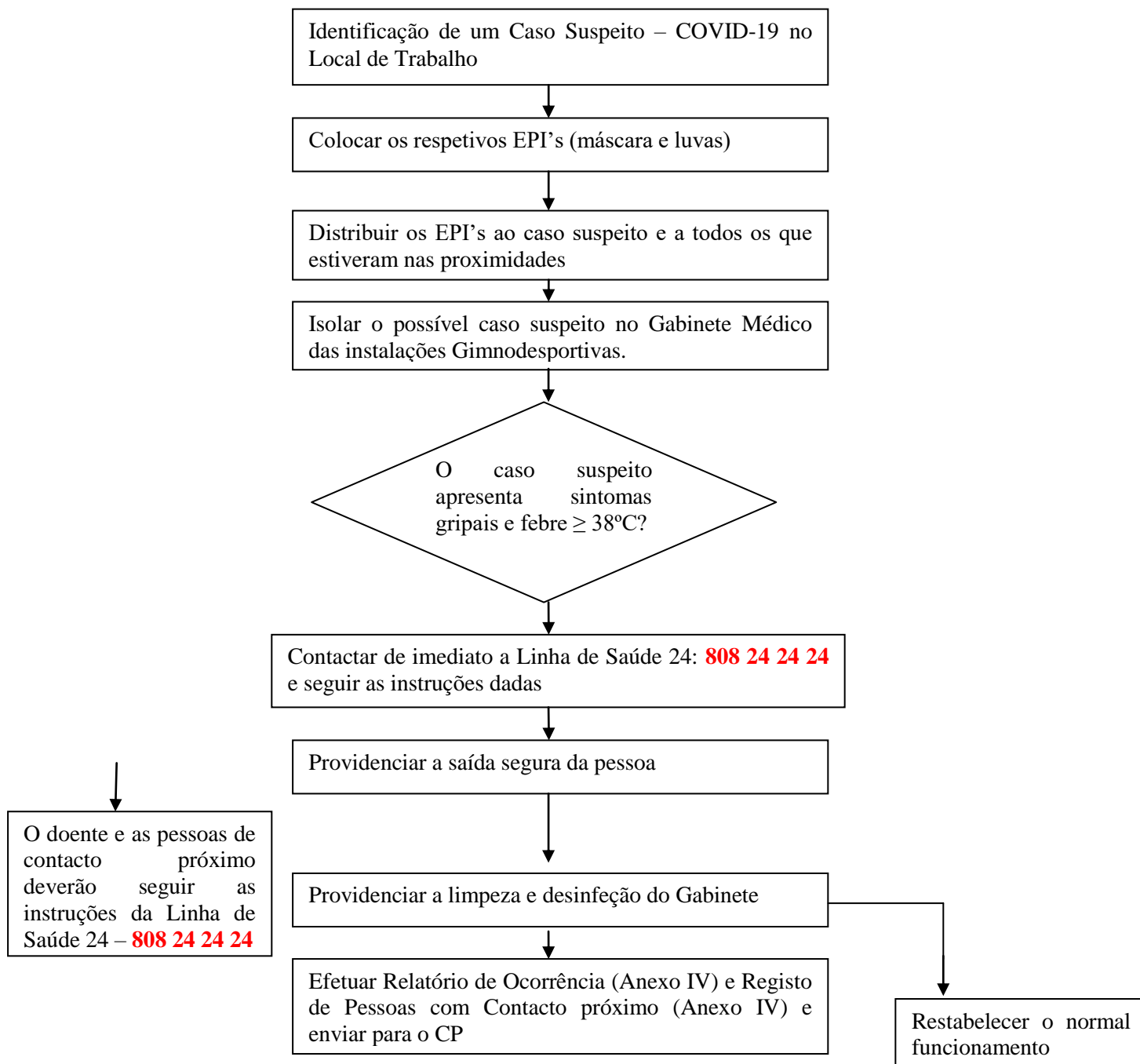


- b) O elemento da EOGC deve efetuar os procedimentos de atuação perante caso suspeito de COVID-19 em menor de idade, apresentados no seguinte fluxograma:



