

## Plano de Contingência

O Plano de Contingência da EPED – Escola Profissional de Educação para o Desenvolvimento é aprovado pela Direção da COPEFAP.

Desejamos apresentar as medidas gerais de prevenção a adotar pelo EPED para prevenir a infeção pela COVID-19, bem como as medidas a tomar em caso de suspeitas de existência de algum caso da mesma infeção.

As medidas gerais de higiene, pessoais e do ambiente escolar, constituem as medidas mais importantes para evitar a propagação da doença.

Os educadores desempenham um papel determinante nesta prevenção, na comunicação aos alunos, no que respeita às regras gerais de higiene, válidas para a prevenção não só da COVID-19, mas também de muitas outras doenças transmissíveis.

Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente com sinais ou sintomas que sugerem ser de COVID-19 não devem apresentar-se na escola. Devem contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde.

O Plano de Contingência será revisto e atualizado tendo em atenção as orientações e recomendações formuladas pelo Governo, Ministério da Saúde e Ministério da Educação.

Monte de Caparica, 29 de Outubro de 2020

O Diretor



Paulo Borges Martins

ESCOLA PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO  
PARA O DESENVOLVIMENTO

## Plano de Contingência

### Dados Gerais

#### O que é o COVID-19

COVID-19 é o nome, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, tendo sido confirmados casos noutros países.

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

#### Principais Sintomas

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos) até febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ), tosse, dor de garganta, cansaço e dores musculares e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte.

Recentemente, foi também verificada anosmia (perda do olfato) e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19. Existem evidências da Coreia do Sul, China e Itália de que doentes com COVID-19 desenvolveram perda parcial ou total do olfato, em alguns casos na ausência de outros sintomas.

#### Tempo de Incubação

O período de contágio (tempo decorrido entre a exposição ao vírus e o aparecimento de sintomas) é atualmente considerado de 1 a 14 dias. A transmissão por pessoas assintomáticas (sem sintomas) ainda está a ser investigada.

#### Formas de Transmissão

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e 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 e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

## Medidas de Prevenção

Duas das medidas mais efetivas são a higiene das mãos e a etiqueta respiratória.

A higiene das mãos deve ser feita várias vezes ao longo do dia, antes e depois de comer, de ir à casa de banho, ao chegar a casa ou ao trabalho, ou sempre que se justifique. Deve lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, esfregando sequencialmente as palmas, dorso, cada um dos dedos e o pulso, secando-as bem no final. Caso não tenha acesso a água e sabão, desinfete as mãos com solução à base de álcool com 70% de concentração. Não se esqueça de remover anéis, pulseiras, relógios, ou outros objetos, antes da lavagem das mãos. Estes adereços deverão também ser higienizados após a sua utilização.

A etiqueta respiratória são medidas a aplicar para evitar transmitir gotículas respiratórias: quando tossir ou espirrar, proteja o nariz e a boca com um lenço descartável ou com o antebraço. Após a utilização do lenço descartável, deite-o imediatamente no lixo. De seguida lave de imediato, as mãos. Caso tenha utilizado o braço, lave-o, ou a camisola, assim que possível.

O uso de máscaras é uma medida adicional de proteção, que deve ser complementar às medidas de distanciamento, higiene das mãos e etiqueta respiratória. A sua utilização é obrigatória em espaços públicos fechados, como transportes públicos ou estabelecimentos comerciais.

Para utilizar máscara de forma efetiva deve garantir que a coloca e remove em segurança.

## Objetivos do Plano

O presente “Plano de Contingência” pretende antecipar e gerir o impacto dum eventual caso suspeito de COVID-19 visando:

- preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação do vírus e manter os serviços essenciais em funcionamento;
- definir a estrutura de decisão e de coordenação da COPEFAP;
- preparar resposta às necessidades de notificação e comunicação, para o interior e para o exterior;
- preparar o restabelecimento da situação e atividades correntes, tão rápidas e seguras quanto possível.

