

Escola Secundária da Boa Nova e Projeto Educar para a Saúde

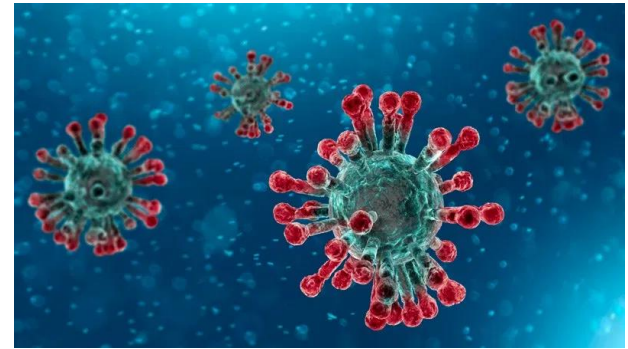
COVID-19

O que é

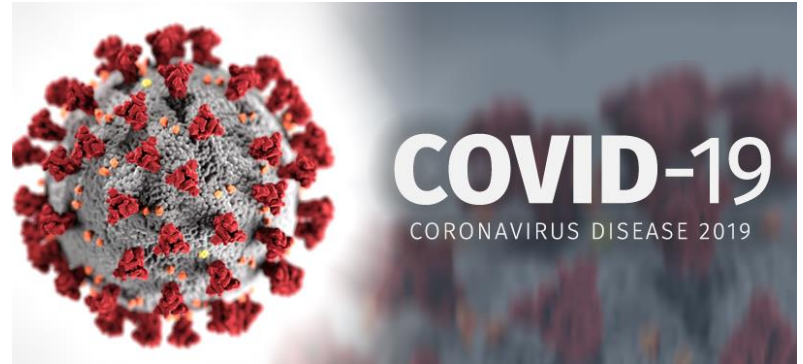
Sinais e sintomas

Medidas de prevenção

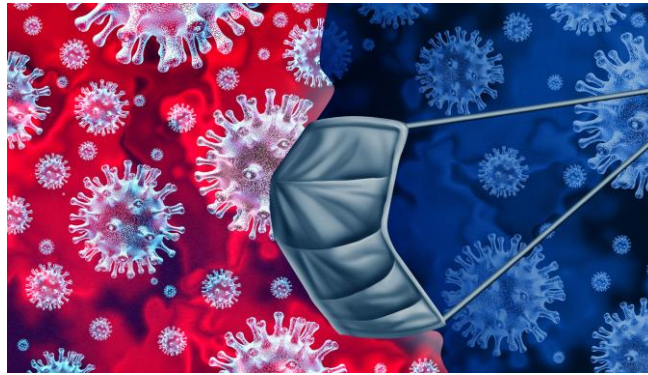
Plano de contingência



CORONAVÍRUS?



- Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infecção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave -Ex: pneumonia



- 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 infecção é, ainda, desconhecida.

SINAIS E SINTOMAS?



As pessoas infectadas podem apresentar sinais e sintomas de infecção 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.

Como se transmite?



A COVID-19 pode transmitir-se por:

- gotículas respiratórias
- contacto direto com secreções infetadas
- aerossóis em alguns procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo as nebulizações)

A COVID-19 pode transmitir-se de pessoa a pessoa?

Sim e poderá ocorrer pela proximidade a uma pessoa com COVID-19 através de:

- gotículas respiratórias – espalham-se quando a pessoa infetada tosse, espirra ou fala, podendo serem inaladas ou pousarem na boca, nariz ou olhos das pessoas que estão próximas
- contacto das mãos com uma superfície ou objeto infetado com o SARS-CoV-2 e se em seguida existir contacto com a boca, nariz ou olhos pode provocar infeção

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.

Assim deve-se:



- ☑-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 a 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.

Como lavar as mãos



1

Abra a torneira e molhe as mãos



2

Aplique sabonete na palma das mãos



3

Ensaboe ambas as palmas e esfregue-as



4

Friccione o dorso das mãos e os espaços entre os dedos



5

Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da outra, com movimentos de vaivém



6

Friccione os polegares com a ajuda da palma da mão



7

Esfregue a ponta dos dedos e das unhas contra a palma da mão oposta



8

Lave os punhos com movimentos circulares



9

Enxágue as mãos e evite contato direto com a torneira



10

Seque as mãos e os punhos com papel toalha

Medidas de prevenção / Serviço Informativo:

- O SNS 24 (**808 24 24 24**) tem disponíveis conteúdos informativos, validados pela Direção-Geral da Saúde e em coerência com as autoridades internacionais, para esclarecerem a população.
- Veja mais informações sobre prevenção da infeção por COVID-19 e todas as recomendações aos viajantes

Plano de contingência da Escola

Reforço de produtos de limpeza - sabão rosa e branco

Colocação de máscaras, luvas e termómetros na sala do projeto Educar para a Saúde

Reforço de estoque de sacos para lixo

Afixação dos cartazes enviados pela DGS

Reforço da manutenção, limpeza e desinfeção das instalações do Estabelecimento de ensino (salas de aulas, reuniões, balneários, instalações sanitárias, balcões dos bares.....)

Criação de uma sala para isolamento de pessoas com sintomas da doença. A sala estará equipada com lenços descartáveis, álcool para desinfeção, máscaras descartáveis, luvas, baldes de lixo, com saco plástico e tampa de acionamento manual, e termómetros.

Reforço da higienização dos espaços, materiais e equipamentos da sala de isolamento

Arejamento das salas de aula durante os intervalos (o professor será o responsável por deixar as janelas abertas durante os intervalos)

Medidas de prevenção e controlo - Situação de crise

Os alunos que apresentem sintomas (febre alta, tosse,...) serão encaminhados para a sala de isolamento.

Se em sala de aula, o professor solicita ao assistente operacional do bloco para acompanhar o aluno à sala de isolamento.

Se noutro recinto da Escola, um professor ou um assistente operacional encaminhará o aluno para a sala de isolamento.

Medidas a adotar na sala de isolamento:

Pedir ao aluno para colocar uma máscara;

O Assistente operacional coloca também a máscara e luvas. Verifica então a temperatura corporal do doente;

Contactar de seguida a linha de saúde 24 e seguir as recomendações emanadas;

Contactar o Encarregado de Educação;

A sala será utilizada só para este fim e será limpa e desinfetada regularmente e após cada utilização.

Os diretores de turma

Informam os alunos sobre o plano de contingência

Apresentam o Power point sobre a COVID-19

Enviam para os contactos dos alunos/ encarregados de educação as informações emanadas pela DGS