



status

ESCOLA PROFISSIONAL LOUSÃ

Plano de Contingência COVID-19 (CORONAVÍRUS)

Março 2020

Cofinanciado por:



O que é o COVID-19 e como se transmite?

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.

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1micron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero.

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

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

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

Desconhece-se ainda o tempo de sobrevivência do COVID-19 nas superfícies, mas deve ascender a vários dias e em diversos tipos de materiais - metal, plástico e vidro, segundo o Centro dos EUA para Controlo e Prevenção de Doenças (CDC) e, por isso, é importante mantê-las limpas, dado que o contágio pode também verificar-se indiretamente quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infetada depositadas em superfícies de utilização pública – como por exemplo as maçanetas das portas, corrimões, vidros e mesas.es/objetos contaminados).

Assim, deve-se privilegiar a limpeza através de procedimentos de desinfeção de superfície com 62-71% de etanol (álcool etílico) ou, em alternativa, 0,1% de hipoclorito de sódio, ou seja, lixívia.

As escolas são espaços prioritários para a implementação de planos de contingência para a epidemia de COVID-19, uma vez que pelas suas características, são locais ideais para a disseminação do vírus. São áreas onde se encontram muitas pessoas em

simultâneo e cujo funcionamento implica a interação em grupos, em salas fechadas, onde a partilha de objetos é uma constante e em situações de proximidade.

Na preparação das escolas para a epidemia dever-se-ão ter em conta, para além do seu espaço físico, outras atividades relacionadas com as escolares, nomeadamente o transporte para a escola. Esta intervenção deve passar por formação adequada a todos os profissionais existentes nas escolas, colaboradores docentes e não docentes, e a todos os alunos, para que estes saibam agir e proteger-se face à ameaça, quer na escola quer em outros ambientes por eles frequentados. A formação deve insistir principalmente na prática de hábitos de higiene saudáveis, como por exemplo, a simples lavagem das mãos.

Ao preparar os alunos e restante comunidade escolar, estes atuarão como veículo de transmissão dos conhecimentos apreendidos, ensinando e alertando outros públicos, entre os quais, os seus familiares e amigos sobre os modos de agir face à COVID-19.

No atual contexto da fase 5-6 da epidemia de COVID-19 e segundo as entidades reguladoras da saúde, é urgente a implementação de planos de contingência nos diversos sectores da sociedade.

FASES OU PERÍODOS

DESCRIÇÃO

FASES 1-3	Infeção predominantemente em animais; Casos raros de infeção humana
FASE 4	Transmissão de pessoa a pessoa sustentada
FASES 5-6 ATUAL	Infeção humana disseminada
PERÍODO PÓS-ONDA PANDÉMICA	Ocorrência possível de casos novos ou recorrentes
PERÍODO PÓS-PANDÉMICO	Atividade gripal ao nível sazonal

Com vista a minimizar os efeitos da COVID-19 e a permitir, tão breve quanto possível, o restabelecimento das atividades normais, os planos de contingência das escolas deverão ser adaptados às suas realidades e em concordância com as orientações da DGS.

Em seguida, encontra-se descrito o plano de contingência para a STATUS – Escola Profissional Lousã.

Finalidade

- Diminuir os efeitos gerais da epidemia;
- Minimização dos efeitos face a uma infeção de um aluno ou colaborador na STATUS;
- Identificar o procedimento a adotar em situações suspeitas de infeção por COVID-19.

Público-Alvo

A comunidade escolar, constituída por docentes, não docentes e discentes da escola.

Outros Públicos

Famílias dos alunos.

Metodologia

A metodologia a utilizar permite alertar para a saúde, melhorar o conhecimento e favorecer mudanças comportamentais e sociais, capacitando o indivíduo para a tomada de decisões que minimizem o risco de disseminação da infeção.

Assim, o plano de contingência inclui comunicações orais e escritas ao público-alvo, formação aos colaboradores, aumento do controle dos procedimentos de higienização dos espaços e equipamentos.

Equipa Operativa

A Equipa Operativa será aquela que fará a articulação entre a escola e os serviços de saúde bem como os pais dos respetivos alunos e outras entidades pertinentes. A equipa operativa será composta por um representante de cada serviço. De acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde, o Coordenador desta equipa deverá ser um membro pertencente ao órgão de gestão da escola ou o representante máximo da instituição.

