



# FUNDAÇÃO BENJAMIM DIAS COSTA

*educar para humanizar e empreender*



Aprovado por: |

|

## LISTA DE ABREVIATURAS

CODU - Centro de Orientação de Doentes Urgente

DGS – Direção Geral da Saúde

EPI – Equipamento de Proteção Individual

FBDC- Fundação Benjamim Dias Costa

INEM – Instituto Nacional de Emergência Médica

INSA - Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

LAM - Linha de Apoio ao Médico

PC – Plano de Contingência

SABA – Solução antisséptica de base alcoólica

SNS – Serviço Nacional de Saúde

USF - Unidades de saúde Familiar

UCSP – Unidades de Cuidados de Saúde Personalizados

Aprovado por: |

|

## ÍNDICE

Lista de Abreviaturas.....	I
Contactos Importantes:.....	III
1. Introdução.....	1
1.1. Informações sobre a COVID-19.....	2
1.1.1. Características de transmissão.....	2
1.1.2. Sinais e sintomas .....	2
1.1.3. Definição de caso suspeito .....	3
1.2. Como reduzir o risco de transmissão.....	3
1.3. Período de incubação.....	4
2. Medidas de isolamento e distanciamento social.....	5
3. Acompanhamento de indivíduos na sala de isolamento.....	7
4. Procedimentos a considerar:.....	8
4.1. Procedimento perante caso suspeito válido.....	8
4.2. Procedimento de vigilância de contactos Próximos .....	9
5. Equipamento de proteção individual.....	12
6. Organização Geral.....	13
7. Práticas pedagógicas.....	15
8. Código de conduta.....	17
9. Divulgação do Plano de Contingência .....	19
10. Organização do Ano Letivo 2020/2021, no âmbito da situação pandémica COVID- 19 .....	20
10.1. Procedimentos a ter em consideração na Creche: .....	20
10.2. Procedimentos a ter em consideração na Pré - Escolar: .....	22
10.3. Procedimentos a ter em consideração na CATL .....	24
11. Bibliografia.....	28
Anexos.....	30
Anexo I - Técnica de Higienização das mãos com Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão .....	30
Anexo II - Cartaz informativo sobre medidas de etiqueta respiratória.....	31
Anexo III – Cartaz Informativo de Como Colocar devidamente a Máscara Cirurgica .....	32
Anexo IV - Exemplo de disposição no espaço das cadeiras e mesas .....	33

Aprovado por: |

II

## CONTACTOS IMPORTANTES:

Em Caso de Suspeitas de COVID-19, por apresentar alguns sintomas, devem contactar a linha disponibilizada pelo SNS, tendo como complemento as linhas regionais de saúde que devem ser contactadas em caso de indisponibilidade da Saúde 24:

**SNS24: 808 24 24 24**

Caso algum aluno/utente da Fundação Benjamim Dias Costa apresente sintomas não deve vir para a instituição, o encarregado deve entrar em contacto com a educadora ou auxiliar da sala onde o filho está destacado, caso não consiga entrar em contacto o encarregado de educação deve ligar para o numero disponibilizado abaixo e a chamada será encaminhada para a educadora responsável :

**Nº da FBDC: 234 850 820**

**Outros contactos da fundação que possam ser importantes:**

[coordenacao@fundacaobdiascosta.com](mailto:coordenacao@fundacaobdiascosta.com)

[geral@fundacaobdiascosta.com](mailto:geral@fundacaobdiascosta.com)

[secretaria@fundacaobdiascosta.com](mailto:secretaria@fundacaobdiascosta.com)

**INEM: 112**

Aprovado por: |

III

## 1. INTRODUÇÃO

O segundo aditamento ao Plano de contingência visa dar uma resposta operacional para que o regresso às crianças resposta social de creche, ocorra em segurança.

Atendendo à emergência de saúde pública de âmbito internacional, declarada pela Organização Mundial de Saúde, no dia 30 de janeiro de 2020, bem como à classificação de pandemia, no dia 11 de março de 2020, o Governo, através do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março, aprovou um conjunto de medidas excecionais e temporárias relativas à situação epidemiológica da doença COVID-19, entre as quais a suspensão das atividades letivas e não letivas com presença de crianças nas instituições.

No dia 18 de março foi declarado pelo Presidente da República o estado de emergência, através do Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020, de 18 de março, cuja declaração foi renovada através dos Decretos do Presidente da República n.º 17-A/2020, de 2 de abril e n.º 20-A/2020, de 17 de abril. (...) O Roteiro Europeu para o Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção da COVID-19, apresentado pela Comissão Europeia no dia 15 de abril de 2020, definiu orientações que visam a supressão gradual das medidas de confinamento, preservando a saúde pública numa solução social e económica de equilíbrio.

O Governo, através da Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, aprovou uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, nos termos da qual definiu como primeiro passo no desconfinamento do sistema educativo, o regresso das crianças em idade de creche às instituições.

Impõe-se que sejam assegurados procedimentos de reorganização das instalações. A sua leitura é muito importante para que cada um compreenda as medidas que deve adotar para impedir a transmissão do vírus na comunidade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

## 1.1. INFORMAÇÕES SOBRE A COVID-19

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada por um 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, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

### 1.1.1. CARACTERÍSTICAS DE TRANSMISSÃO

À luz do conhecimento atual, a COVID-19 transmite-se através de contacto próximo (menos de 2 metros) com pessoas infetadas pelo vírus, ou através do contacto com superfícies ou objetos contaminados.

Via de contacto direto	Via de contacto indireto
Através de gotículas que uma pessoa infetada transmite pela boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra (e não utiliza as regras de etiqueta respiratória) podendo estas entrar diretamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima.	Através das mãos, que tocam em superfícies contaminadas com as gotículas expelidas pelas pessoas infetadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente, sem que tenha sido efetuada uma adequada higienização das mãos.