**Nota: os respetivos EPI's (Equipamento de Proteção individual) devem ser sempre colocados pelo próprio.**

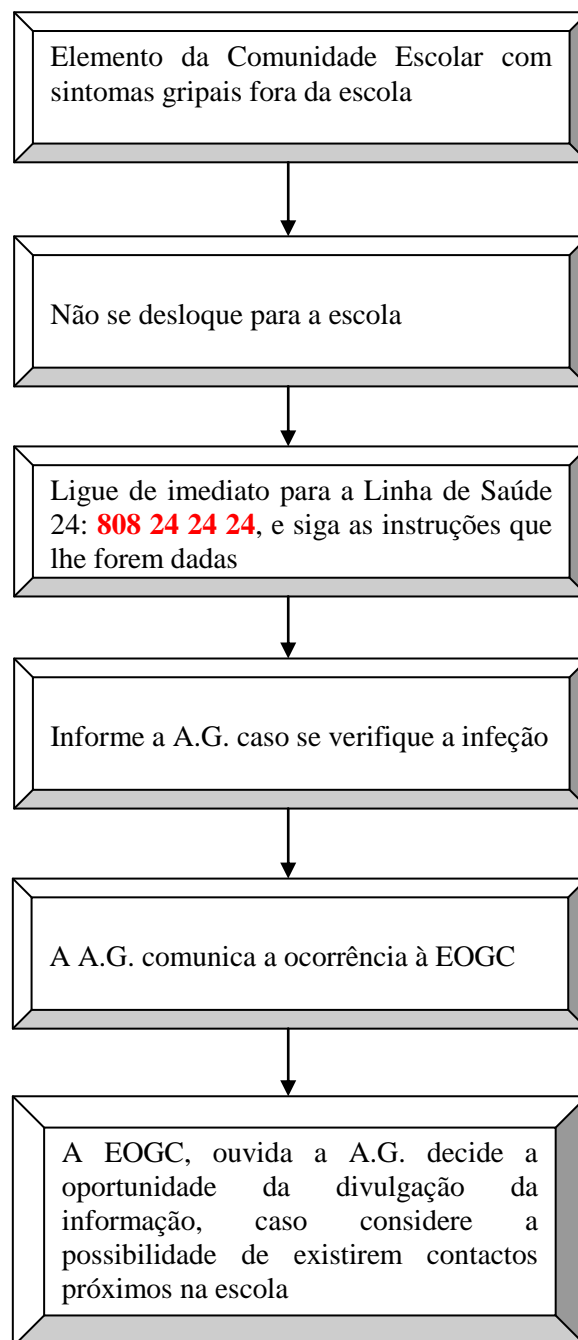
- c) O elemento da EOGC deve efetuar os procedimentos de atuação perante caso suspeito de COVID-19 em adulto, apresentados no seguinte fluxograma:



