

# ORIENTAÇÕES COMPLEMENTARES AO PLANO DE CONTINGÊNCIA DO AGRUPAMENTO

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas

## Regresso às aulas em regime presencial:

---

- ✓ 11.º ano
- ✓ 12.º ano e
- ✓ 2.º e 3.º anos (cursos de dupla certificação do ensino secundário)

Atendendo à emergência de saúde pública declarada internacionalmente, através da Organização Mundial de Saúde, no dia 30 de janeiro de 2020, e conseqüentemente 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 estudantes em estabelecimentos de ensino.

O Governo, através do Decreto-Lei n.º 14-G/2020, de 13 de abril, aprovou no âmbito da educação um conjunto de medidas destinadas a estabelecer um regime excecional e temporário, relativo:

- ✓ à realização e avaliação das aprendizagens
- ✓ ao calendário escolar
- ✓ a provas e exames dos ensinos básico e secundário
- ✓ às matrículas
- ✓ à inscrição para os exames finais nacionais e ao pessoal docente e não docente, de modo a assegurar a continuidade do ano letivo de 2019/2020

Assim, com a aprovação da Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, foi decretado o levantamento, ainda que gradual, de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, definindo como primeiro passo, o regresso dos alunos dos 11.º e 12.º anos e dos 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário às atividades letivas presenciais, a partir de 18 de maio de 2020.

1

Deste modo, torna-se obrigatório que o Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus, em particular a Escola Secundária Morgado de Mateus, onde irão decorrer as atividades letivas presenciais, adote um conjunto de medidas a implementar, de forma a mitigar o contágio epidemiológico do SARS-CoV-2, ou seja da doença COVID-19.

## ORGANIZAÇÃO ESCOLAR

---

- ✓ As atividades letivas, irão funcionar entre as **09:15horas e as 16:50horas**, havendo horários desfasados entre as turmas, evitando a concentração dos alunos, dos professores e do pessoal não docente no recinto escolar;
- ✓ As aulas das diferentes disciplinas serão concentradas de forma a evitar períodos livres entre as mesmas;
- ✓ As aulas das diferentes disciplinas serão concentradas de forma a evitar períodos livres entre as mesmas, sendo estas realizadas no período da manhã ou da tarde; (12º ano e 3º ano profissional de manhã e 11º ano de tarde);
- ✓ Deverá sentar-se apenas **1 aluno** por mesa. Este lugar deverá ser **mantido obrigatoriamente** pelo aluno até ao final das aulas presenciais;
- ✓ Havendo intervalos, estes deverão ser curtos devendo os alunos permanecer, por regra, dentro da sala de aula;
- ✓ Não haverá a abertura do bar, sala de apoio e sala de convívio dos alunos de modo a promover o distanciamento social;
- ✓ Não haverá a abertura da biblioteca.
- ✓

## SALAS DE AULA

---

- ✓ Manter abertas, sempre que possível, as portas as janelas, para evitar contactos desnecessários e manter os espaços arejados;
- ✓ Desinfetar as mãos com uma solução SABA (solução antisséptica de base alcoólica);
- ✓ Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, antes e após as aulas, antes e após o uso da casa de banho e sempre que estejam sujas;
- ✓ Manter o distanciamento físico, dentro e fora do espaço escolar;
- ✓ Desinfetar os puxadores das portas;
- ✓ Desinfetar os interruptores;
- ✓ Desinfetar os telefones;
- ✓ Desinfetar o corrimão que dá acesso à sala de aula;
- ✓ Desinfetar o equipamento informático (teclado, rato, monitor e demais equipamentos existentes na sala de aula)

- ✓ Higienizar todas as mesas e cadeiras incluindo as suas “pernas”
- ✓ Sempre que as condições climatéricas o permitam deverão manter-se abertas as portas e as janelas, para evitar contactos desnecessários e manter os espaços arejados. Esta operacionalização **será executada apenas** pelo AO;
- ✓ O chão deverá ser sempre o último a ser limpo.

## PBX

- ✓ O PBX deverá ser assegurado em cada período do dia (manhã ou tarde) sempre pelo mesmo AO
- ✓ Sempre que houver extrema necessidade de troca e na mudança de turno, o AO deverá desinfetar obrigatoriamente os equipamentos (telefone, teclado do computador, rato, secretária)
- ✓ Uso obrigatório de luvas e máscara.