O vírus permanece em superfícies durante um período temporal que pode ir de algumas horas a dias. A limpeza e desinfeção frequente dos espaços, diminuiu consideravelmente esse período. Sem ela, estas superfícies podem constituir-se fontes ou reservatórios de vírus e de outros microrganismos

### 1.1.2. SINAIS E SINTOMAS

Todas as pessoas que desenvolvam quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), ou febre, ou dispneia / dificuldade respiratória, são considerados suspeitos de COVID-19.

Desta forma são considerados casos suspeitos <sup>1</sup>da COVID-19 pessoas que apresentem:

**quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual)**

<sup>1</sup> Norma n° 004/2020, atualizada a 14/10/2020

**ou**

**febre (temperatura  $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )**

**ou**

**dispneia / dificuldade respiratória.**

### 1.1.3. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, na norma nº 015/2020 e norma nº 004/2020 disponibilizada pela DGS.

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos a ter em consideração:
Apresentação de um ou mais sintomas (quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual), febre (temperatura $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ) ou dispneia / dificuldade respiratória)	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas, <b>OU</b> Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos <b>14 dias</b> antes do início dos sintomas, <b>OU</b> Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19
Apresentação confirmada da infeção pelo SARS-COV-2	Isolamento de 8 a q10 dias e mediante a apresentação de melhorias clínicas para a SARS-COV-2 é apresentado um atestado médico pela USF/ UCSP local Vigilância médica periódica, via telefónica

#### **Nota importante:**

**Todos as crianças, funcionários e pais e encarregados de educação têm obrigação de reportar à Fundação Benjamin Dias Costa, qualquer situação de doença compatível com a definição de caso possível de COVID-19.**

### 1.2. COMO REDUZIR O RISCO DE TRANSMISSÃO

As principais medidas a adotar para evitar a propagação do SARS-CoV-2 passam por:

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo

Aprovado por: |

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.
- Reforçar os procedimentos de limpeza relativos aos revestimentos, equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex.: corrimões, maçanetas de portas, botões de elevador). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.
- Serão colocados cartazes, de fácil compreensão a toda a comunidade educativa, ilustrativos de uma boa higienização das mãos em todos os locais de estilo.
- A equipa educativa, deverá promover atividades para a aquisição de bons hábitos de higiene.
- A FBDC disponibilizará os necessários dispensadores com solução antisséptica de base alcoólica e sabão em todos os espaços das suas instalações que achar necessário.
- A limpeza e arejamento de todos os espaços utilizados pela comunidade educativa será feita diariamente, como já é prática na nossa instituição.

### 1.3. PERÍODO DE INCUBAÇÃO

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 e 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).

Aprovado por: |

## 2. MEDIDAS DE ISOLAMENTO E DISTANCIAMENTO SOCIAL

Todos as crianças, funcionários e pais, encarregados de educação e outros devem apresentar-se de boa saúde nas instalações da FBDC.

- ✓ Se tem febre, tosse e dificuldade respiratória, não deve frequentar a FBDC.
- ✓ Não serão admitidos na FBDC quaisquer pessoas (alunos, funcionários, pais e encarregados de educação) que manifestem febre ou outros sinais de gripe, a fim de evitar o contágio de outras pessoas.
- ✓ Em caso de dúvida a Equipa Operativa contactará a linha de saúde 24 (808 24 24 24), o Delegado de saúde e/ou o Centro de saúde.
- ✓ Sempre que os responsáveis da FBDC identifiquem uma situação suspeita de doença, de acordo com os sintomas descritos em alunos, designadamente a existência de sintomas de gripe devem colocar o utente na sala de isolamento sempre acompanhado por um adulto;
- ✓ De seguida devem contactar o encarregado de educação que desta forma deve telefonar para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e seguir as instruções que lhes forem transmitidas.

Caso se verifique uma situação de doença por parte de uma criança ou de um funcionário, deverão ser tomadas as seguintes medidas:

- ➔ Isolamento do indivíduo num espaço apropriado, devendo posteriormente ser bem arejado, limpo e desinfetado logo após a sua utilização - SALA DE ISOLAMENTO.

A sala de isolamento deve estar equipada com:

- ✓ Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos;
- ✓ Máscaras cirúrgicas para utilização do indivíduo portador de sintomas (caso suspeito);
- ✓ Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores que prestam assistência ao indivíduo com sintomas (caso suspeito);
- ✓ Toalhetes de papel;
- ✓ Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- ✓ Termómetro digital sem contacto.

Outros cuidados em caso de possível contágio:

- ✓ Usar, obrigatoriamente, máscara em todo o espaço da instituição, quer pelos funcionários, quer pelos encarregados de educação ou qualquer pessoa que entre no

Aprovado por: |

recinto da instituição;