**Nota: os respetivos EPI's (Equipamento de Proteção individual) devem ser sempre colocados pelo próprio.**

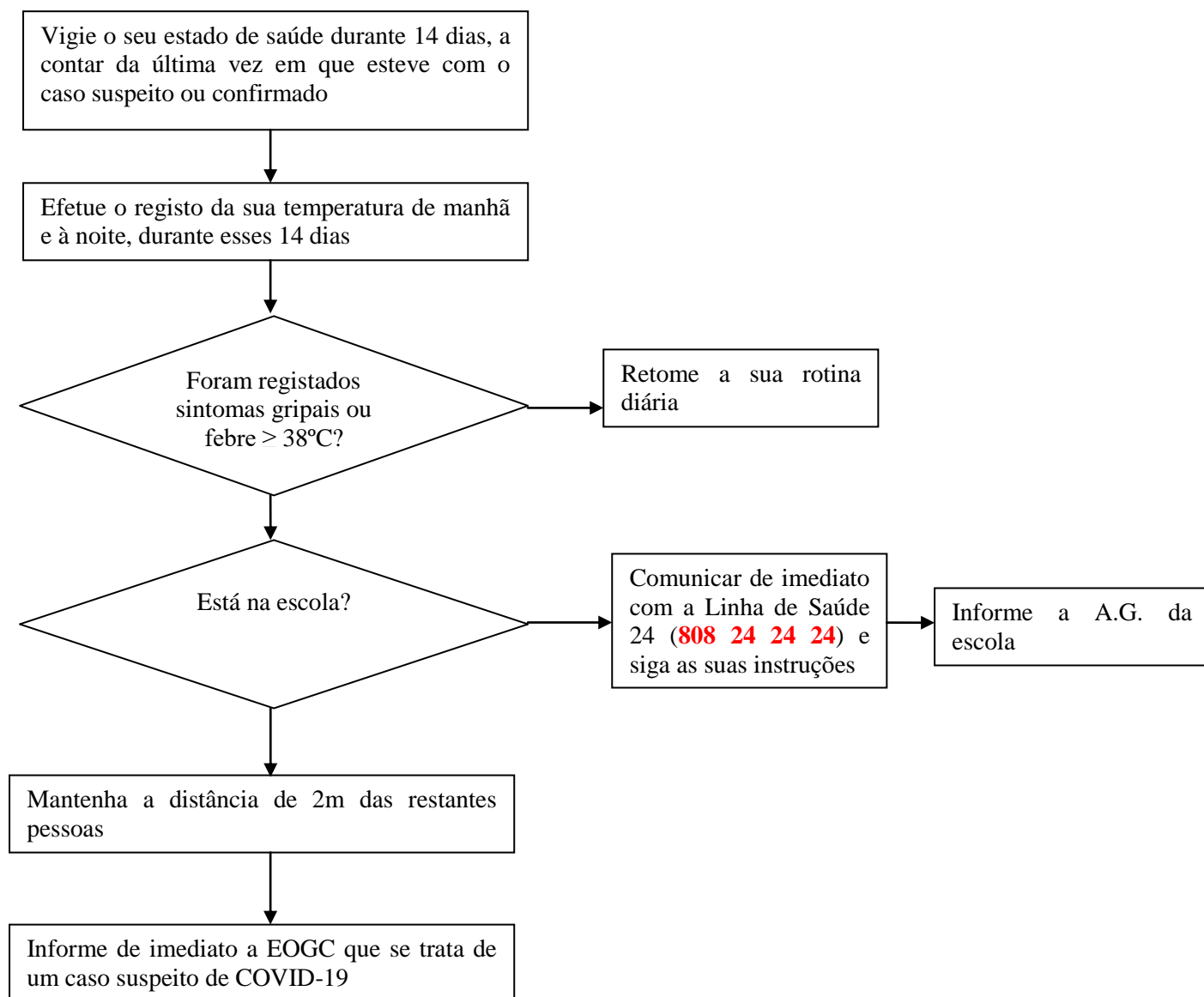
#### 4.1.2 Fora do Local de Trabalho

A equipe da EOGC deve consciencializar todos os elementos da Comunidade Escolar a não se deslocarem à escola caso apresentem sintomas gripais (calafrios e febre, dor de garganta, dores musculares, dores de cabeça, tosse, fadiga e mal estar). O procedimento a seguir pelos elementos da Comunidade Escolar quando se encontrem fora da escola, é o seguinte:



## 4.2 Procedimentos para contactos próximos de um caso suspeito ou confirmado com COVID-19

Se um elemento da Comunidade Escolar esteve em contacto próximo com um caso suspeito ou confirmado de COVID-19, os procedimentos a efetuar devem ser os seguintes:



### **4.3 Procedimentos de Comunicação**

#### 4.3.1 Comunicação Interna

Via intranet – Serão disponibilizados o Plano de Contingência e demais informação que seja considerada relevante pela EOGC, na página da escola;