Na STATUS – Escola Profissional Lousã a equipa operativa organiza-se do seguinte modo:



Cadeia de “Comando e Controlo”

A Cadeia de “Comando e Controlo” define a liderança e coordenação em situação de epidemia para o COVID-19. Ela tem autoridade para tomar decisões e atuar em conformidade a todos os níveis de intervenção. A seguir indicam-se os papéis dos responsáveis de cada sector que, na ausência dos mesmos, deverão ser desempenhados pelos respetivos substitutos sob supervisão do Coordenador.

O Diretor Executivo é o Coordenador da Equipa Operativa, sendo responsável pela implementação e coordenação do plano de contingência. Para além disso, é ele que estabelece o contacto com a DGS em caso de elevado absentismo, e implementação das diretivas emanadas por este organismo.

Diligências:

- Garantir a normalidade, na medida do possível, das atividades letivas;
- O contacto com a linha de Apoio Saúde 24 (808 24 24 24) no caso de suspeita de alunos com COVID-19;
- Efetua o contacto com o Diretor de Turma, para que este contacte com o respetivo Encarregado de Educação, no caso de suspeita de alunos com COVID-19;
- A implementação das medidas que o Delegado de Saúde vier a aconselhar;
- Definir medidas alternativas de fornecimento de refeições aos alunos, no caso de encerramento da cantina;
- Ordenar o fecho da escola, de acordo com as recomendações das entidades competentes.

O Serviço de Apoio monitoriza o cumprimento do plano, implementa o plano de prevenção e elabora relatório mensal a entregar ao Coordenador da Equipa Operativa, apoiando o mesmo no contacto com as diversas entidades. É ainda este serviço que apresenta o plano de contingência, organiza e implementa a formação aos colaboradores (docentes e não docentes).

O responsável dos Serviços Administrativos identifica as atividades prioritárias no seu sector e organiza o serviço em conformidade. Monitoriza as faltas ao serviço dos docentes e não docentes e mantém o coordenador da equipa operativa informado do número de faltas por motivo de COVID-19.

O Serviço de Apoio à Docência é chefiado pela Diretora Pedagógica, que gere os recursos humanos docentes, assegura-se que esses colaboradores cumprem as medidas de higiene definidas no plano, bem como o acompanhamento dos alunos à sala de isolamento.

O Encarregado de Refeitório gere os recursos humanos do respetivo sector, e assegura-se, junto dos diversos fornecedores, da continuidade do fornecimento dos géneros alimentares.

Identificação das Atividades essenciais e prioritárias e Medidas de manutenção da atividade escolar em situação de crise

A evolução da epidemia é imprevisível, mas as entidades de saúde antevêm que possam ser afetadas parcelas significativas da população, provocando ruturas consideráveis nos domínios social e económico.

É de prever que surjam casos de COVID-19 entre os profissionais podendo conduzir a uma situação de elevado absentismo. Neste caso, dever-se-ão implementar uma ou mais das medidas que visem assegurar os serviços mínimos para garantir as atividades essenciais da escola e conforme a fase de evolução da epidemia na comunidade escolar:

1 – Atividades letivas e acompanhamento dos alunos na escola

- Avaliação da possibilidade da realização de atividades letivas através da plataforma Google Classroom e/ou Microsoft Teams e/ou e a plataforma de gestão da formação WebForma;
- Promoção de sessões síncronas online, via Hangouts ou Skype;
- Criação de ficheiros de atividades, por módulo, para realização de trabalhos à distância;
- Reorganização de horários.

2 - Limpeza da escola

- Reposição de stocks de produtos de higiene com fornecedores alternativos já identificados;
- Estabelecimento de eventual parceria com empresa em regime de outsourcing.

3 - Serviços administrativos

- Definição das atividades prioritárias;
- Redução do número de horas de atendimento ao público;
- Atendimento ao público apenas por telefone ou por email;
- Imposição de um limite de 2 pessoas em atendimento/à espera de atendimento no interior da Secretaria.

4 - Fornecimento de refeições

- Reposição de stocks de bens alimentares e de produtos de higiene com fornecedores alternativos, já identificados;
- Em situações inesperadas, disponibilização de sopa e refeições ligeiras no Bar.

Plano de Intervenção

1. Medidas de Prevenção e Controlo da COVID-19

- Atividades

(A) Enviar apresentação informativa e texto de apoio, por e-mail, a todos os docentes e não docentes, bem como o contacto do Coordenador para eventuais esclarecimentos de dúvidas.