- ✓ Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.
- ✓ Impedir cumprimentos com contacto físico.
- ✓ Caso haja equipamentos de ar condicionado ou similares, estes nunca devem ser ligados em modo de recirculação do ar.
- ✓ Pessoas externas ao processo educativo (por ex.: fornecedores) só excepcionalmente podem entrar no estabelecimento de educação e, sempre, de forma segura, com máscara, evitando o contacto com as crianças.
- ✓ Pessoas externas à instituição (por ex.: encarregados de educação que pretendem conhecer o funcionamento da mesma, para possível inscrição) terão de marcar uma visita que será apenas possível, no final do dia, quando não existem crianças e outros funcionários no interior da instituição.
- ✓ Assegurar os apoios presenciais mobilizados para as crianças acompanhadas pelos técnicos e/ou docentes da Intervenção Precoce/ terapeutas, de forma consciente e adaptado à realidade covid e aos espaços possíveis dentro da instituição, estas pessoas deverão ter todo o cuidado de higienização dos materiais que utilizam e respeitar as regras de etiqueta respiratória e higienização de espaços comuns, bem como deverá conhecer e respeitar as políticas de proteção da instituição;
- ✓ Privilegiar a via digital para todos os procedimentos administrativos, sempre que possível, bem como toda a informação educativa/pedagógica e cada utente/sala
- ✓ Cumprir as disposições afixadas nos folhetos informativos existentes no espaço escolar, nomeadamente a disponibilizada pela DGS, relativamente a:
  - Procedimentos básicos para higienização das mãos;
  - Procedimentos de etiqueta respiratória;
  - Procedimentos de conduta social.

Aprovado por: |

### 3. ACOMPANHAMENTO DE INDIVÍDUOS NA SALA DE ISOLAMENTO

- ✓ Sempre que seja identificada uma situação suspeita de doença, será contactado o encarregado de educação da criança, que deve vir buscar o educando.
- ✓ O encarregado de educação deve entrar em contacto com a Linha de Saúde 24 (808 24 24 24) e seguir as instruções transmitidas.
- ✓ No caso de uma situação de doença de uma criança, será feita igualmente a evacuação da sala onde este se encontrava, deslocando os alunos para um outro espaço e aplicando os procedimentos de higienização e desinfestação previstos. Dever-se-á comunicar a situação aos Pais e/ou Encarregados de Educação, os quais devem tomar providências no sentido de retirar a criança da instituição e levá-lo para casa.
- ✓ No caso de uma situação de doença de um profissional, será feita a evacuação da sala onde este se encontrava aplicando-se os procedimentos de higienização e desinfestação previstos.

Quem acompanhe a criança com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos e de vestuário. 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.

Aprovado por: |

#### 4. PROCEDIMENTOS A CONSIDERAR:

##### 4.1. PROCEDIMENTO PERANTE CASO SUSPEITO VÁLIDO

A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa 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. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- ✓ Se o caso for confirmado: a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.
- ✓ 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 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.

Aprovado por: |

## 4.2. PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

De acordo com a normativa nº 004/2020 fornecida pela DGS, todo o utente que apresente suspeitas de pelo menos um dos sintomas de infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) apresentados abaixo, devem entrar em contacto com a Saúde 24 (808 24 24 24), e desta forma proceder á realização de teste:

- a. Quadro clínico sugestivo de **infeção respiratória aguda** com pelo menos um dos seguintes sintomas:
  - i. Tosse de novo, ou agravamento do padrão habitual, ou associada a cefaleias ou mialgias, ou;
  - ii. Febre (temperatura  $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ ) sem outra causa atribuível, ou;
  - iii. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.
- b. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

Após a triagem feita pelo contacto da linha telefónica do SNS 24, todos os utentes com suspeita de COVID-19 serão encaminhados para a USF/ UCSP local para que se permita:

- a) **Vigilância clínica e isolamento no domicílio;**
- b) **Avaliação clínica em Áreas Dedicadas** a Doentes com Suspeita de Infeção Respiratória Aguda (ADR) nos Cuidados de Saúde Primários (ADR-Comunidade, **ADR-C**);
- c) **Avaliação clínica em Áreas Dedicadas** a Doentes com Suspeita de Infeção Respiratória Aguda nos Serviços de Urgência dos Hospitais (**ADR-SU**);
- d) Intervenção da Emergência Médica Pré-Hospitalar, através do Centro de Orientação de Doentes Urgente (CODU) do **INEM**.

Todos os doentes com suspeita de infeção por COVID-19, nos termos do ponto 6 da presente Norma, são notificados na plataforma *SINAVEmed*, e posteriormente serão submetidos ao teste laboratorial para a COVID-19, por amostragem do trato respiratório. O teste será requisitado pelo médico da USF/UCSP pelo qual estão a ser acompanhados, ou pelos médicos a ADR-C/ADR-SU ou qualquer outro médico que esteja a acompanhar os casos.

Os resultados dos testes são disponibilizados no prazo de 12h a 24h, ao utente na plataforma acima referida e no registo de Saúde eletrónico, pelo laboratório responsável pelo teste.

Aprovado por: |

#### 4.2.1. Vigilância Clínica e Isolamento no Domicílio

Têm indicação para permanecer no domicílio, sem necessidade de avaliação clínica inicial presencial em ADR, os doentes que reúnam **todos** os seguintes critérios (Anexo 2 da norma nº 004/2020):

1. Idade inferior a 60 anos;
2. Sintomas ligeiros como febre por período inferior a 3 dias, com boa resposta aos antipiréticos, e/ou tosse;
3. Ausência de dispneia ou sinais de dificuldade respiratória, hemoptises, vômitos ou diarreia persistentes, ou qualquer outro sintoma de gravidade clínica;
4. Ausência de doenças crônicas descompensadas ou condições associadas a risco de evolução para COVID-19 com gravidade.

Após a realização do teste laboratorial para SARS-CoV-2:

- a) Se o resultado for **negativo**, os doentes seguem as recomendações dadas pelas equipas das USF/UCSP, cessando a gestão na plataforma *Trace COVID-19*, mas, caso sejam contactos de casos confirmados, mantêm o seguimento nos termos Norma n.º 015/2020;
- b) Perante um resultado **positivo**, os doentes mantêm-se em vigilância clínica pelas equipas das USF/UCSP, e isolamento no domicílio, nos termos do Anexo 4 da Norma nº 004/2020, até serem estabelecidos os critérios de alta / fim do isolamento.

