

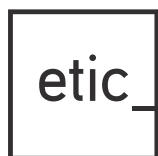
**COVID-19:  
COMO SE  
TRANSMITE?**

**QUAIS OS  
SINTOMAS DA  
COVID-19?**

**TENHO  
SINTOMAS.  
O QUE DEVO  
FAZER?**

**QUEM  
CONTACTA  
O SNS?**

**ESTIVE EM  
CONTACTO  
COM ALGUÉM  
POSITIVO.  
O QUE DEVO  
FAZER?**



# COVID-19: FAQS

**REGRAS E PROTEÇÃO PARA TODA A COMUNIDADE ESCOLAR**



**QUANDO HÁ  
UM CASO  
SUSPEITO,  
QUE MEDIDAS  
TOMA A  
ESCOLA?**

**QUE REGRAS  
TENHO DE  
RESPEITAR  
QUANDO  
ESTOU NA  
ESCOLA?**

**QUEM  
HIGIENIZA OS  
EQUIPAMENTOS?**

**LIMPEZA DAS  
INSTALAÇÕES:  
ESTOU  
SEGURO?**

**PLANO DE  
CONTINGÊNCIA  
ETIC/EPI: O  
QUE É?**

## COVID-19: COMO SE TRANSMITE?

- por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta)
- através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

## QUAIS OS SINTOMAS DA COVID-19?

Os sintomas mais frequentes associados à infeção pelo COVID-19 são:

1. Febre (temperatura  $\geq 38\text{C}$ ).
2. Tosse.
3. Dificuldade respiratória (falta de ar).

Também pode surgir dor de garganta, corrimento nasal, dores de cabeça e/ou musculares e cansaço. Em casos mais graves, pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte.



STAY AWAY COVID > aplicação móvel de rastreio digital de contactos.

Disponível para iOS e Android, pretende ajudar a conter a expansão da COVID-19, através da interrupção de cadeias de contágio.

O seu uso é totalmente voluntário e gratuito e é assegurada a proteção de dados pessoais.

## TENHO SINTOMAS. O QUE DEVO FAZER?

### **ESTOU NA ESCOLA:**

1. Se tiver suspeita de infeção, devo ir imediatamente à receção e comunicar os sintomas.
2. Para proteção de todos, serei encaminhado para a sala de isolamento.
3. Evito tocar em quaisquer superfícies ou interagir com outras pessoas.
4. Se tiver menos de 18 anos, o meu encarregado de educação deve ser contactado de imediato.

### **NÃO ESTOU NA ESCOLA:**

1. No caso de ter sintomas, contactar imediatamente o SNS 24.
2. Depois de receber as orientações do SNS, o aluno ou o seu encarregado de educação devem contactar imediatamente a escola e partilhar essas informações para o e-mail [pandemia@etic.pt](mailto:pandemia@etic.pt)
3. Se houver indicação para o aluno fazer teste, o resultado deve também ser comunicado à escola assim que for recebido.
4. Caso seja confirmado um resultado positivo, a escola seguirá todas as medidas definidas pelas autoridades de saúde.

Estar atento aos sintomas é fundamental, e não debes deslocar-te para a escola se tiveres sintomas sugestivos de COVID-19.

## QUEM CONTACTA O SNS?

Na sala de isolamento, é a pessoa com sintomas que telefona para o **Serviço Nacional de Saúde - (808 24 24 24)** e segue as indicações que lhe forem dadas. No caso de ser menor, será o Encarregado de Educação.

## ESTIVE EM CONTACTO COM ALGUÉM POSITIVO. O QUE DEVO FAZER?

1. Ligar para o SNS24 e seguir as indicações
2. Informar a Escola através do email [pandemia@etic.pt](mailto:pandemia@etic.pt) em caso de ter recebido indicação para ficar em isolamento.

## QUANDO HÁ UM CASO SUSPEITO, QUE MEDIDAS TOMA A ESCOLA?

1. A Escola contacta imediatamente a Autoridade de Saúde, indica as pessoas que integram o(s) grupo(s) a que pertence a pessoa com suspeita de infeção, para facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco.
2. A Escola segue as instruções indicadas pela Autoridade de Saúde.

## QUE REGRAS TENHO DE RESPEITAR QUANDO ESTOU NA ESCOLA?

1. Uso de máscara obrigatório, no acesso e dentro da escola.
2. Higienizar as mãos à entrada, com solução antisséptica de base alcoólica.
3. Lavar frequentemente as mãos com água e sabão.
4. Não partilhar objetos (telemóveis, material escolar, etc.) nem comida ou copos.
5. Ficar na escola apenas no horário definido para as atividades letivas.
6. Manter o distanciamento físico de 1,5 metros, sempre que possível.
7. Respeitar a sinalética de segurança e cumprir os circuitos definidos.
8. Dentro da sala de aula, respeitar o distanciamento físico, sempre que possível.

Não será autorizada a entrada na escola de qualquer pessoa (membro da comunidade educativa ou outro) que:

- manifeste sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória.
- não esteja a utilizar máscara.
- não cumpra as regras e orientações da escola.



## QUEM HIGIENIZA OS EQUIPAMENTOS?

- Todo o material técnico é higienizado com produtos apropriados pelos profissionais da Escola. Sempre que possível, ficará 24h sem ser utilizado.
- O aluno apenas pode limpar o equipamento com o kit de limpeza que se encontra disponível nas salas de aula e outros espaços da escola. Os produtos não apropriados causam danos e avarias.

## LIMPEZA DAS INSTALAÇÕES: ESTOU SEGURO?

Sim. Além das equipas de limpeza terem produtos adequados, a higienização está reforçada em todos os espaços.

## PLANO DE CONTINGÊNCIA ETIC/EPI: O QUE É?

São as medidas e regras para proteger a comunidade escolar, de acordo com as recomendações da Direção-Geral de Saúde. O plano tem nove pontos:

1. Coordenação do plano e das ações.
2. Prevenção da infeção.
3. Plano de higienização.
4. Reação em caso de suspeita de infeção e isolamento na escola.
5. Reação em caso de suspeita de infeção e isolamento fora do estabelecimento de ensino.
6. Ação da escola perante autoridades oficiais em caso de ocorrências.
7. Ação em caso de isolamento preventivo de algum membro da comunidade escolar.
8. Ação em caso de ausência de um número significativo de colaboradores e/ou docentes.
9. Medidas coletivas a adotar pelo estabelecimento de ensino.