(B) Distribuir cartazes por todas as Salas de Aula, Sala dos Professores, Refeitório, Secretaria, Polivalente e Bar.

(C) Colocar folhetos informativos na Sala dos Professores, na Secretaria, no Atendimento e no Bar, repetindo a medida caso sejam publicados novos folhetos, e repondo sempre que necessário.

(D) Colar junto a todos os lavatórios da escola cartazes com a demonstração da técnica de higienização das mãos.

(E) Disponibilizar, no site da escola, informação atualizada e links a fontes de obtenção de informação precisa sobre a epidemia e prevenção da COVID-19.

(F) Disponibilizar espaços para colocação de dúvidas, tais como: e-mail, site da escola e Microsoft Teams.

(G) Ações de sensibilização para toda a comunidade escolar:

1. Características do vírus, modo de transmissão e medidas para a sua minimização

- Etiqueta respiratória: Demonstração e relevância da colocação do lenço de papel no caixote do lixo; da utilização de um lenço de papel ao tossir; da utilização do antebraço para cobrir a boca ao tossir e espirrar, na ausência de lenço de papel;
- Lavagem das mãos: Demonstração e treino da técnica; importância da frequência da lavagem;
- Importância da zona T como pontos de entrada fácil do vírus (olhos, nariz e boca);
- Arejamento das salas: sua importância; como e quando fazer;
- Desinfeção das superfícies: reforço da necessidade de limpeza das maçanetas, corrimões, mesas. Desinfeção do ar das salas;
- Partilha do material: considerar o material partilhado como um modo de transmissão e, conseqüentemente, desencorajar a partilha.

2. Sintomas da COVID-19

- Febre;

- Tosse;
- Dificuldades respiratórias;
- Cansaço.

Esta doença, em situações mais graves assemelha-se a uma pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

Recorde-se os sintomas associados a duas doenças que têm expressão nesta altura do ano e que podem ser confundidos com os sintomas do COVID-19:

<i>SINTOMAS</i>	<i>GRIPE COMUM</i>	<i>GRIPE A</i>
FEBRE	< 39º C	Início súbito a 39º C
DOR DE CABEÇA	De menor intensidade	Intensa
CALAFRIOS	Esporádico	Frequentes
CANSAÇO	Moderado	Extremo
DOR DE GARGANTA	Fortes	Leves
TOSSE	De menor intensidade	Seca e contínua
MUCO	Congestionamento nasal	Pouco comum
DORES MUSCULARES	Moderadas	Intensas
ARDOR NOS OLHOS	Leve	Intenso

3. Informação das medidas a tomar pelo colaborador com suspeita ou com COVID-19

O colaborador que manifeste algum dos sintomas acima referidos, deve informar a escola da sua situação e permanecer em casa, durante 14 dias ou até alta clínica.

4. Apresentação do Plano de Contingência da Escola

Nesta atividade será apresentado o procedimento a adotar, perante um eventual caso, conforme se demonstra nas páginas seguintes.

Os Diretores de Turma serão, ainda, informados que no âmbito do plano deverão:

- Manter os alunos informados sobre a COVID-19 e nomeadamente, do plano de contingência da escola;

- Apresentar o material criado/disponibilizado, entretanto fornecido pela Equipa Operativa e transmitir os conhecimentos adquiridos durante a formação aos seus alunos;
- Averiguar o número de alunos que têm possibilidade de aceder à internet a partir de casa, bem como fazer o levantamento dos discentes que estão dependentes da refeição do refeitório;
- Divulgar o Plano de Contingência aos Encarregados de Educação;
- Apresentação aos pais das potencialidades da plataforma Microsoft Teams e a plataforma de gestão da formação WebForma como ferramenta de garantia de atividade escolar em caso de encerramento escolar;
- Criação de espaços de reflexão, junto dos alunos e encarregados de educação, de modo a encorajar a criação de grupos de apoio que se ajudem, por exemplo, no transporte para a escola e guarda dos alunos em caso de Encerramento;
- Manter o Coordenador do Plano de Contingência informado sobre os casos de alunos ausentes por motivo de COVID-19.

