

ADENDA

AO

PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID – 19 (Coronavírus)

IPB – Instituto Profissional da Bairrada
Setembro 2020

Conteúdo

Enquadramento	3
Revisão ao Plano de Contingência.....	3
1. Entrada.....	3
2. Horários.....	4
3. Intervalos.....	4
4. Salas de Aula e Oficinas.....	4
5. Reuniões.....	5
6. Área de Isolamento.....	5
7. Caso Suspeito.....	5
8. A Comunicação interna.....	6
9. Higienização	6
ANEXO 1: Lista de Contactos Úteis	7
ANEXO 2: Fluxo de atuação perante caso suspeito de COVID-19.....	8
ANEXO 3: Lavagem das mãos	10
ANEXO 4: Medidas de etiqueta respiratória.....	11
ANEXO 6: Plano de Higienização	13

Enquadramento

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta) e dores musculares generalizadas.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

A COVID-19 foi considerada uma Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. De acordo com a evolução epidemiológica foram comunicadas um conjunto de medidas de prevenção para o novo ano letivo de 2020/2021, tendo em vista a segurança dos alunos e dos colaboradores, com base na Orientação nº 006/2020 e nº 024/2020 de 20/07/2020 da DGS (Direção Geral de Saúde), na informação disponibilizada pela DGEsTE, pelas Forças Armadas "Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar no contexto da pandemia COVID-19" e pelo "Referencial para as escolas – Controlo da transmissão de COVID-19 em contexto escolar" do SNS e DGS.

Revisão ao Plano de Contingência

Após revermos o plano de contingência, o IPB implementa as novas medidas seguintes:

1. Entrada

- Nenhum elemento da comunidade escolar deve deslocar-se ao IPB se estiver perante algum sintoma, tal como febre (>38°C), tosse ou dificuldade respiratória;
- É obrigatório o uso de máscara à entrada e em qualquer espaço no interior e exterior do IPB;
- É obrigatório desinfetar as mãos à entrada e à saída, usando solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- É feita a verificação da temperatura corporal à entrada do IPB;
- Devem manter o distanciamento físico de segurança.

2. Horários

- O horário das aulas será entre as 9h00 e as 18h00, com intervalos de 10 minutos;
- O horário de almoço será entre as 12h20 e as 14h40. A cantina será utilizada por apenas uma turma a cada 20 minutos.

3. Intervalos

- São definidas zonas e circuitos para cada turma;
- Utilização obrigatória de máscara, exceto no período da refeição;
- É proibido fumar dentro do recinto do IPB;
- É obrigatória a desinfeção das mãos antes e após o uso da máquina de café e de snacks;
- É obrigatória a desinfeção das mãos à entrada e saída da cantina e o distanciamento físico de 2 metros;
- Todos os elementos da comunidade escolar devem manter o distanciamento físico de segurança.

4. Salas de Aula e Oficinas

- Em cada sala de aula e oficina estão acessíveis dispensadores com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para desinfeção das mãos, obrigatória à entrada e saída;
- Em cada sala de aula e oficina são disponibilizadas soluções desinfetantes e rolos de papel para limpeza das mesas e cadeiras após utilização;
- Utilização obrigatória de máscara;
- Durante as aulas, os alunos devem manter-se dentro da sala ou oficina, a não ser para ir à casa de banho mantendo os procedimentos de higienização e distanciamento físico de segurança;
- As portas das salas e oficinas devem permanecer abertas, de modo a minimizar o contacto de superfícies;
- As portas e janelas das salas e oficinas devem manter-se, sempre que possível, abertas de modo a facilitar a renovação natural do ar;
- Os estores, janelas e portas apenas devem ser manuseados pelo docente;
- As aulas de cada turma serão, sempre que possível, na mesma sala de aula ou oficina;

- Nas salas e oficinas, sempre que possível, devem ser mantidas as medidas de distanciamento físico de segurança;
- Dentro da sala de aula, a disposição dos alunos deverá ser sempre a mesma, não havendo troca de lugares.