Via e-mail – A EOGC disporá de um endereço de e-mail para contacto com toda a Comunidade Escolar, Encarregados de Educação e outras Entidades/Instituições, que lhe pretendam colocar dúvidas ou apresentar sugestões: [planocontigencia@espenafiel.org](mailto:planocontigencia@espenafiel.org);

Via SMS – Através do telemóvel: 96 026 40 85;

Via Relatórios de Ocorrência (Anexo IV) – Preenchidos pela EOGC, relatando os casos suspeitos ou confirmados e dirigidos à A.G.;

Outros, relacionados com a gestão dos recursos humanos – A definir posteriormente em função de instruções internas e/ou legislação que vier a ser publicada.

#### 4.3.2 Comunicação Externa

Tutela, Organismos públicos de Saúde – Procedimentos a validar perante os cenários legislativos que vierem a ser aprovados superiormente.

## **Plano de Contingência COVID-19 – Elementos Constituintes**

### **Coordenador do Plano de Contingência:**

Vítor Leite

### **Cadeia de Comando:**

Vítor Leite – Adriano Nery – Sofia Sá (EAO) – Natália Oliveira – Coordenadora do Projeto Educação para a Saúde e Educação Sexual (PESES), Sónia Cerqueira (Chefe dos Serviços Administrativos).

### **Equipa Operativa COVID-19:**

Vítor Leite;

Adriano Nery;

Natália Oliveira;

Ana Maria Magalhães (Psicóloga);

Sónia Cerqueira (Serviços Administrativos);

Sofia Sá (EAO).

# ANEXO I

## **Folheto Informativo da DGS COVID-19**

### **“Recomendações Gerais”**

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



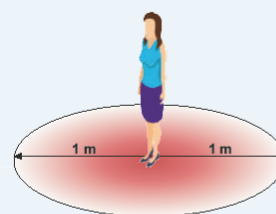
Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

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



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

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE  
IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24



# ANEXO II

## **Folheto Informativo da DGS COVID-19**

### **“Informação à Comunidade Escolar”**

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

### O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)), e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS:

FEBRE

TOSSE

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

#### MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lápiz, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações



# ANEXO III

## **Folheto Informativo da DGS COVID-19**

### **“Como te podes proteger”**

# 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

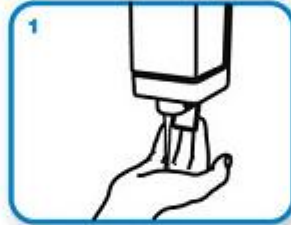


# Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



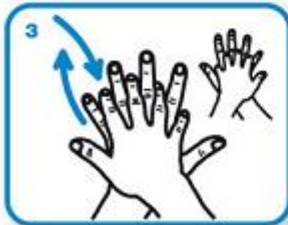
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

# ANEXO IV

## **Relatório de ocorrência em Caso Suspeito ou Confirmado**

<b>Escola Secundária de Penafiel</b>	<b>Relatório da Ocorrência de Caso Suspeito Confirmado</b>		
<b>Identificação do Caso Suspeito ou Confirmado</b>	<b>Nome</b>		
	<b>Função</b>		
	<b>Setor</b>		
	<b>Telefones</b>	<b>Casa:</b>	<b>TM:</b>
	<b>Ocorrência</b>		
	<b>Local:</b>	<b>Data:</b>	<b>Hora:</b>
<b>Sintomas Identificados</b>			
<b>Medidas implementadas</b>	<b>Há necessidade de alocar recursos de outro órgão de estrutura/instalação, para garantia do normal funcionamento?</b>		<b>Sim/Não</b>
	<b>Em caso afirmativo quais os recursos?</b>		
	<b>Outras medidas:</b>		
<b>Responsáveis/entidades notificadas</b>			
<b>Elemento da EOGC</b>	<b>Nome</b>		
	<b>Telefones</b>	<b>Casa:</b>	<b>TM:</b>