Aluno-Caso em contexto Sala de Aula

I

O professor questiona o aluno no sentido de averiguar se este se sente com febre e com algum dos outros sintomas característicos, tosse, dificuldade respiratória e/ou cansaço;

II

Em caso de suspeita de infeção, o professor coloca a máscara no aluno (kit proteção) de forma serena e procurando tranquilizá-lo;

III

O aluno é acompanhado por um elemento da equipa operativa até ao espaço de isolamento, que permanece lá até à chegada da equipa que o deslocará para o hospital de referência;

IV

A equipa operativa acompanha o aluno e faz o primeiro contacto com o Coordenador da Equipa Operativa;

V

O docente promove, após a saída do aluno, a limpeza das mãos dos alunos. Identifica quem esteve em contacto mais direto com o aluno suspeito de infeção;

VI

O Coordenador da Equipa Operativa faz os contactos com a linha de Saúde 24, equipa da DGS, assim como o contacto com o EE;

VII

A equipa de higienização promove a desinfeção completa dessa sala e dos materiais lá presentes.

Aluno-Caso em contexto fora de Aula

I

*O aluno dirige-se ao colaborador mais próximo;
O colaborador despista os sintomas presentes;
Disponibiliza uma máscara do kit mais próximo;*

II

*O colaborador acompanha o aluno até ao espaço designado de isolamento;
O colaborador comunica com o Coordenador da Equipa Operativa;*

III

*O aluno desinfeta as mãos;
O aluno mede a sua temperatura com o termómetro;*

IV

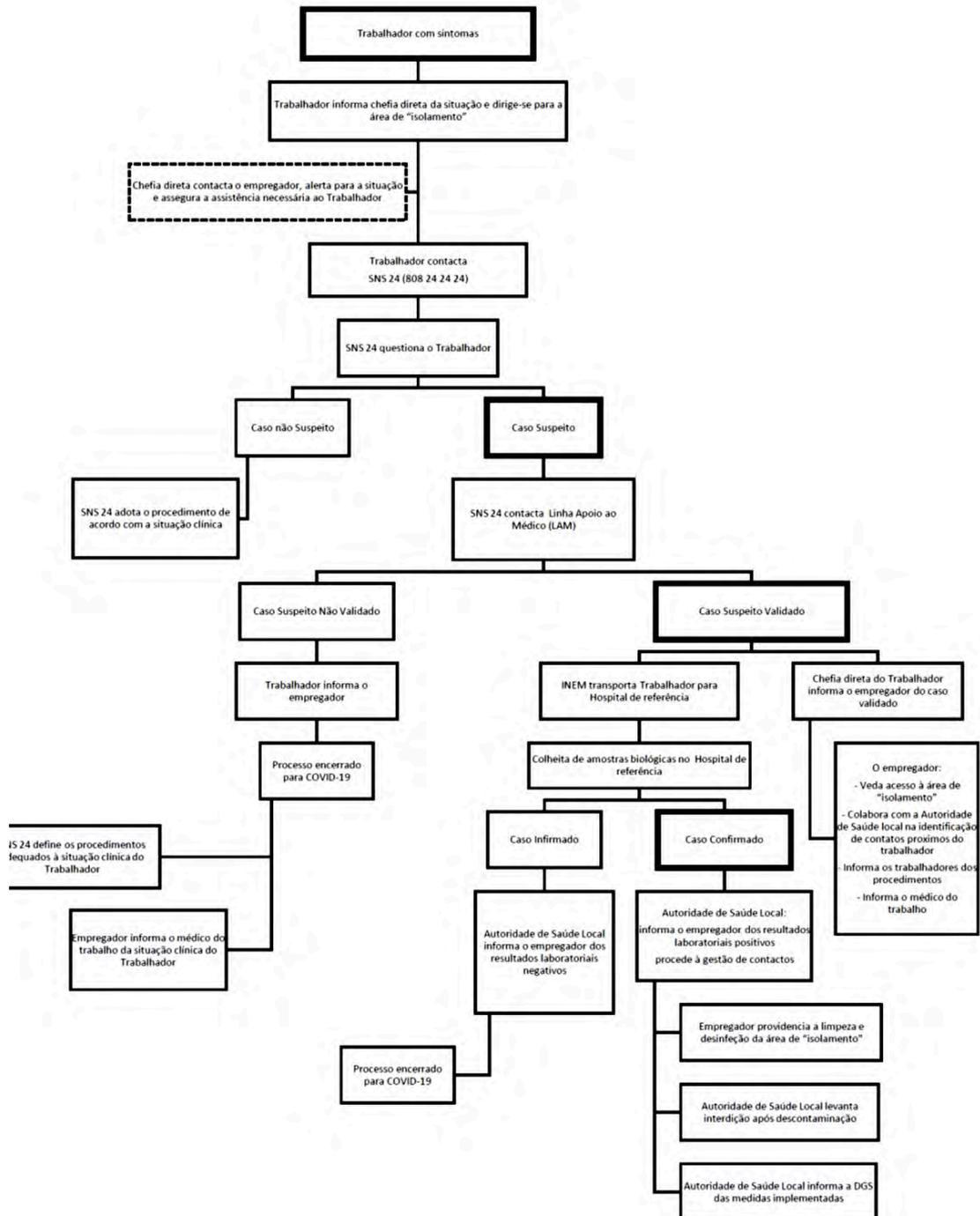
O colaborador acompanha o aluno até à chegada do Coordenador da Equipa Operativa, desinfetando as mãos e colocando uma máscara também;

