



Associação Filarmônica Montalvense 24 de Janeiro

PLANO DE CONTINGÊNCIA DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

O Despacho n.º 2836-A/2020, de 02 de março, determina a elaboração de um Plano de Contingência alinhado com as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde (DGS), no âmbito da prevenção e controlo de infeção por novo Coronavírus (COVID-19).

11 de setembro de 2020



Índice

1. Enquadramento	3
2. Âmbito e Vigência	5
3. Objetivos	5
4. Situação Específica	5
5. Execução	6
6. Unidades, Estruturas e Serviços envolvidos	6
7. Plano de Contingência	7
7.1. Identificação dos efeitos que a infeção de pessoas pode causar na escola	7
7.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19.....	7
8. Medidas de Isolamento	8
9. Caso Suspeito	9
9.1 Procedimento em caso suspeito.....	9
10. Procedimentos perante um caso suspeito validado.....	10
11. Procedimento de vigilância de contactos próximos	10
11.1. “Alto Risco de Exposição”:	10
11.2. “Baixo Risco de Exposição” (casual):.....	11
12. Avaliação	11
13. Contactos Úteis	12



1. Enquadramento

Na atual situação relacionada com o COVID-19, as Autoridades de Saúde Nacionais determinam, 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 se destacam a INFORMAÇÃO 005/2020 de 27/02/2020 e a ORIENTAÇÃO 006/2020 de 26/02/2020, que são atualizadas pela DGS de acordo com a evolução da situação.

Este documento que deve ter em conta cada estabelecimento, em cumprimento do disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020, designado por plano de contingência, define um conjunto de orientações que permite a preparação e adequação da resposta de cada escola, 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 no plano de contingência não prejudica a aplicação das recomendações e informações emitidas e a emitir pela DGS.

O presente plano de contingência descreve as principais etapas que a Associação Filarmónica Montalvense 24 de Janeiro (doravante designada por “AFM” deve considerar, assim como os procedimentos a adotar perante as crianças, colaboradores e restantes membros da comunidade escolar a associativa.

Este plano de contingência poderá ser atualizado a qualquer momento, através de Normas Orientadoras, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico do COVID-19.

As situações não previstas neste plano serão revistas caso a caso.

Os coronavírus 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.

Principais Sintomas

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

- Febre
- Tosse
- Falta de ar (dificuldade respiratória)
- Cansaço

Transmissão da Infeção

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).

Período de Incubação

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 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).

Definição de Caso Suspeito

A definição apresentada baseia-se na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças Transmissíveis (ECDC), sendo adotada pela AFM com mais algumas medidas de prevenção ativa.

Critérios Clínicos:

- Tosse;
- Febre alta;
- Falta de ar e dificuldade respiratória;
- Dores musculares;
- Secreções na garganta

Critérios Epidemiológicos:

- Pessoas que viajaram para áreas ou países com casos positivos por COVID-19 nos 14 dias antes do início destes sintomas;
- Contacto com caso já confirmado ou caso provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início destes sintomas;
- Pessoa que tenha estado num local onde são tratados doentes confirmados com COVID-19;
- Pessoa vinda de um país com casos positivos de COVID-19 nos 14 dias antes do início destes sintomas;
- Pessoa vinda de um país com casos positivos de COVID-19, não tendo ainda ultrapassado os 14 dias de possível incubação;



Definição de Pandemia

Uma pandemia ocorre quando um novo vírus, para o qual a população tem uma suscetibilidade quase universal, surge com a capacidade de infetar e ser transmitido entre humanos, podendo produzir um impacto significativo na sociedade.

A situação de pandemia prende-se com a propagação de um vírus à escala intercontinental, não estando necessariamente relacionada com a severidade de sintomas ou mortalidade da doença.

A pandemia pode evoluir por ondas sucessivas, cada uma com a duração de 8 a 12 semanas, com intervalos que podem ser de apenas um mês e a sua contenção só será possível em estádios muito precoces, pelo que as medidas a tomar no seu início se destinam, principalmente, a atrasar a progressão da doença, permitindo o seu melhor controlo, até que exista a possibilidade de vacinação.