## Ativação do Plano

### Medidas Gerais de Higiene Pessoal e Etiqueta Respiratória

- os contactos pessoais (beijos, apertos de mão, abraços, etc) serão suprimidos do relacionamento social;
- evitar a aglomeração de pessoas e adequar o número de frequentadores de acordo com critérios de afastamento que garantam 1,5 a 2 metros entre eles;
- os alunos deverão, tanto quanto possível, manter a organização em turma, mesmo fora do espaço de sala de aula, e deslocar-se de forma coesa pelos vários espaços a percorrer ao longo do dia escolar, evitando contacto com outras turmas;
- na medida do possível, serão fixados circuitos de deslocação pelo perímetro escolar que previnam cruzamento de pessoas e será afixada a Planta de Circulação em diversos pontos do recinto. A circulação deverá ser feita pela direita;
- o acesso à Cantina será feita pela porta mais a oeste e a fila será feita junto da linha dos cacifos, serão feitas marcações no pavimento e deverão ser cumpridas as regras de afastamento;
- o uso de máscaras é obrigatório - ou máscaras e viseiras, por imperativos da função - pelos funcionários docentes, pelos funcionários não docentes e pelos alunos como condição de acesso ou permanência no recinto da escola e suas imediações;
- é dever de todos que os equipamentos de proteção individual (EPIs) descartáveis após uso e substituição deverão ser descartados nos contentores de lixo comum disponibilizados por toda a escola;
- deve evitar-se tocar com as mãos na face exterior da máscara, pelo risco de potencial contaminação.

Para garantir a eficácia do Plano, todos os alunos, docentes e não docentes devem:

- lavar as mãos com frequência, usando sabonete líquido durante pelo menos 20 segundos;
- não tocar no rosto com as mãos sujas;
- sempre que se utilize a casa de banho;
- sempre que se mexa em lixo, terra ou outros objetos partilhados;
- lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou com uma solução de base alcoólica, em especial:
  - a. após ter tossido, espirrado ou assoado o nariz;
  - b. após ter utilizado transportes públicos;
  - c. Ter frequentado locais com grande afluência de público.

No caso concreto os alunos terão de cumprir com as medidas de higiene obrigatórias e previstas no presente Plano:

- desinfecção das mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ao entrar no edifício principal, cantina/bar e salas de aula, pelo que serão colocados dispensadores desta solução em todas estas áreas;
- lavagem/desinfecção das mãos antes e após o consumo de qualquer refeição por parte de qualquer utente da Cantina/Bar;
- lavagem das mãos antes e após as aulas.

Incentivam-se todos os frequentadores do espaço escolar a ser portadores, em permanência, de dispensadores unipessoais de desinfetante e a proceder à imediata higienização das mãos em caso de comportamento de risco.

Sempre que alunos, funcionários ou docentes apresentem febre e sintomas da COVID- 19, não podem frequentar a escola, até que responsáveis de Saúde Pública e Medicina do Trabalho, respetivamente, atestem a saúde ou a recuperação e a ausência de risco contágio potencial.

Sempre que possível, os pagamentos de produtos/serviços deverão ser efetuados por débito. A reprografia disponibilizará EPIs e consumíveis unipessoais aos interessados na sua aquisição.

## Medidas Gerais de Higiene

- nos períodos de interrupção das atividades letivas presenciais e sempre que seja necessário, proceder-se-á à limpeza e desinfecção de espaços confinados;
- será promovido o arejamento dos espaços, a ventilação e renovação do ar para garantir maior eficácia de arejamento e prevenir o manuseamento frequente de puxadores, portas e janelas, estas serão mantidas abertas sempre que tal seja possível. O ar condicionado será vigiado e será assegurado que funcione em modo de extração/insuflação de ar novo;
- as superfícies e os objetos de trabalho deverão ser higienizados pelo utilizador (docente/aluno) com os toalhetes descartáveis e o produto desinfetante disponibilizado para tal e colocado em cada sala;
- durante o dia as superfícies e objetos que entrem em contacto com as mãos (ex.: puxadores das portas; corrimões...) serão desinfetadas 2 a 3 vezes;
- telefone, teclados e ratos de computador, quando partilhados por diversos utilizadores requererão especiais cuidados de higienização e desinfecção e serão usados toalhetes descartáveis e o álcool isopropílico disponibilizado em cada sala para o efeito e seguindo as instruções na etiqueta;
- higiene das casas de banho: serão realizadas 2 a 3 limpezas/desinfecções diárias assegurando assim que as instalações sanitárias se mantêm higienizadas, desinfetadas e munidas de sabão líquido e demais consumíveis necessários a uma boa higiene pessoal. Os secadores de mãos de jato de ar serão desativados e, em seu lugar, serão instalados dispensadores de toalhetes de papel;
- os dispensadores de gel desinfetante: serão distribuídos pela escola um dispensador de gel desinfetante por sala e devidamente abastecidos para garantir acesso cómodo e pronto para desinfecção das mãos;
- manter-se-ão as barreiras físicas nos serviços do edifício principal e será colocada uma separação física na Cantina/Bar, de modo a garantir a segurança dos operadores nos locais de atendimento ao público;
- o descarte de máscaras e luvas descartáveis será feito no lixo comum e estes resíduos serão processados em conjunto com os resíduos orgânicos;
- a Biblioteca, o Centro de Recursos e a Cantina/Bar terão a sua lotação máxima permitida reduzida e com informação de lotação à porta;
- em todos os serviços complementares os lugares sentados, passíveis de serem ocupados, estarão devidamente assinalados;
- nas salas de aulas será garantida uma maximização do espaço entre alunos e alunos/docentes, por forma a garantir o distanciamento físico de 1,5 a 2 metros. Para tal as mesas serão dispostas o mais possível junto das paredes e janelas, de acordo com a estrutura física das salas de aula. As mesas estarão dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros.



