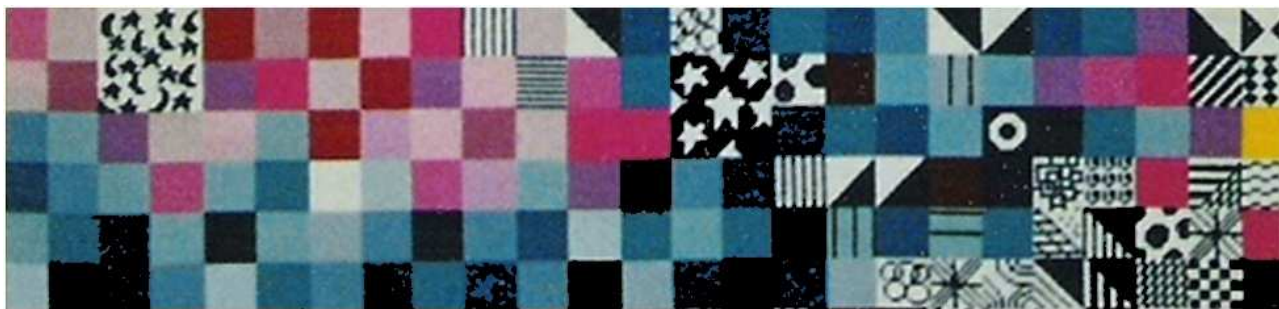


## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)



*"Semeando Estrelas e Plantando Luas"*

# PLANO DE CONTINGÊNCIA - COVID-19

## Março de 2020

## **Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto**

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### **1. Enquadramento**

- A. Plano de Contingência
- B. Coordenação do plano e das ações
- C. O que é o Corona Vírus-Covid--19
- D. Transmissão
- E. Principais sintomas
- F. Período de incubação

### **2. Prevenção da infeção**

- A. Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a toda a comunidade educativa (Anoxos)
- B. Regresso de deslocações ao estrangeiro
- C. Medidas de prevenção diária
- D. Reforço de medidas de limpeza nas instalações escolares, especialmente em locais onde se verifica maior afluxo e/ou concentração de alunos e professores

### **3. Procedimento em caso de suspeita de infeção**

- A. Caso suspeito
- B. Procedimentos em caso suspeito

### **4. Procedimento na situação de Caso Suspeito Validado:**

### **5. Procedimento de vigilância de contactos próximos**

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### 1. Enquadramento

#### A. Plano de Contingência

No seguimento das recomendações da Direção-Geral de Saúde, e considerando a necessidade de proteger toda a comunidade educativa, face a um eventual surto de COVID-19, foi elaborado o presente Plano de Contingência que constitui um instrumento de orientação para a adoção de medidas de contenção à propagação generalizada da doença e para a gestão de meios e ações de resposta ao aparecimento de casos suspeitos de infeção.

O plano será revisto e atualizado sempre que se verificar necessidade, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes ou de alteração no cenário de propagação da doença e impactos na comunidade.

#### B. Coordenação do plano e das ações

a) A coordenação do plano de contingência é responsabilidade da Dra. Cármen Rocha, presidente da CAP do AEAN e nos seus impedimentos o Dr. José António, Vice-Presidente da CAP que poderão ser contactados através dos números 225 096 771 e 225 097 661..

A Coordenadora é coadjuvada por uma Equipa de Coordenação constituída pelas Coordenadoras de Estabelecimento das EB 1/JI de S. João de Deus, professora Armada Maia, EB de Montebello, professora Ana Paula Pereira, EB de Monte Aventino, professora Marília Fernandes EB Antas, professora Isabel Petiz, EB 2,3 Nicolau Nasoni, Marina Oliveira, EB da Areosa, professora Isabel Lobo, Coordenadora do PES, professora Manuela Araújo e professora Fátima Nogueira, vogal da CAP.

b) Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser prontamente comunicada à coordenadora que fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde, Direção- Geral da Saúde, Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares) e com os encarregados de educação.

c) Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte de qualquer membro da comunidade educativa deverá ser esclarecida junto do coordenador ou da equipa de coordenação.

#### C. O que é o Corona Vírus-Covid--19

Os coronavírus são uma família de vírus que podem causar infecções no ser humano, do qual faz parte o COVID-19, uma estirpe não conhecida anteriormente nos seres humanos. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

#### D. Transmissão

*Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:*

– *Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);*

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

– *Pelo contacto direto com secreções infecciosas;*

– *Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).*

*[...] 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.*

### E. Principais sintomas

*Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:*

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

### F. Período de incubação

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados)

## 2. Prevenção da infeção

**A. Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a toda a comunidade educativa (Anexos 1, 2, 3, 4, 5, 6 e 7).**

**B. Regresso de deslocações ao estrangeiro**

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contacto físico.

Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

**C Medidas de prevenção diária para todos os membros da comunidade educativa e visitantes das escolas**

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

. Serão canceladas/suspensas todas as atividades que implicam encontros de mais de uma turma, nomeadamente: viagens, visitas de estudo, conferências, seminários.

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;

. Adotar os seguintes procedimentos de conduta social: alterar a frequência e/ou a forma de contacto; evitar o aperto de mão, saudação com beijos e os contactos mais íntimos;

. Não entrar no espaço escolar se tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória

### **D. Reforço de medidas de limpeza nas instalações escolares, especialmente em locais onde se verifica maior afluxo e/ou concentração de alunos e professores;**

1) Aquisição de equipamentos, produtos de higiene e desinfeção e kit`s de proteção individual.

2) Preparação de uma sala de isolamento em todas as escolas do Agrupamento, com o objetivo evitar ou restringir o contacto direto com quem apresente os sintomas acima descritos:

- E EB 1/JI de S. João de Deus - Gabinete de Psicologia;
- EB de Montebello - Gabinete Médico;
- EB de Monte Aventino - Sala de R/C, junto à porta principal;
- EB Antas – Gabinete médico;
- EB 2,3 Nicolau Nasoni – sala 9;
- EB da Areosa – Gabinete médico;
- ESAN – T0.

## **3. Procedimento em caso de suspeita de infeção**

### **A. Caso suspeito**

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre, tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### B. Procedimentos em caso suspeito

1) Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência e tratando-se de um aluno será contactado o seu Encarregado de Educação.

2) Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de “isolamento”.

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos e uso de máscara.

2) Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

4) O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

5) Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;

- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

### 6) Desta validação o resultado poderá ser:

1. 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.

2. Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

**A Presidente da CAP informa de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.**

## 4. Procedimento na situação de Caso Suspeito Validado

A escola deve:

1) Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;

2) Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;

3) Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

4) Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 microns) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

### 5. Procedimento de 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 expectoração, 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.

# Número do SNS 24: 808 24 24 24

## **Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto**

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### **Anexo 1**

#### **Plano de contingência**

##### **AVISO nº 14**

##### **(Ler - SALA DE AULA)**

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

#### **TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO**

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).

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, no nariz ou olhos de pessoas que estão próximas e ainda através do 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).

#### **PERÍODO DE INCUBAÇÃO**

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

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

#### **PRINCIPAIS SINTOMAS**

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

#### **MEDIDAS DE PREVENÇÃO DIÁRIA**



## **Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto**

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

## **Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto**

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### **Anexo 2**

#### **Plano de contingência**

##### **AVISO nº 14-A**

##### **(SALA DOS PROFESSORES)**

#### **CASO SUSPEITO**

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

#### **PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO**

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de “isolamento”.

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou o acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso de suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio Médico (LAM) da DGS, para validação da suspeição.

#### **PROCEDIMENTO DE 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 do COVID-19.

O contacto próximo com o caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### 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 expectoração, 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.

## **Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto**

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### **Anexo 3**

## **Plano de contingência**

### **AVISO nº 14-B**

#### **CASO SUSPEITO**

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

#### **PROCEDIMENTOS EM CASO SUSPEITO**

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de “isolamento”.

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou o acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso de suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta A Linha de Apoio Médico (LAM) da DGS, para validação da suspeição.

#### **PROCEDIMENTO DE 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 do COVID-19.

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tels.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

O contacto próximo com o 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 expectoração, 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.

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### Anexo 4

# 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

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto




Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### Anexo 5

**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	Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool	Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória
When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm	Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution	Avoid close contact with people suffering from respiratory infections
咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或者手臂掩住嘴巴和鼻子	经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手	避免与有呼吸道感染的患者密切接触

## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### Anexo 6

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



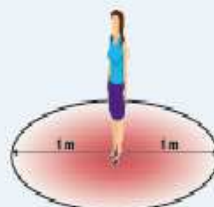
Quando espirrar ou tossir  
tape o nariz e a boca com  
o braço ou com lenço  
de papel que deverá ser  
colocado imediatamente  
no lixo

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



## Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Telfs.: 225096771/225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: [www.ae-anobre.pt](http://www.ae-anobre.pt)

### Anexo 7

# 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**