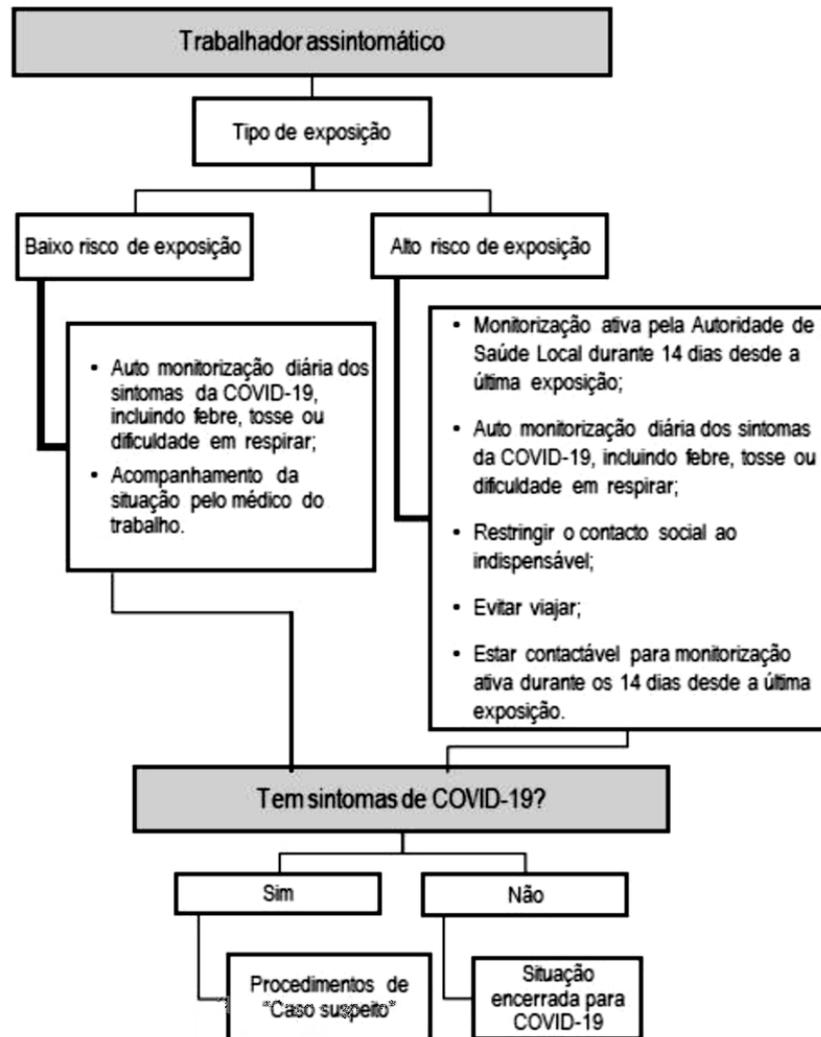
V

*O Coordenador faz o contacto com a Saúde24 e age conforme as indicações recebidas;
O Coordenador diligencia o contacto com o EE ou o familiar mais próximo.*

Colaborador-Caso

Trabalhador com Sintomas





No final de cada utilização da sala de isolamento, os Serviços de Apoio comunicam ao Serviço de Apoio Escolar que deve providenciar a limpeza/desinfeção da mesma.

Procedimentos

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.