5. Reuniões

- As reuniões ou eventos com um número alargado de pessoas serão suspensas;
- As reuniões com os encarregados de educação, será feito preferencialmente via digital ou telefónica. As reuniões presenciais serão individuais ou em pequenos grupos, respeitando as regras de higiene e distanciamento físico de segurança.

6. Área de Isolamento

- A sala de isolamento encontra-se identificada no Piso 1, Sala 6, cujo circuito deve ser feito através das escadas internas de acesso ao Piso 1 e contornar à direita para a sala identificada.

7. Caso Suspeito

- Para um colaborador e aluno que apresente sintomas e esteja nas instalações do IPB deve dirigir-se à sala de isolamento e seguir os procedimentos gerais definidos no plano de contingência.

1. Ativação do Plano de Contingência

2. Encaminhamento do aluno, por uma pessoa dos Serviços Administrativos até à sala de isolamento.
Um adulto dirige-se sozinho à sala de isolamento.

3. A docente Dina Pires faz o contacto com o Encarregado de Educação.

4. Contacto com o SNS 24 ou outras linhas pelo Encarregado de Educação ou adulto, presente na sala de isolamento.

5. Contacto com a **Autoridade de Saúde Local.**

6. Autoridade de Saúde faz a investigação epidemiológica.

7. Implementação de medidas.

8. A Comunicação interna

- Será feita usando como referência a seguinte lista de canais/suportes:

- Intranet;
- E-mail ;
- Telefone/SMS;
- Site;
- Folhetos e Cartazes.

9. Higienização

- A higienização completa das salas e espaços comuns, antes da abertura de portas e logo após o final de cada aula, através de nebulização e de desinfetante apropriado;
- A limpeza e desinfeção periódica das superfícies com utilização mais frequente (ex: cadeiras, mesas, bancadas, interruptores de luz, puxadores, manípulos, corrimões, etc.);
- Ventilação dos espaços mais utilizados.