Aos doentes com infeção confirmada por SARS-CoV-2 (COVID-19) é determinado o **confinamento obrigatório** pela Autoridade de Saúde territorialmente competente (Determinação de Isolamento) e emitido o Certificado de Incapacidade Temporária para o Trabalho (CIT) pelo médico da USF / UCSP.

#### 4.2.2. Critérios de Alta Clínica e Fim das Medidas de Isolamento

O fim das medidas de isolamento dos **doentes sintomáticos** com COVID-19 é determinado pelo cumprimento dos seguintes critérios, **sem necessidade de realização de teste laboratorial para SARS-CoV-2**, e de acordo com a gravidade clínica:

- ➔ **Doença ligeira ou moderada: 10 dias** desde o início dos sintomas, desde que:
- Apirexia (sem utilização de antipiréticos) durante **3 dias** consecutivos;
  - Melhoria significativa dos sintomas durante **3 dias** consecutivos;
- ➔ **Doença grave ou crítica: 20 dias** desde o início dos sintomas, desde que:

Aprovado por: |

- Apirexia (sem utilização de antipiréticos) durante **3 dias** consecutivos, e;
  - Melhoria significativa dos sintomas durante **3 dias** consecutivos;
- ➔ **Situações de imunodepressão grave, independentemente da gravidade da doença:**  
20 dias desde o início dos sintomas, desde que:
- Apirexia (sem utilização de antipiréticos) durante 3 dias consecutivos, e;
  - Melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos;

## 5. EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

No regresso à FBDC é obrigatório o uso de máscara (funcionários e pais e/ou encarregados de educação). Esta é colocada pelo/a próprio/a, garantindo que se encontra bem ajustada, tapando a boca, o nariz e o queixo tal como mostra o ANEXO III.

A utilização de máscaras de proteção tem como objetivos a proteção individual do utilizador e evitar que o utilizador contamine outras pessoas.

A máscara deve ser substituída sempre que se encontre húmida e/ou deformada, devendo ser removida, após a desinfeção correta das mãos, pelos atilhos ou elásticos e colocada de imediato, nos sacos do lixo existentes, para esse efeito, nas instalações sanitárias.

As regras de etiqueta respiratória devem ser respeitadas, bem como os circuitos de entrada e saída. É, também importante, garantir o distanciamento social, o contacto com os olhos nariz e boca. Lavar e/ou desinfetar as mãos com frequência.

## 6. ORGANIZAÇÃO GERAL

Organização das atividades/espacos:

- ✓ As atividades funcionarão entre as 07:30h e as 18:30h, em que os horário da entrada e da saída da criança, será previamente definido e agendado para que evitar o cruzamento de grupos de pessoas que não sejam da mesma sala, bem como apelamos a que se comprometam a cumprir esse horário anteriormente definido entre nós, de forma a garantir maior segurança para todos nós;
- ✓ As atividades decorrerão em salas amplas e arejadas;
- ✓ Será medida a febre da criança e do acompanhante à entrada, mas não será registada. Apenas servirá para controlo;
- ✓ Na chegada e na saída, as crianças devem ser entregues/recebidas individualmente pelo seu encarregado de educação, ou por alguém por ele designado (usando corretamente a máscara de proteção), o encarregado de educação deverá respeitar as indicações do percurso;
- ✓ A entrada será feita pelo portão grande (entrada de veículos), estará uma funcionária que irá medir a febre à criança e ao acompanhante, não será feito registo. Caso um dos dois apresente valores Febris, a criança não poderá ficar na instituição, para que todos nós possamos estar salvaguardados. Neste caso a criança deve ficar em casa e o encarregado de educação deve ter em consideração o plano de contingência e entrar em contacto com a saúde 24 ou USF local;
- ✓ Assinatura nos registos entrada/saída será realizada exclusivamente pela mesma funcionária que estará a medir a temperatura;
- ✓ Evitar prolongar o momento de entrega para a proteção de todos, para ficar mais descansado poderá posteriormente ligar para se inteirar de como se encontra a criança;
- ✓ Em caso necessidade marcar uma reunião presencial (situação de extrema necessidade), deverá ser agendada num horário que não afete o funcionamento da sala e num espaço onde não circule crianças, e no final deverá ser devidamente desinfetada e arejada;
- ✓ O meio de comunicação com o responsável de sala, terá de ser (preferencialmente

Aprovado por: |

por telefone ou noutras situações através da plataforma weduc, e-mail)

- ✓ Evitar ao máximo as conversas presenciais (até novas indicações);
- ✓ Estão definidos circuitos e procedimentos no interior das instalações, que promovem o distanciamento físico, nomeadamente nos acessos ao refeitório, às entradas nas salas e às casas de banho, de forma a evitar o contacto entre elas;
- ✓ Será intensificada a via digital para a generalidade dos procedimentos administrativos;

Na utilização do refeitório serão implementadas as seguintes normas de funcionamento:

1. períodos de almoço, sempre que possível, desfasados entre valências, de forma a respeitar as regras de distanciamento e evitando a concentração;
  2. lavagem/desinfecção das mãos com água e sabão e secagem com toalhetes de papel, antes e após o consumo de qualquer refeição por parte de qualquer utente do refeitório, bem como utilização obrigatória de máscara por parte dos funcionários;
  3. as mesas serão limpas e higienizadas após cada utilização.
- ✓ As portas dos vários recintos e, eventualmente, as janelas, serão mantidas abertas para evitar toques desnecessários em superfícies e manter os espaços arejados;
  - ✓ Está criado um plano de limpeza e higienização das instalações tendo por referência a Informação da Direção-Geral de Saúde e das IPSS,
  - ✓ Este plano de limpeza e higienização das instalações será do conhecimento dos profissionais envolvidos e estará afixado em local visível.