## PROCEDIMENTOS GERAIS DE LIMPEZA

A limpeza dos espaços fechados deve começar de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída.

Deve haver também atenção que quando se vai desinfetar uma área “suja”, deverá o AO ir munido de todo o material de limpeza bem como do seu equipamento de protecção individual (EPI), nomeadamente

- ✓ Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- ✓ Máscara;
- ✓ Protetor ocular;
- ✓ Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- ✓ Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas **procedendo de acordo as instruções afixadas**

Atividade	Procedimentos	Produtos de limpeza a usar
-----------	---------------	----------------------------

<p><b>Limpeza do WC</b> (O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.)</p>	<p>Duas vezes de manhã e duas vezes à tarde</p>	<p>Com produto que contenha na composição detergente e desinfetante</p>
<p>Limpeza dos corrimãos, puxadores das portas, interruptores, zonas de contacto frequente</p>	<p>Duas vezes de manhã e duas vezes à tarde</p>	<p>Com os produtos recomendados</p>
<p>Sala dos professores</p>	<p>De manhã e à tarde</p>	

Deverá ter-se em conta as orientações que se encontram afixadas no átrio de entrada de cada pavilhão onde decorrerão as aulas devendo haver sempre uma limpeza húmida com recurso ao uso:

- ✓ Balde e esfregona;
- ✓ Panos de limpeza descartáveis ou reutilizáveis;
- ✓ Deixar as superfícies humedecidas, até que sequem ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente

## De um modo geral deve:

---

- ✓ Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;
- ✓ Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- ✓ Enxaguar as superfícies só com água;
- ✓ Deixar secar ao ar;
- ✓ **Chão (último a limpar):** deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização, conforme as instruções do fabricante e as orientações afixadas.

# COVID-19

## Anexo I: 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**

# COVID-19

## Anexo II: Higienização das Mãos

NOVO CORONAVÍRUS

# COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

# COVID-19

## Anexo III: Colocação e Remoção de Máscara

COVID-19

# MÁSCARAS

### COMO COLOCAR

- 1º**  
LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR


- 2º**  
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.


- 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


- 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

- 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.

#SEJAMAGENTEDESUADEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS





# COVID-19

## Anexo IV: Colocação e Remoção do EPI Sequência da colocação

- 1** Amarre o cabelo  
Remova anéis ou joias
- 2** Higienize as mãos  
antes de colocar o EPI
- 3** Coloque a bata impermeável ou  
a avental
- 4** Coloque a máscara
- 5** Coloque a Proteção Ocular
- 6** Coloque as luvas

## Sequência da remoção

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada

### Sequência de remoção dos EPI

- 1** Luvas :  
A parte externa das luvas está contaminada  
Higienize as mãos com água e sabão ou SABA
- 2** Bata ou avental :  
A parte da frente da bata está contaminada
- 3** PROTETOR OCULAR:  
A parte exterior dos Óculos ou da viseira está contaminada
- 4** MÁSCARA  
Higienize novamente as mãos.  
Não toque na frente da máscara porque está contaminada.
- 5** Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



# COVID-19

## Anexo V: Diluição de hipoclorito de sódio consoante a concentração de cloro livre na forma original

LITROS ÁGUA	DILUIÇÃO DE HIPOCLORITO DE SÓDIO EM ÁGUA						
	0,01% (ml)	0,02% (ml)	0,05% (ml)	0,1% (ml)	0,25% (ml)	0,5% (ml)	1,0% (ml)
	100 ppm	200 ppm	500 ppm	1000 ppm	2500 ppm	5000 ppm	10000 ppm
<b>1</b>	1	2	5	10	25	50	100
<b>5</b>	5	10	25	50	125	250	500
<b>10</b>	10	20	50	100	250	500	1000
<b>15</b>	15	30	75	150	375	750	1500
<b>20</b>	20	40	100	200	500	1000	2000
<b>25</b>	25	50	125	250	625	1250	2500
<b>30</b>	30	60	150	300	750	1500	3000
<b>50</b>	50	100	250	500	1250	2500	5000
<b>100</b>	100	200	500	1000	2500	5000	10000