ANEXO 1: Lista de Contactos Úteis

LINHA SNS24

808 24 24 24

CENTRO DE SAÚDE DE OLIVEIRA DO BAIRRO

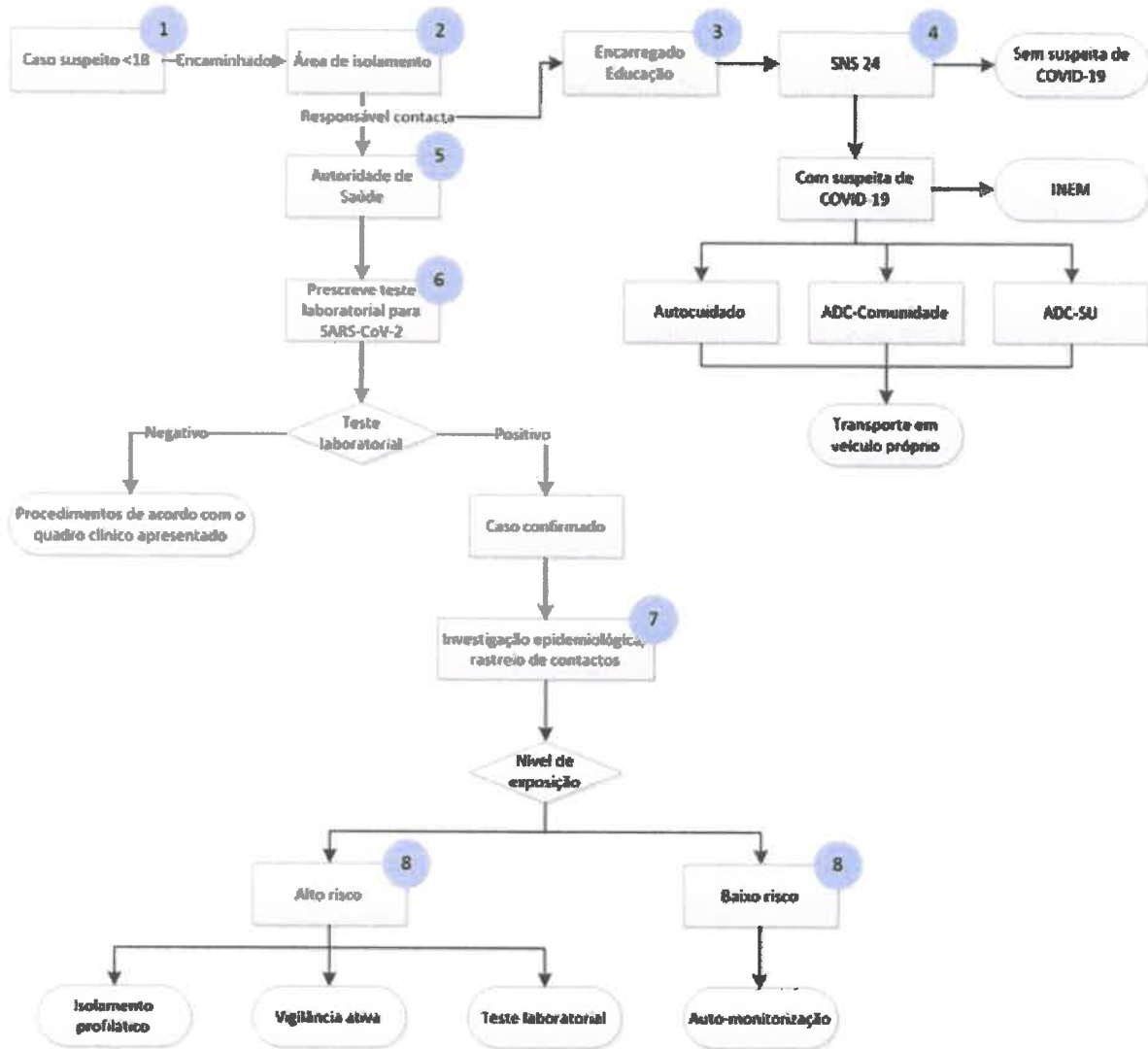
234 730 430

INSTITUTO PROFISSIONAL DA BARRADA

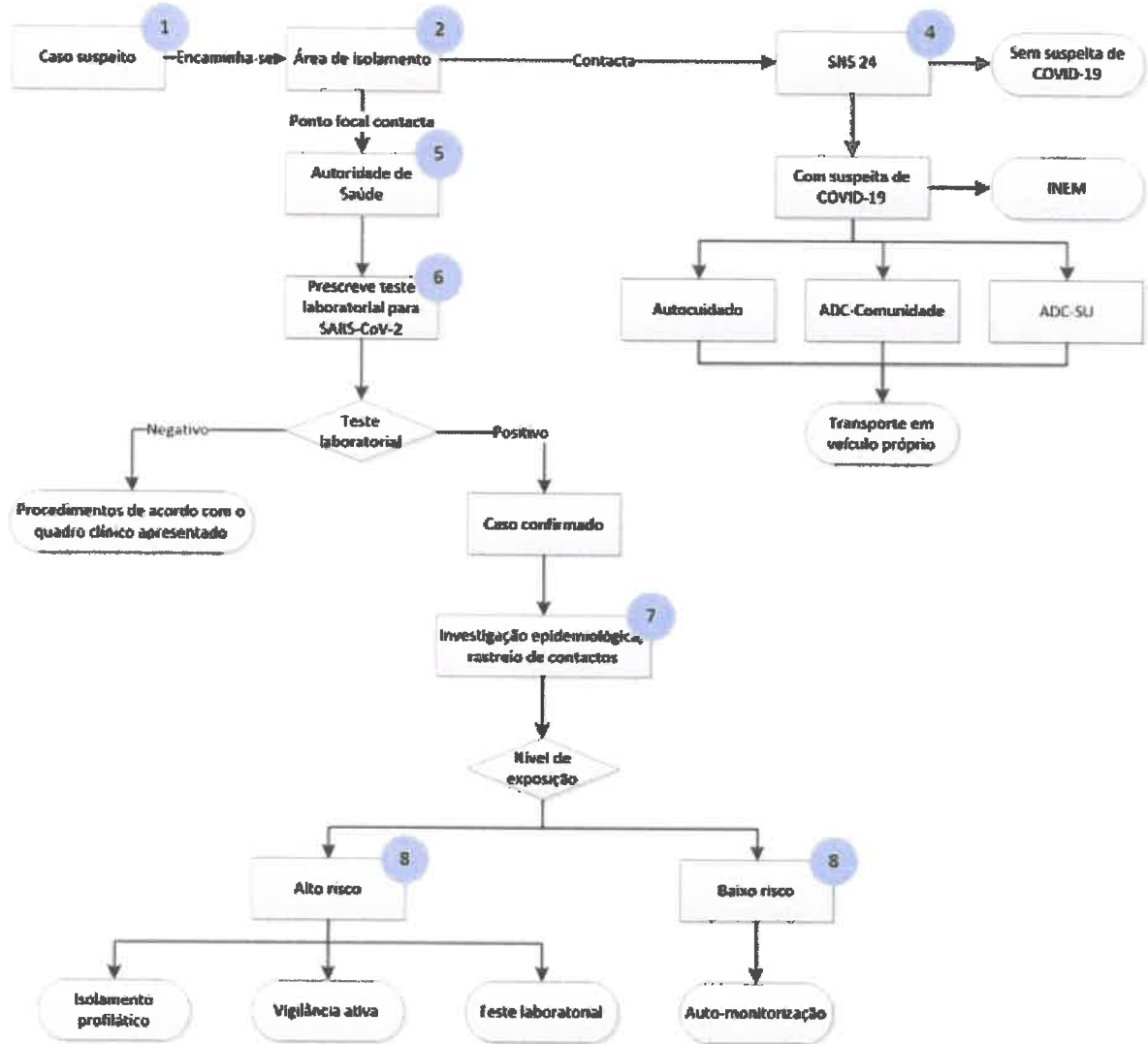
234 085 027

ANEXO 2: Fluxo de atuação perante caso suspeito de COVID-19

a) Menor de idade




b) Adulto

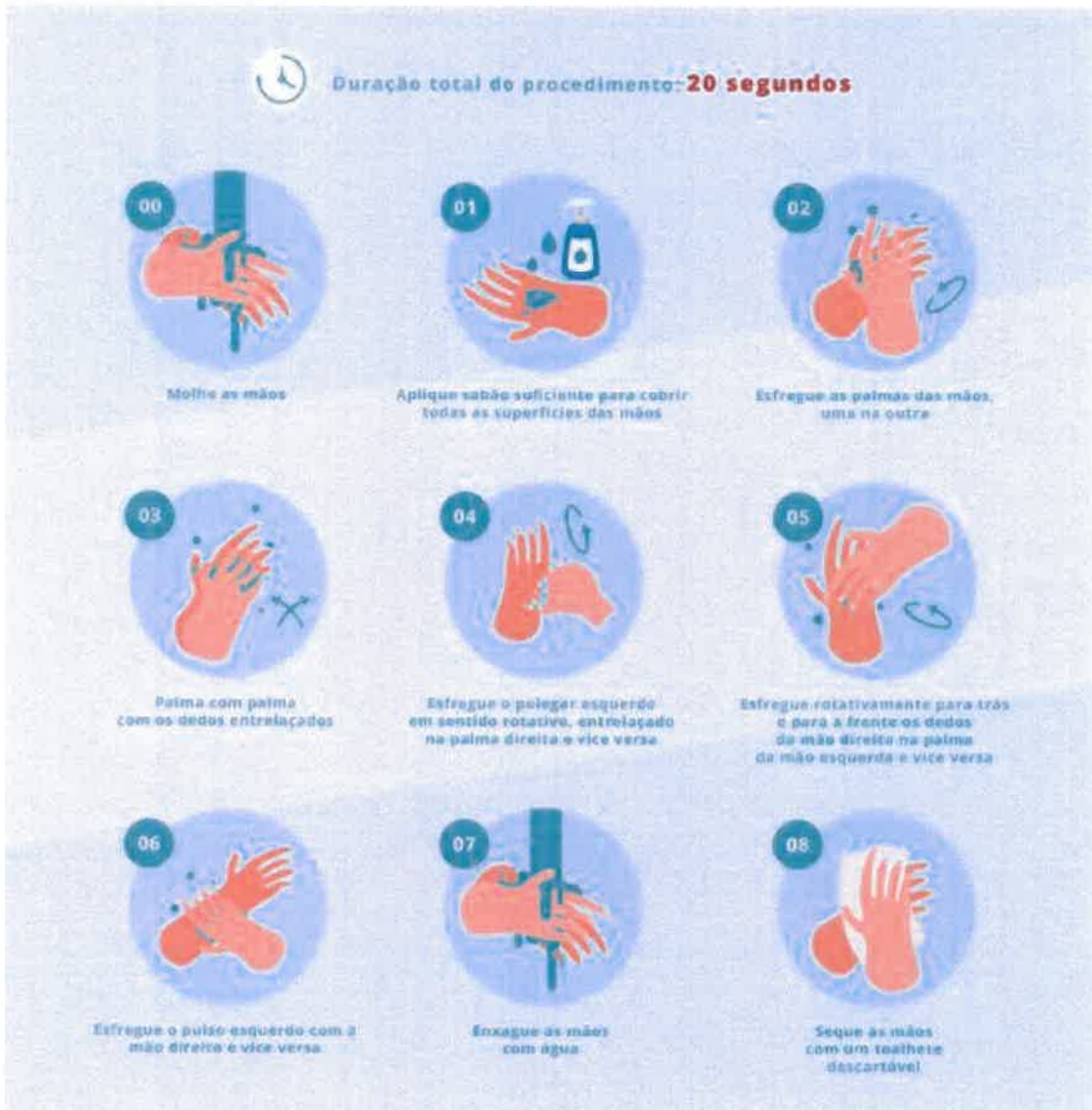


ANEXO 3: Lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

 **Duração total do procedimento: 20 segundos**



- 00 Molhe as mãos
- 01 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
- 02 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- 03 Palma com palma com os dedos entrelaçados
- 04 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- 05 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa
- 06 Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa
- 07 Enxague as mãos com água
- 08 Seque as mãos com um toalhete descartável

ANEXO 4: Medidas de etiqueta respiratória

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

ANEXO 5: Correta utilização das máscaras

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1^o **LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR** 
- 2^o **VER A POSIÇÃO CORRETA**
Face interna (branca) virada para a cara e face externa (cor) virada para fora; a parte ajustável com arame corresponde à extremidade superior. 
- 3^o **COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS** 
- 4^o **AJUSTAR AO ROSTO**
Do nariz até abaixo do queixo 
- 5^o **NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS** 

DURANTE O USO

- 1^o **TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA** 
- 2^o **NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR** 
- 3^o **NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA**
Se o fizer, lavar as mãos de seguida 

COMO REMOVER

- 1^o **LAVAR AS MÃOS** 
- 2^o **RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS** 
- 3^o **DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA** 
- 4^o **LAVAR AS MÃOS** 

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

- Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco
- Se a máscara tiver um filtro descartável, deve ser removido e descartado
- Lavar a máscara após cada utilização:
 - pode ser à mão ou à máquina, pelo menos a 60°C durante 30 minutos ou a 90°C durante 10 minutos
 - não usar lixívia
- Deve estar completamente seca antes de uma nova utilização
- As máscaras certificadas são acompanhadas por recomendações do fabricante. Deve-se respeitar:
 - as condições para uma adequada lavagem e secagem;
 - o número máximo de utilizações,

#SEJAUMAGENTEDESALUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
@UMCONSELHODADGS



ANEXO 6: Plano de Higieneização

Espaço a higienizar	Produto	Material	Método	Frequência
Salas de Aulas				
- Mesas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
Oficinas				
- Mesas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
- Materiais	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	A cada utilização
- Máquinas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	A cada utilização

Espaço a higienizar	Produto	Material	Método	Frequência
Cantina				
- Mesas e cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes
- Tabuleiros	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Bancadas	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Várias vezes
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Diária
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Diária
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
Instalações Sanitárias				
- WC's	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona, Toalhetes de papel, Panos de fibra, Escovilhão	Passar pelo pavimento. Passar pelas superfícies.	4 vezes ao dia
- Torneiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	4 vezes ao dia
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	4 vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	4 vezes ao dia
Entrada e Corredor				
- Balcão da receção	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Várias vezes ao dia
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
- Máquina de Café e Snacks	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Várias vezes ao dia
- Botões de elevadores	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Várias vezes ao dia

Espaço a higienizar	Produto	Material	Método	Frequência
Sala dos Professores				
- Mesas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Impressoras	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Diária
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
- Telefones	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Várias vezes ao dia
Sala do Diretor				
- Mesas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Impressoras	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Diária
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
- Telefones	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Várias vezes ao dia

Espaço a higienizar	Produto	Material	Método	Frequência
Piso 1				
- Salas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelo pavimento. Passar pelas superfícies.	A cada utilização
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
Cave				
- Salas	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona. Toalhetes de papel	Passar pelo pavimento. Passar pelas superfícies.	A cada utilização
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária
Secretaria				
- Mesas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto e desinfetadas	Várias vezes ao dia
- Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos laváveis de microfibras/ Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
- Impressoras	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Diária
- Telefones	Solução detergente/desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	Várias vezes ao dia
- Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Diária

MAPA DE LIMPEZA

Mês:

2020

Dia	HORA	Assinatura	HORA	Assinatura	HORA	Assinatura	HORA	Assinatura

MAPA DE LIMPEZA

Designação do Espaço:

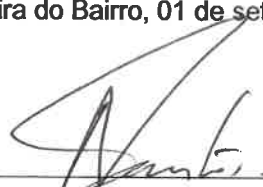
Sala

Piso: 0

DATA	HORA	OPERAÇÃO		COLABORADOR(A)
		<input type="checkbox"/> Lavar Chão <input type="checkbox"/> Limpar Quadro <input type="checkbox"/> Limpar Vidros <input type="checkbox"/> Recolher Lixo	<input type="checkbox"/> Limpar mesas <input type="checkbox"/> Limpar Cadeiras <input type="checkbox"/> Limpar Porta <input type="checkbox"/> Organizar Sala	Obs.
		<input type="checkbox"/> Lavar Chão <input type="checkbox"/> Limpar Quadro <input type="checkbox"/> Limpar Vidros <input type="checkbox"/> Recolher Lixo	<input type="checkbox"/> Limpar mesas <input type="checkbox"/> Limpar Cadeiras <input type="checkbox"/> Limpar Porta <input type="checkbox"/> Organizar Sala	Obs.
		<input type="checkbox"/> Lavar Chão <input type="checkbox"/> Limpar Quadro <input type="checkbox"/> Limpar Vidros <input type="checkbox"/> Recolher Lixo	<input type="checkbox"/> Limpar mesas <input type="checkbox"/> Limpar Cadeiras <input type="checkbox"/> Limpar Porta <input type="checkbox"/> Organizar Sala	Obs.

A EVOLUÇÃO DA SITUAÇÃO PODE SER ACOMPANHADA EM WWW.DGS.PT

Oliveira do Bairro, 01 de setembro de 2020



Nuno Miguel Martins dos Santos

Diretor do IPB – Instituto Profissional da Bairrada