## Medidas a adotar em Caso Suspeito

Sempre que um aluno, docente ou funcionário apresente sintomas relacionados com o COVID-19 deverá ser contactado a Secretaria que indicará um(a) acompanhante. O/A Aluno e acompanhante devem manter a distância preferencial de 2 metro entre ambos, a não ser que as circunstâncias imponham outro comportamento;

O doente e o acompanhante, devidamente protegidos, seguem para a Sala de Isolamento (Sala 6), enquanto aguardam a validação da situação clínica e eventual transporte em viatura própria. Esta sala está devidamente identificada, tem ventilação natural, revestimento lavável, kit com água e serão disponibilizados alguns alimentos, terá também contentor de resíduos, toalhetes de papel e solução antisséptica de base alcoólica com doseador.

A Secretaria informa telefonicamente o Encarregado de Educação do aluno e, por e-mail, a Direção, Direção Pedagógica e Direção Financeira da COPEFAP.

Usando as proteções adequadas (máscara cirúrgica), o aluno aguarda na Sala de Isolamento a chegada do Encarregado de Educação. Sempre que a máscara estiver húmida ou revele outras condições que possam comprometer a sua eficácia, deverá ser substituída;

O Encarregado de Educação dirige-se à Secretaria e é acompanhado até à Sala de Isolamento, por alguém capacitado para tal;

Uma vez na Sala de Isolamento, o Encarregado de Educação telefona para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem transmitidas: no caso de se confirmarem as suspeitas, o aluno e Encarregado de Educação devem sair em viatura própria. No entanto e caso seja necessário a ambulância do INEM, deverão dar como indicação de entrada e saída a morada Largo Bulhão Pato 56, Quinta da Torre - Monte de Caparica, Almada;

O funcionário que acompanhou informa a Secretaria da saída do aluno e esta, por sua vez, informa, via e-mail, a Direção.

A Direção deverá informar da ocorrência a Autoridade de Saúde local e procurará recolher desta, instruções para planear os próximos passos face aos impactos negativos na vida da comunidade escolar.

A limpeza e desinfecção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento usada serão reforçadas.

Os resíduos produzidos pelo caso suspeito deverão ser acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.

No caso de ser um Professor ou Funcionário, mantêm-se os procedimentos anteriores excetuando:

- próprio telefona para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as indicações que lhe forem transmitidas;
- próprio informa telefonicamente a Direção das indicações recebidas pela Linha Saúde 24;
- no caso de ter recebido indicações para se ausentar da EPED, informa telefonicamente o seu superior e desloca-se em transporte próprio. No entanto e caso seja necessário, deverão dar como indicação de entrada e saída ao INEM a morada Largo Bulhão Pato 56, Quinta da Torre - Monte de Caparica, Almada;
- a Direção informa via e-mail o médico da Medicina do Trabalho responsável pela vigilância de saúde da EPED;
- o funcionário ou acompanhante informa a Secretaria da sua saída e esta, por sua vez, informa, via e-mail, a Direção.

A pessoa afetada (funcionário ou aluno) não pode frequentar a escola até que testem negativo para o Covid-19. O regresso deve ser acompanhado de declaração médica para o efeito. No caso de se tratar de um trabalhador, este deverá ser recebido pelo médico do trabalho e ser preenchido o questionário pela Medicina no Trabalho, segundo Orientação Técnica MT-2020.04.29-Regresso-v4-Final da Ordem dos Médicos / Colégio da Especialidade.