Aprovado por: |

## 7. PRÁTICAS PEDAGÓGICAS

- ✓ Tendo em consideração a situação que vivemos e a especificidade de cada contexto implicam, necessariamente, uma flexibilidade e adequação na organização das rotinas, dos espaços, dos materiais e das atividades;
- ✓ Criar uma rotina pedagógica, tendo em conta as orientações da DGS;
- ✓ Face às regras atuais de distanciamento físico, importa não perder de vista a importância das aprendizagens e do desenvolvimento das crianças e adolescentes e a garantia do seu direito de brincar.
- ✓ Ter sempre em conta o bem-estar dos alunos e responder às necessidades emocionais, físicas e cognitivas das mesmas, uma vez que o desenvolvimento e a aprendizagem são indissociáveis.
- ✓ Dar a conhecer aos alunos as novas regras de convivência social, levando-as a compreender a importância das novas formas de interação entre pares e com os adultos. É importante prestar atenção às suas dúvidas e angústias, tranquilizando-os e ajudando-os a compreender a importância do cumprimento destas novas regras, para a segurança e bem-estar de todos.
- ✓ Conversar com as crianças/adolescentes acerca das alterações das suas rotinas e ouvir as suas opiniões e sugestões.
- ✓ Planear atividades diversificadas, mas com a consciência de como adaptá-las à nova realidade Covid.
- ✓ Privilegiar a utilização das tecnologias de modo diversificado com diferentes funções, como registo, comunicação
- ✓ Explorar atividades lúdicas com recurso à projeção, por exemplo, de visitas virtuais a museus, parques, palácios, audição de concertos de música, visualização de peças de teatro histórias entre outros assuntos que possam enriquecer quer socialmente, emocionalmente e cognitivamente.
- ✓ Desenvolver as atividades, preferencialmente, em pequenos grupos, quando possível.
- ✓ Sempre que possível, privilegiar atividades em espaços abertos (pátios, jardins).
- ✓ Privilegiar atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.

- ✓ Privilegiar a via digital ou telefónica no contacto com os encarregados de educação. Nos casos em que seja necessário reunir presencialmente, estas reuniões deverão ser, preferencialmente, individuais ou em pequenos grupos, mantendo as medidas de higiene e distanciamento.

Aprovado por: |

## 8. CÓDIGO DE CONDUTA

Neste regresso parcial à instituição serão mantidos os esforços para conter a propagação do novo coronavírus.

O Plano de Contingência, já implementado e agora alterado, visa continuar a salvaguardar as boas práticas de higienização das mãos e etiqueta respiratória e promover, ainda, o distanciamento físico.

Neste sentido, reforçam-se as medidas de prevenção diária que deverão ser implementadas/continuar a ser implementadas por toda a comunidade educativa, dentro e fora do recinto:

- ✓ Utilizar máscaras no interior e no exterior das instalações da FBDC (dentro e fora das salas exceto nas situações em que a especificidade da função não o permita) e no percurso casa-FBDC-casa (especialmente quando utilizados transportes públicos);
- ✓ O Motorista e Vigilante dos autocarros e carrinhas devem também usar máscara cirúrgica durante o transporte das crianças. Após cada transporte todas as carrinhas e autocarros devem ser devidamente desinfetadas;
- ✓ Evitar tocar na parte da frente da máscara;
- ✓ Ao entrar na FBDC, desinfetar as mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- ✓ 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, antes e após as atividades, antes e após o uso da casa de banho e sempre que estejam sujas;
- ✓ Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida;
- ✓ Tossir ou espirrar para a zona interior do braço, com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos;
- ✓ Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;
- ✓ Manter o distanciamento físico, dentro e fora do espaço da FBDC;
- ✓ Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc;

- ✓ Divulgar, nos espaços educativos, campanhas de sensibilização para as boas práticas de higiene, uso, colocação e remoção de máscara, bem como de distanciamento físico e etiqueta respiratória.

## 9. DIVULGAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

Este Plano será publicado na página eletrônica da Fundação Benjamim Dias Costa. Será reavaliado e atualizado sempre que necessário, em articulação com as entidades competentes e de acordo com novas orientações emanadas.

As regras definidas neste Plano de Contingência seguem os normativos e orientações estipulados pela Direção Geral da Saúde, pelo que a Fundação Benjamim Dias Costa pede a todos os colaboradores e encarregados de educação sigam as regras estipuladas no plano.

É de lembrar que o não cumprimento das regras gerais de etiqueta respiratória, cumprimento da distanciamento social e ajuntamentos de mais de 5 pessoas não são legalmente permitidas.

Desta forma, a Fundação pede atenciosamente a todos os colaboradores e encarregados de educação que respeitem as regras em vigor, e lembrar que “hoje mais distantes para amanhã estarmos mais perto”.

Aprovado por: |

## 10. ORGANIZAÇÃO DO ANO LETIVO 2020/2021, NO ÂMBITO DA SITUAÇÃO PANDÉMICA COVID- 19

### **Horário de Funcionamento durante a COVID-19:**

- 7:30h às 18:30h

**Nota:** Os horários de entrada e saída das crianças devem ser agendados com os responsáveis de cada sala de modo a evitar cruzamento de pessoas e ajuntamentos.

