

1. ENQUADRAMENTO

Na atual situação relacionada com a COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinaram, a todos os serviços ou estabelecimentos, a elaboração de planos de contingência que minimizem o risco de contágio e permitam o bom funcionamento das atividades essenciais.

A Direção-Geral de Saúde (DGS) emitiu um conjunto de informações e orientações, das quais destacou a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, que serão atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

Este documento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por **plano de contingência**, teve em consideração a estrutura proposta pela DGAEP, que definiu um conjunto de orientações que permitiu a preparação e adequação da resposta da nossa escola – **Instituto Britânico de Braga**, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes trabalhadores, não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade.

A aplicação das medidas previstas neste plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

1.1. Explicitação do que é o corona vírus, Covid-19?

A corona vírus 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. 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 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 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).

1.2. Principais sintomas

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

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

1.3. Período de incubação e formas de manifestação

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 um 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. PLANO DE CONTINGÊNCIA

O plano de contingência irá responder às seguintes questões:

- I. Quais os efeitos que a infeção de alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes pode causar na escola?
- II. O que se deve preparar para fazer face a um possível caso de infeção?
- III. O que fazer numa situação em que existe um aluno, docente, trabalhador não docente ou visitante suspeitos de infeção?

2.1. Identificação dos efeitos que a infeção de trabalhadores pode causar no serviço da entidade

Para que se evite o contágio e probabilidade de infeção por corona vírus, a direção da escola decidiu, segundo recomendações da DGS, adotar procedimentos preventivos, que se listam:

- Todos os trabalhadores do **Instituto Britânico de Braga**, antes do início do ano letivo, foram testados e deram negativo à Covid -19;
- Dispondo a nossa escola de dois acessos: um pelas traseiras do edifício, e outro pela Rua Conselheiro Januário, que serão, exclusivamente, a entrada e a saída, respetivamente; Assim:
- Os acessos ao **Instituto Britânico de Braga** foram divididas em ENTRADA e SAÍDA. Sendo a entrada agora realizada pela parte traseira do recinto (junto ao parque de estacionamento) e a saída pelo lado da Rua Conselheiro Januário. Havendo apenas um sentido dentro do recinto de forma a evitar os cruzamentos pedonais;
- Na entrada e saída do **Instituto Britânico de Braga**, estarão dispensadores de desinfetante, sendo obrigatório desinfetar as mãos nestes acessos, tanto à entrada como à saída do edifício.
- O uso de máscara é obrigatório a partir do momento em que se entra na escola;
- Como referido, os percursos interiores foram desenhados de forma a que os alunos não se cruzem. Para tal, todos os percursos recomendáveis, estão assinalados com setas que devem ser cumpridos pelos docentes, alunos e outros colaboradores do Instituto Britânico de Braga;
- Os pais dos alunos menores, só poderão entrar na escola em duas situações: a) para acesso à secretaria, para resolução de qualquer assunto inadiável, sendo este precedido de uma marcação com os respetivos serviços; b) para reunião com o professor do aluno (quando menor) que obriga a um agendamento prévio;
- Foi preparada uma sala devidamente identificada – Sala 13, que servirá de área de “isolamento”, no caso de eventuais suspeitas de que alguém poderá ter contraído a doença de Covid-19 e conforme recomendado pela DGS;
- Os horários das nossas aulas foram preparados para haver desfasamento entre elas, de forma a garantir um reduzido número de alunos a entrar e a sair do edifício, simultaneamente;

- Em todas as nossas salas de aula será garantido o distanciamento de um metro entre alunos, de forma a que, na maior parte das atividades, seja maximizado o distanciamento entre as mesmas, sem comprometer o normal funcionamento das atividades;
- Depois de entrar na sala de aula, os alunos devem respeitar as indicações dos professores, sobre procedimentos de desinfeção, se necessário;
- Uns minutos antes do final de cada aula, tomar-se-ão medidas necessárias para a desinfeção da sala. Cada aluno será responsável pelo seu lugar e deverá seguir as indicações do professor;
- Os alunos sairão e entrarão nas salas de aula, desocupando e ocupando, respetivamente, fila por fila sucessivamente;
- Recomendamos que, na necessidade de deslocação ao estrangeiro, num fim de semana, pelos nossos docentes, alunos ou demais colaboradores, apesar de não ter sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a estas deslocações, a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde;
- Os docentes, alunos, colaboradores 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;
- Os alunos poderão permanecer na nossa escola, em espaços vigiados como por ex: a zona da biblioteca, sempre que seja possível manter o distanciamento obrigatório;
- Todos os espaços não vigiados serão interditos à permanência de alunos.

2.2. Preparação do Instituto Britânico para fazer face a um potencial caso de infeção por Covid-19 dos seus trabalhadores

- Todos os nossos docentes e colaboradores, foram formados sobre esta corona vírus e formas de o prevenir, sendo que todos eles estarão assim devidamente preparados para encaminhar um caso suspeito;
- A sala de isolamento tem um colaborador, responsável pela mesma. Esta sala estará munida de materiais de primeiros socorros a um possível doente de Covid-19;
- Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, deverá informar a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, deverá dirigir-se para a área de “isolamento” referida. Já na área de “isolamento” o responsável contactará a linha SNS 24 (808 24 24 24) que por sua vez, analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.
- A colocação de uma área de “isolamento” visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade;

3. PROCEDIMENTOS NUM 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. Acusando estes sintomas, o aluno, docente ou colaborador deverá dirigir-se de imediato à sala de “isolamento”.

- Nas situações necessárias o responsável acompanha o aluno até à área de “isolamento”;
- Os percursos obrigatórios assinalados até à sala de “isolamento” deverão ser cumpridos, e aí o responsável deverá contactar a DGS, seguindo criteriosamente as suas recomendações;

4. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

- No caso de 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.
- O diretor da escola, informará de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado;
- A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. Esta, informará os resultados dos testes laboratoriais e:
 - Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção;
 - Se o caso for confirmado: a área de “isolamento” deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde. A escola deve ainda:
 - 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 micron) 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 AO CASO CONFIRMADO

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:

- “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.
- “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.

6. O INSTITUTO BRITÂNICO DE BRAGA RECOMENDA QUE SE GARANTAM AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO DIÁRIA

- 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;
- Recomenda-se a todos que possuam um *smartphone*, e que ainda não tenham instalado a App STAYAWAY COVID, o façam.

Recomenda-se ainda a leitura atenta das Orientações, Informações e Notas da DGS, a consultar na página da DGS disponível no link: <https://www.dgs.pt/> que vão sendo atualizadas sempre que exista evolução da situação.

A Direção do Instituto Britânico de Braga