## Cadeia de Gestão

A gestão da situação de pandemia depende das decisões e das ações levadas à prática em cada momento, reservando-se a Direção, Direção Pedagógica e Direção Financeira, a coordenação de outras ações, conforme a evolução da situação o requeira.

## Gabinete de Gestão da COVID-19

Tem como membros permanentes a Direção, a Direção Pedagógica e a Direção Financeira e o prestador de Medicina no Trabalho.

É coordenado pelo Diretor e tem como competências:

- decidir sobre a gestão estratégica face ao evoluir da situação;
- coordenar as atuações ao nível global;
- obter e consolidar a informação das áreas operacionais;
- designar uma equipa de “acompanhamento e aconselhamento” no âmbito do gabinete de gestão da COVID-19 para atualização de informação, reforço de práticas profiláticas e formação de alunos, professores e funcionários;
- gerir o processo de comunicação interna, com os respetivos colaboradores e alunos, bem como a comunicação externa com os pais, prestadores de serviços, fornecedores, de acordo com as linhas de orientação definidas;
- informar/notificar as entidades regionais de saúde, sempre que se julgue necessário e de acordo com os procedimentos definidos pelas mesmas;
- identificar a necessidade de garantir previamente determinados equipamentos de proteção contra a propagação da COVID-19.

## Ações a realizar

- divulgação do Plano de Contingência
- sensibilização de Alunos, Docentes e Funcionários através dos documentos disponibilizados pela DGS
- divulgação das comunicações das entidades competentes
- afixação de cartazes relativos ao COVID-19 e às medidas de proteção;
- disponibilização de produtos e equipamentos de desinfeção higiénica de mãos para as diferentes áreas e locais estratégicos da EPED;
- garantia de Sala de Isolamento devidamente higienizada e equipada;
- garantia de formação aos funcionários.

## Avaliação e Atualização

O presente plano de contingência será periodicamente avaliado e atualizado segundo as indicações da Direção Geral de Saúde.

## Medidas Complementares para a Cantina/Bar

### Procedimentos obrigatórios:

- entrada pela porta juntos dos cacifos e saída junto do balcão;
- desinfeção das mãos com álcool gel obrigatória;
- seguir e respeitar o circuito marcado no pavimento e portas.

### Procedimentos obrigatórios para funcionários:

- proibido o uso de adereços (brincos, fios, etc.);
- uso de máscara e demais EPIs exclusivos para desempenho de funções e distintos dos usados no exterior da EPED;
- antes de iniciar os trabalhos, cada operador lava as mãos com água e sabão até ao cotovelo;
- a limpeza do balneário será feita no final do dia, com uso de luvas e avental descartável que deverão ser descartados no final da limpeza.

### Receção de Mercadorias dos Fornecedores:

- os fornecedores descarregarão as paletes para o espaço de receção de mercadorias;
- o funcionário que receber as mercadorias deverá devidamente equipados e procederá à pulverização das paletes com um dispersor fornecido para este efeito. Todas as embalagens serão desinfetadas, pelo mesmo processo, antes de serem armazenadas na despensa;
- no final desta operação o funcionário lava as mãos com água e sabão até ao cotovelo.

### Funcionamento da Cantina/Bar:

- os funcionários junto da linha de self-service terão de usar máscara e viseira;
- o funcionamento da linha de self-service está encerrado e todo o tabuleiro será preparado no interior da linha;
- os dispensadores de água irão estar no interior da linha, operados pelos funcionários que estarão a servir as refeições. Serão estes a disponibilizar a água;
- em caso de repetição, quer de bebida quer de comida, irão ser disponibilizados um outro copo, outro prato.

### Desinfeção da Cantina:

Após intervalos, hora da refeição e encerramento será feito um arejamento do espaço, seguido de higienização e desinfeção com recurso a produtos adequados ao espaço.