### 10.1. PROCEDIMENTOS A TER EM CONSIDERAÇÃO NA CRECHE:

#### **Regras para permanência dos educandos na FBDC:**

O encarregado de educação deve trazer para permanecer na instituição o seguinte:

- ✓ Nos períodos de acolhimento, as crianças serão entregues a um profissional destacado para o efeito, sendo só o profissional de sala a poder receber e entregar a criança;
- ✓ Os encarregados de educação, depois de medir a febre irão pelos percursos sinalizados entregar a criança na porta indicada, lá estará um funcionário afeto à sua sala para receber o educando;
- ✓ Mudanças de roupa completa, para uma semana, um casaco (agasalho) devidamente fechados num saco plástico (identificado), assim que entrar será retirado com todo o cuidado como indicam as normas, bem como sacos que dê para fechar, para colocar a roupa suja ao final do dia.
- ✓ As cadeirinhas ou “ovo” usadas no transporte dos bebés devem permanecer em locais separados das salas de atividades e distantes umas das outras. Caso não seja possível, as cadeirinhas não devem permanecer na creche;
- ✓ À sexta-feira irá para casa todo o material que não foi usado durante a semana
- ✓ Um par de calçado (obrigatório) e também poderão enviar meias antiderrapantes.
- ✓ Chupeta, Biberão, garrafa ou copo com bico identificados para ficar na instituição (estes objetos ficarão na instituição até novas indicações), devem também trazer estes objetos num saco plástico fechado;
- ✓ As mochilas podem entrar desde que seja material impermeável e que permita a desinfeção;
- ✓ Casacos e calçado de rua devem ser levados pelo encarregado de educação;
- ✓ Não é possível trazer qualquer tipo de brinquedo ou objetos de casa;

- ✓ Em caso de algum aluno manifestar algum sintoma da infecção da COVID-19, este deve ser encaminhado para a sala de isolamento e deve ser contactado o encarregado de educação;
- ✓ O encarregado de educação deverá entrar em contacto com a Saúde 24 ou a USF do local de residência e seguir as instruções dadas.

**Nota:**

- No caso de febre da criança ou de outros sintomas registados como (febre, vômitos, tosse, diarreias, mau estar generalizado), caso surja estes sintomas os encarregados de educação, tem a OBRIGAÇÃO de informar a instituição e a criança não poderá frequentar. Desta forma deve-se também proceder ao isolamento devido das crianças.
- Sempre que um encarregado de educação pretenda uma reunião presencial, deverá entrar em contacto com a pessoa responsável de sala, nesse caso preferencialmente deverá ser depois das 18h 30 min. de modo a não haver contacto com as crianças e funcionários durante o funcionamento das atividades.

## 10.2. PROCEDIMENTOS A TER EM CONSIDERAÇÃO NA PRÉ - ESCOLAR:

### **Regras para permanência dos educandos na FBDC:**

O encarregado de educação deve trazer para permanecer na instituição o seguinte:

- ✓ Os encarregados de educação, depois de medir a febre irão pelos percursos sinalizados entregar a criança na porta indicada, lá estará um funcionário afeto à sua sala para receber o educando;
- ✓ Nos períodos de acolhimento, as crianças serão entregues a um profissional da valência;
- ✓ A roupa que a criança traz vestida, deve estar, todos os dias, sempre higienizada e limpa;
- ✓ À sexta-feira irá para casa todo o material que não foi usado durante a semana;
- ✓ As crianças não necessitam de trazer nem batas, nem Polos, ficando assim o seu uso ao critério dos encarregados de educação. Caso tragam a Bata ou o Polo estes devem seguir o referente a muda de roupa acima;
- ✓ As mochilas podem entrar desde que seja material impermeável e que permita a desinfecção, onde dentro destas deve conter pelo menos uma a duas mudas de roupa;
- ✓ O calçado das crianças deve ser desinfetado a entrada para a instituição;
- ✓ Não é possível trazer qualquer tipo de brinquedo ou objetos de casa;
- ✓ O uso do refeitório pode ser utilizado por de uma sala em conjunto, desde que as crianças estejam dispostas pelas mesas com o devido distanciamento social;
- ✓ Após o uso do refeitório, este deve ser devidamente higienizado, caso não haja a possibilidade de todas as salas partilharem o refeitório na mesma altura;
- ✓ Em caso de algum aluno manifestar algum sintoma da infeção da COVID-19, este deve ser encaminhado para a sala de isolamento e deve ser contactado o encarregado de educação;
- ✓ O encarregado de educação deverá entrar em contacto com a Saúde 24 ou a USF do local de residência e seguir as instruções dadas

**Nota:**

No caso de febre da criança ou de outros sintomas registados como (febre, vômitos, tosse, diarreias, mau estar generalizado), caso surja estes sintomas os encarregados de educação, tem a OBRIGAÇÃO de informar a instituição e a criança não poderá frequentar.

Desta forma deve-se também proceder ao isolamento devido das crianças.

Aprovado por: |

### 10.3. PROCEDIMENTOS A TER EM CONSIDERAÇÃO NA CATL

#### **Horário de Funcionamento das instalações durante a COVID-19:**

- 7:30h às 18:45h

#### **Nota:**

Sempre que um encarregado de educação pretenda uma reunião presencial, deverá entrar em contacto com a coordenadora, nesse caso preferencialmente deverá ser depois das 18h 30 de modo a não haver contacto com as crianças e funcionários durante o funcionamento das atividades.

#### **Regras para permanência dos educandos na FBDC:**

##### **Medidas a usar pelos Jovens em idade escolar:**

- Proceder sempre à etiqueta respiratória
- Higienização frequente das mãos
- Manter o distanciamento social
- Uso de máscara cirúrgica, caso tenha a idade indicada para o uso da mesma (a só pode ser usada a partir dos 10 anos de idade e em contexto escolar a partir do 2º ciclo de estudos)

#### **Nota:**

Devem ser sempre respeitadas as regras de etiqueta respiratória, bem como a troca periódica da máscara cirúrgica descartável.