Procedimentos

Caso Suspeito Validado

A DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

O Diretor Executivo informa de imediato o Delegado regional de Educação da respetiva área, sobre a existência do caso suspeito validado.

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

- Se o caso for não confirmado: este fica encerrado, 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 é a única entidade que poderá levantar a interdição.

Procedimentos

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 microm) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

Procedimentos

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:

1. “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 objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

2. “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

- Quem 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);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. 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.

2. Medidas de Higiene do Ambiente Escolar

(A) Avaliação das necessidades de material (equipamento de lavagem/secagem das mãos);

(B) Colocação e manutenção dos kits prevenção em pontos estratégicos dos edifícios tais como: Salas de Aula, Autocarro, Espaço do Professor e Sala de Isolamento;

Kit Sala:

2 máscaras cirúrgicas, toalhetes de papel, álcool sanitário a 70º.

Kit Sala de Isolamento:

6 máscaras cirúrgicas, toalhetes de papel, desinfetante de base alcoólica, termómetro.

Kit Sala do Professor:

6 máscaras cirúrgicas, toalhetes de papel, álcool sanitário a 70ºC.

(C) Manutenção de stocks de lenços de papel para venda no Bar em quantidade suficiente de forma a fazer face às novas exigências, facilitando o seu acesso a toda a comunidade escolar;

(D) Colocação e manutenção de dispensadores de desinfetante (álcool gel) em pontos estratégicos do Campus Escolar, tais como: Átrios dos edifícios, Refeitório, Bar;

(E) Aumentar a quantidade de coletes de equipa utilizados nas aulas de Educação Física;

(F) Manter todas as casas de banho em funcionamento em simultâneo para minimizar as hipóteses de agrupamento em espaços fechados;

(G) Alterações ao nível das práticas de higiene. No que diz respeito à higiene das instalações é necessário introduzir as seguintes alterações:

- Esvaziar os caixotes de lixo das salas de aula à hora de almoço e ao final do dia;
- Desinfetar as maçanetas das portas e dos corrimãos à hora de almoço e final do dia;
- Arejar das salas de aula e todos os locais fechados nos quais existam aberturas para o exterior, abrindo portas e janelas durante aproximadamente 2 minutos.
- Nas Salas de Aula, deve ser promovido o arejamento da mesma, lecionando com a porta e/ou janelas abertas, ou pelo menos ao iniciar e ao terminar a aula; nos restantes recintos o mesmo deve ser promovido, pelo menos, de hora a hora.
- Promover a lavagem frequente dos coletes de Educação Física.
- Efetuar a limpeza/desinfecção das casas de banho em vários períodos do dia – manhã, tarde e final do dia (com registo em impresso próprio colocado para o efeito em cada casa de banho).
- Efetuar a limpeza/desinfecção da sala de isolamento após cada caso (com registo em impresso próprio colocado para o efeito na sala).

Relativamente à higiene pessoal:

- Impor a obrigatoriedade de lavagem das mãos no refeitório (controlado por funcionário);
- Desinfeção das mãos com álcool-gel colocado à entrada das salas de aula (controlado pelo professor).

3. Medidas de isolamento e distanciamento social

A) Não admissão na escola de alunos ou profissionais com febre ou outros sinais/sintomas de COVID-19;

(B) Sala de Isolamento

A sala de isolamento é a Sala 11, localizada no 1º andar do Bloco B. A escolha desta sala justifica-se pelo facto de se encontrar numa zona isolada do Campus Escolar, sendo um espaço que tem baixa utilização e de fácil limpeza e desinfeção, minimizando-se o contacto do possível caso com a restante comunidade escolar.

NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

SABES COMO TE PODES PROTEGER?



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



LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA

Antes das refeições, quando
chegas à escola e a casa



**NÃO PARTILHES OS TEUS
OBJETOS E COMIDA**

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

NOVO | NEW | 新型 冠状病毒

CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议



Quando espirrar ou tossir,
tape o nariz e a boca com
lenço de papel ou com o
antebraço

When coughing or sneezing,
cover your mouth and nose
with tissue paper or with
your forearm

咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或
者手臂掩住嘴巴和鼻子



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

经常用肥皂水或含酒精的
溶液洗手



Evite contacto próximo
com pessoas com infeção
respiratória

Avoid close contact with
people suffering from
respiratory infections

避免与有呼吸道感染的患
者密切接触

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE

IF IN DOUBT, CALL

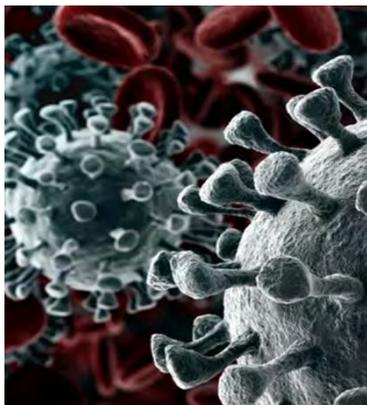
若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24 

808 24 24 24

COVID-19 - Comunidade Escolar

PERGUNTAS FREQUENTES



O QUE É O CORONAVÍRUS? 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.

O QUE É ESTE NOVO CORONAVÍRUS? O novo coronavírus, intitulado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em janeiro de 2020 na China, na Cidade de *Wuhan*. Este novo agente nunca tinha sido identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de *Wuhan*, doença entretanto designada como COVID-19. A fonte da infeção é, ainda, desconhecida.

TRANSMISSÃO, SINTOMATOLOGIA E TRATAMENTO

COMO SE TRANSMITE? Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora ainda não se conheça mais pormenores.

QUAIS OS SINAIS E SINTOMAS? As pessoas infetadas podem apresentar sinais e 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. O período de incubação da doença pode variar entre 2 a 14 dias.

EXISTE UMA VACINA? Não existe vacina. Sendo um novo vírus, estão em curso as investigações para o seu desenvolvimento.

EXISTE TRATAMENTO? O tratamento para a infeção por SARS-CoV-2 é dirigido aos sinais e sintomas apresentados.

AVALIAÇÃO DE RISCO

O Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC) considera que existe, neste momento, uma probabilidade moderada de importação de casos nos países da União Europeia/Espaço Económico Europeu (UE/EEE). A probabilidade de transmissão secundária na UE/EEE é baixa, desde que sejam cumpridas as práticas adequadas de prevenção e controlo de infeção.

NOVO | NEW | 新型 冠状病毒
CORONAVÍRUS 2019 nCoV

TOSSO
COUGH

FEBRE
FEVER

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA
SHORTNESS OF BREATH

REGRESSOU DA CHINA?
HAVE YOU RETURNED FROM CHINA?
你从中国回来的吗?

CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PATIENT?
你与感染过新冠病毒的人有密切接触吗?

LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SNS 24
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

REPÚBLICA PORTUGUESA
40 ANOS
SNS
120 DGS

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO

COMO POSSO PROTEGER-ME? A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda medidas de higiene, etiqueta respiratória e práticas de segurança alimentar para reduzir o risco de exposição e transmissão da doença:

- Evitar contacto próximo com doente/s com infeção respiratória;
- Lavar frequentemente as mãos, especialmente, após contacto direto com pessoa/s doente/s;
- 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 ao lixo);
- Lavar as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir.

Lavagem das mãos

Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas.
Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

Duração total do procedimento: 30-60 seg.

1. Molhe as mãos com água.

2. Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.

3. Esfregue as palmas das mãos, uma na outra.

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

5. Parte de trás dos dedos: palmas opostas com os dedos entrelaçados.

6. Esfregue o polegar virando em sentido rotatório, alternando na palma direita e vice-versa.

7. Esfregue relativamente para trás e para a frente os dedos da mão esquerda na palma da mão esquerda e vice-versa.

8. Enxague as mãos com água.

9. Seque as mãos com toalha descartável.

10. Utilize o toalhete para fechar a torneira se este for de comando manual.

11. Agora as suas mãos estão seguras.

VALIDAS SOMENTE CUBOS VERDES

somos

NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

SABES COMO TE PODES PROTEGER?

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

LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA
Antes das refeições, quando chegas à escola e a casa

NÃO PARTILHES OS TEUS OBJETOS E COMIDA

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

REPÚBLICA PORTUGUESA
40 ANOS
SNS
120 DGS
REPÚBLICA PORTUGUESA

COMO SEI SE ESTOU INFETADO? Se tem febre ou tosse ou dificuldade respiratória e se regressou recentemente de uma área afetada ou contactou com caso provável ou confirmado de COVID-19, ligue para o SNS 24 (808 24 24 24) e siga as orientações dos profissionais de saúde.

LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SNS 24
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE
40 ANOS
SNS
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE
120 DGS
desde 1899
Direção-Geral da Saúde