## Contactos das Entidades Locais

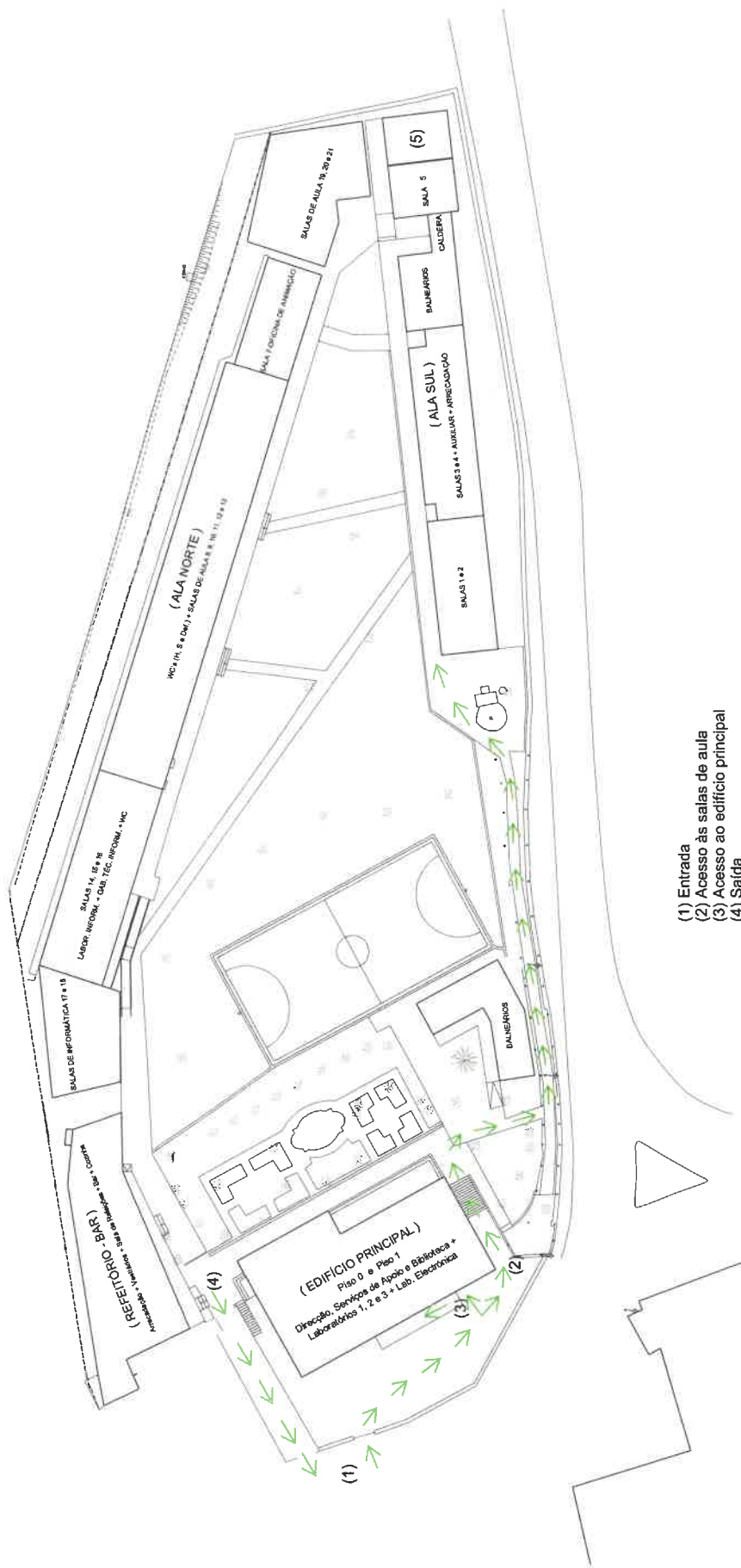
SNS 24  
808 24 24 24

USP Almada-Seixal  
Av. Rainha D. Leonor, nº 2 - 4º  
2809-010 Almada  
Horário de: 2ª a 6ª feira: 09:00 às 17:00  
212728820  
966522092  
[usp.almadaseixal@arslvt.min-saude.pt](mailto:usp.almadaseixal@arslvt.min-saude.pt)

Junta da União das Freguesias de Caparica e Trafaria  
Largo da Torre - Monte de Caparica  
2829-503 Caparica  
212 954 688 / 212 950 153

Segurança Social  
300 502 502

Proteção Civil Almada  
R. Lusiadas 1  
Almada  
212 946 578



- (1) Entrada
- (2) Acesso às salas de aula
- (3) Acesso ao edifício principal
- (4) Saída
- (5) Sala de isolamento

Nota: Nos trajetos não marcados, a circulação deve ser feita pela direita mantendo o distanciamento físico.