A verdadeira dimensão resultante de uma pandemia é imprevisível, mas a acontecer, as autoridades de saúde anteveem que possam ser afetadas parcelas significativas da população, provocando eventuais ruturas nos domínios social e económico.

2. Âmbito e Vigência

O presente plano aplica-se a toda a AFM com especial incidência na sua componente de Escola de Música.

3. Objetivos

Efetivação de uma matriz de planeamento flexível que atue ao nível do COVID-19 e a uma eventual pandemia, permitindo a adoção de uma metodologia com vista a minimizar os seus impactos, por forma a garantir a continuidade das atividades letivas, minimizando as respetivas repercussões nas atividades escolares bem como no ambiente familiar e social de toda a comunidade educativa e associativa.

4. Situação Específica

Face ao presente cenário de pandemia, importa antecipar o efeito que a mesma possa vir a provocar, desenvolvendo mecanismos adequados com vista a minimizar os seus efeitos. Importa, pois, identificar as medidas e os procedimentos mais adequados para assegurar a redução dos perigos para a saúde das crianças, dos elementos da comunidade escolar e dos seus familiares.



5. Execução

- Coordenar o planeamento, a prevenção e a resposta ao COVID 19, em estreita ligação com a Direção Geral de Saúde, Centro de Saúde de Constância e a Unidade de Saúde Pública ACES Médio Tejo;
- Considerar o planeamento como instrumento de apoio à decisão, flexível e de responsabilidade transversal;
- Elaborar um Plano de Contingência para o COVID-19, para fazer face à situação assente nos seguintes vetores: (a) Direção da AFM;

Os mecanismos previstos no presente Plano não prejudicam, nas situações de exceção e em conformidade com os procedimentos previstos na Legislação, a eventual avocação conjuntural da direção e coordenação do Plano, pela Autoridade de Saúde Pública.

6. Unidades, Estruturas e Serviços envolvidos

No âmbito do Plano de Contingência, são competências da Direção da AFM:

- A ativação do Plano;
- O consentimento para o início da execução das medidas referidas no Plano;
- A avaliação das atividades desenvolvidas pela organização imprescindíveis à continuidade do funcionamento da AFM e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar;
- Identificar e implementar medidas sanitárias para prevenir o contágio no seio dos elementos afetos ao serviço;
- Assegurar os serviços essenciais durante a situação;
- Garantir um local de isolamento para eventuais casos de contaminação, com equipamento de proteção individual, para atuação no âmbito do sistema de saúde;
- Assegurar com as entidades de proteção civil e de saúde a resposta necessária a eventuais situações de perigo;
- A desativação do Plano.



7. Plano de Contingência

7.1. Identificação dos efeitos que a infeção de pessoas pode causar na escola

Nesta fase temos de contar e estar preparados para que surjam casos de profissionais ou alunos doentes, com possível comprometimento da vida da Associação e Escola de Música devido ao absentismo daí decorrente. Esse absentismo poderá afetar diferentes áreas de funcionamento da Associação e Escola.

O plano de contingência permite que a Associação e Escola de Música se prepare para lidar com esse disfuncionamento. É necessário proceder a uma análise das diversas atividades desenvolvidas pela Associação e Escola e identificar todas as que possam ser consideradas essenciais.

Relativamente aos serviços administrativos/financeiros, dever-se-á privilegiar o contacto à distância (telefone ou e-mail).

Em termos de atividades letivas, a Escola de Música assegurará todas as condições para que as mesmas estejam asseguradas através da componente digital com recurso a plataforma de ensino/apoio ao ensino à distância.

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham 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 por dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou dificuldades respiratórias.