##### **Uso de transportes:**

- Etiqueta respiratória;
- Higiene das mãos – desinfetar ou lavar as mãos depois de tocar em superfícies ou objetos;
- Medição da temperatura antes da entrada nos autocarros e carrinhas;
- Utilização de máscara no transporte (incluindo as crianças a partir dos 6 anos);
- Cumprimento do intervalo e da distância de segurança entre passageiros (ex. um por banco ou dois desde que seja cumprida a distância mínima de segurança, se possível da mesma família (se forem irmãos));

- Sinalizar os lugares onde as pessoas se devem sentar, quando o meio de transporte o permita, por forma a garantir o distanciamento recomendado entre passageiros;
- Cumprir a lotação máxima de 2/3 da sua capacidade (Art. 13.º-A do Decreto-Lei n.º 10-A/2020, de 13 de março, na sua redação atual) ou seja:
  - ✓ No **Autocarro** poderão permanecer 17 crianças
  - ✓ Nas **Carrinhas** poderão permanecer 4 crianças distribuídas nos bancos traseiros e se uma no banco da frente com o motorista, se a criança se tiver altura e idade legal, poderá ser transportada à frente. Passando, assim, a ser possível transportar ao todo neste caso 5 crianças, mais um motorista. Talvez fique mais explícito assim
- Disponibilização de solução antisséptica à base de álcool à entrada e saída da viatura;
- Descontaminação da viatura após cada viagem, segundo a Orientação 014/2020 da DGS.

#### **Uso das salas/ acompanhamento das atividades:**

- Uso obrigatório de máscara cirúrgica descartável ou máscaras comunitárias legalmente certificadas (aplicável a alunos do 2º ciclo)
- A entrada no CATL da fundação (1º ciclo) é sempre feita pelo portão principal (Rua da Nestlé) seguindo os circuitos assinalados.
- Lavar as mãos com frequência ou desinfetar as mãos após uso de objetos e superfícies comuns
- Manter o distanciamento social
- Os lugares sentados devem cumprir com o distanciamento (1 aluno por mesa se necessário);
- Manter as salas sempre arejadas e ventiladas
- Desinfetar sempre os objetos e superfícies de uso comum após o seu uso (ou desinfetar regularmente)
- No fim do dia (ou no fim de cada utilização de salas e objetos), as salas devem ser desinfetadas, bem como todos os objetos usados (fica á responsabilidade do professor/auxiliar destacado á sala)

- As salas devem estar sempre arejadas e as portas e janelas sempre abertas, para permitir a circulação de ar
- À semelhança das salas, as casas de banho são limpas de manhã ou à tarde, e após a sua utilização deve ser desinfetada toda a zona onde houve contacto;
- Todas as mesas, devem estar separadas umas das outras num espaço mínimo de 1 a 2 metros
- Evitar ajuntamentos, abraços, beijos, apertos de mão;
- Evitar partilha de objetos e alimentos;
- Em caso de algum aluno manifestar algum sintoma da infeção da COVID-19, este deve ser encaminhado para a sala de isolamento e deve ser contactado o encarregado de educação;
- O encarregado de educação deverá entrar em contacto com a Saúde 24 ou a USF do local de residência e seguir as instruções dadas.

#### **Edifício Cineclube:**

- No caso da permanência de alunos no cineclube, a entrada é feita pela porta principal, necessário tocar a campainha.
- A entrada no edifício deve ser feita de forma ordeira, em que os alunos devem evitar o contacto físico, o contacto com os olhos, nariz e boca;
- Os encarregados de educação devem esperar pelos educandos fora do edifício;
- O uso de máscara cirúrgica ou de máscara comunitária legalmente certificada, é obrigatória.
- Todas as salas contêm desinfetante para as mãos e produtos de higienização de objetos.
- Todas as salas são limpas antes de serem usadas, pela funcionaria da limpeza responsável pelo edifício.
- No fim do dia (ou no fim de cada utilização de salas e objetos), as salas devem ser desinfetadas, bem como todos os objetos usados (fica à responsabilidade do professor/auxiliar destacado à sala)
- As salas devem estar sempre arejadas e as portas e janelas sempre abertas, para permitir a circulação de ar
- À semelhança das salas, as casas de banho são limpas de manhã ou à tarde, e após a sua utilização deve ser desinfetada toda a zona onde houve contacto;

- Todas as mesas, devem estar separadas umas das outras num espaço mínimo de 1 a 2 metros
- Cada aluno pode aliviar a máscara quando esta sentado, mas se se virar para algum colega ou em contacto com outros colegas e professores deve voltar a colocá-la
- Tanto os alunos como professores devem garantir a distância de segurança na medida do possível
- Evitar ajuntamentos, abraços, beijos, apertos de mão;
- Evitar partilha de objetos e alimentos;
- Em caso de algum aluno manifestar algum sintoma da infeção da COVID-19, este deve ser encaminhado para a sala de isolamento e deve ser contactado o encarregado de educação;
- O encarregado de educação deverá entrar em contacto com a Saúde 24 ou a USF do local de residência e seguir as instruções dadas.

**Nota:**

No caso de febre da criança ou de outros sintomas registados como (febre, vómitos, tosse, diarreias, mau estar generalizado), caso surja estes sintomas os encarregados de educação, tem a OBRIGAÇÃO de informar a instituição e a criança não poderá frequentar. Desta forma deve-se também proceder ao isolamento devido das crianças.

## 11. BIBLIOGRAFIA

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientações. Retirado de: <https://covid19.min-saude.pt/orientacoes/>

### Orientações Importantes:

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 025/2020. Retirado de: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/07/i026501.pdf>

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 032/2020. Retirado de: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/06/i026381.pdf>

Direção Geral da Saúde. (2020). Normas. Retirado de: <https://covid19.min-saude.pt/normas/>

### Normas importantes:

Direção Geral da Saúde. (2020). Norma nº 004/2020. Retirado de: [https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/10/Norma\\_004\\_2020\\_act\\_14\\_10\\_2020.pdf](https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/10/Norma_004_2020_act_14_10_2020.pdf)

Direção Geral da Saúde. (2020). Norma nº 007/2020. Retirado de: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020-pdf.aspx>

Direção Geral da Saúde. (2020). Norma nº 015/2020. Retirado de: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/08/i026538.pdf>

Direção Geral da Saúde. (2020). Documentos e publicações. *Referencial para escolas*. Retirado de: <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/referencial-escolas-controlo-da-transmissao-de-covid-19-em-contexto-escolar-pdf.aspx>

### Outras informações:

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 006/2020. Retirado de: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0062020-de-26022020-pdf.aspx>

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 014/2020. Retirado de: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020-pdf.aspx>

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 023/2020. Retirado de: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0232020-de-08052020-pdf.aspx>

Direção Geral da Saúde. (2020). Orientação 036/2020. Retirado de:  
[https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-](https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx)

[informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx](https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx)

Trabalho, Solidariedade e Segurança Social. *Orientações para a reabertura de pré-escolar*, 17 de maio 2020. Retirado de: [https://covid19estamoson.gov.pt/wp-](https://covid19estamoson.gov.pt/wp-content/uploads/2020/05/Orientac%CC%A7o%CC%83es-Reabertura-da-Educac%CC%A7a%CC%83o-Pre%CC%81-Escolar.pdf)

[content/uploads/2020/05/Orientac%CC%A7o%CC%83es-Reabertura-da-Educac%CC%A7a%CC%83o-Pre%CC%81-Escolar.pdf](https://covid19estamoson.gov.pt/wp-content/uploads/2020/05/Orientac%CC%A7o%CC%83es-Reabertura-da-Educac%CC%A7a%CC%83o-Pre%CC%81-Escolar.pdf)

Aprovado por: |

## ANEXOS

### ANEXO I - TÉCNICA DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS COM SOLUÇÃO ANTISSÉPTICA DE BASE ALCOÓLICA (SABA) OU ÁGUA E SABÃO

**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

REPÚBLICA PORTUGUESA  
SNS  
120 DGS

Aprovado por: |

## ANEXO II - CARTAZ INFORMATIVO SOBRE 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 III – CARTAZ INFORMATIVO DE COMO COLOCAR DEVIDAMENTE A MÁSCARA CIRURGICA

COVID-19

# MÁSCARAS



### COMO COLOCAR

- 1º**  
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR 
- 2º**  
VER A POSIÇÃO CORRETA  
Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima) 
- 3º**  
COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS 
- 4º**  
AJUSTAR AO ROSTO  
Do nariz até abaixo do queixo 
- 5º**  
NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS 

### DURANTE O USO

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

### COMO REMOVER

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

### TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

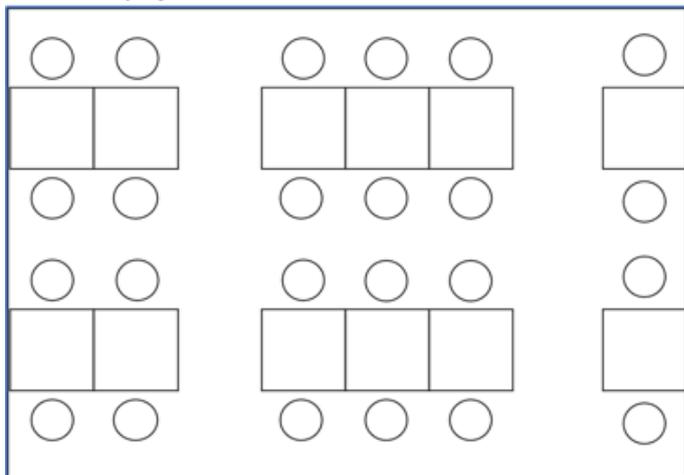
1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

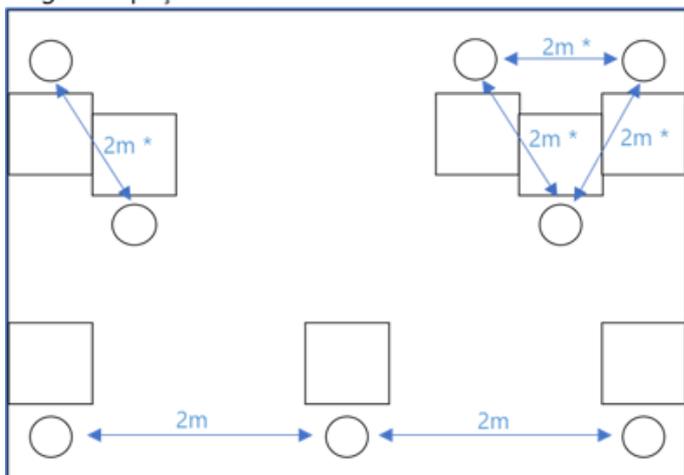


## ANEXO IV - EXEMPLO DE DISPOSIÇÃO NO ESPAÇO DAS CADEIRAS E MESAS

Antes: Espaço com 24 cadeiras



Agora: Espaço com 8 cadeiras



Legenda:

○ Cadeira

□ Mesa

□ Sala

\* Os coabitantes podem sentar-se frente a frente ou lado a lado

Aprovado por: |