7.2. Preparação para fazer face a um possível caso de infeção por Covid-19

7.2.1. *Higiene pessoal e do ambiente escolar – Medidas Gerais*

- Afixação de cartazes da Direção Geral de Saúde;
- Limpeza e arejamento das salas, abrindo as janelas, sobretudo, durante os intervalos;
- Limpeza das mesas dos alunos e da secretária do professor utilizando solução aquosa de álcool;
- Aumento do número de vezes em que são limpas as superfícies de trabalho, maçanetas das portas, os teclados e ratos de computadores, utilizando preferencialmente solução aquosa de álcool;
- Abertura das janelas durante a limpeza diária dos diferentes espaços;
- Colocação de dispositivos com soluções de limpeza das mãos à base de álcool, em espaços que não possibilitem a lavagem das mãos e no espaço de isolamento;
- Todas as casas de banho possuem dispositivos de sabonete líquido e toalhetes descartáveis para secar as mãos.



7.2.2. *Medidas de prevenção diária*

7.2.2.1. *Higiene das mãos*

- 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.

7.2.2.2. *Medidas de distanciamento social*

- Prescindir de cumprimentos por beijos e abraços;
- Evitar o contacto com outras pessoas quando se tem algum sintoma de possível infeção;
- Manter, no mínimo, uma distância de 2 metro;
- Não partilhar material escolar (canetas, réguas, etc.);
- Não partilhar alimentos e não utilizar os mesmos recipientes (copos, talheres, etc.);
- Não partilhar objetos pessoais.

8. Medidas de Isolamento

Os alunos ou profissionais, que manifestem febre ou outros sintomas de uma possível infeção com o COVID-19, não devem vir para a Escola, a fim de evitar o contágio de outras pessoas.

Em caso de dúvida, deverá ser contactada a **Linha Saúde 24 – 808 24 24 24** e a Direção da AFM que, por sua vez, entrará em contacto, caso necessário, com o Delegado de Saúde da área e/ou Centro de Saúde.

A Escola irá dispor de uma sala de isolamento. Esta sala dispõe o seguinte equipamento:

- dispositivo com solução de limpeza das mãos à base de álcool;
- lenços de papel;
- água (copos e garrafas);
- termómetro;
- sacos de lixo;
- máscara;



9. 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.

9.1 Procedimento em caso suspeito

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19 informa a direção da AFM (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na Escola, dirige-se para a sala de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na sala de “isolamento” o encarregado de educação contacta a linha SNS 24 (808 24 24 24).

Nas situações necessárias, o responsável (profissional da Escola que se encontre mais próximo) acompanha o aluno até à sala de “isolamento”.

Quem acompanhe o aluno com sintomas, docente ou trabalhador não docente, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção, quanto à higiene das mãos e o uso de máscara.

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.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica e conclui-se os procedimentos constantes no Plano de Contingência para a COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 em contexto escolar”;
- se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

- A. Caso suspeito não validado:** este fica encerrado para o COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente ou trabalhador não docente.
- B. Caso 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. A Direção da AFM informa de imediato a Delegada Regional de Saúde sobre a existência do caso suspeito validado.



10. Procedimentos perante um caso suspeito validado

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 dos 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 sala 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.

Na situação de caso confirmado a Associação deve:

- 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.

11. Procedimento de vigilância de contactos próximos

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:

11.1. “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 expetoração, sangue, gotículas respiratórias.



11.2. “Baixo Risco de Exposição” (casual):

- 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.

12. Código de Conduta

- As crianças / alunos, bem como o pessoal docente e elementos da Direção com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se nas instalações da AFM. Devem contactar o SNS24 (808 242 424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde.

- O pessoal docente e os elementos da Direção, assim como encarregados de educação e outros elementos externos utilizam obrigatoriamente a máscara;

- Ao entrar nas instalações da AFM, desinfetar as mãos com uma SABA;

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos;

- Reforço da lavagem/desinfecção frequente das mãos por parte do pessoal docente e elementos da Direção, designadamente aquando da entrada nas instalações da AFM e sempre que regressem do espaço exterior;

- 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;

- Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.;

- Privilegiar, sempre que possível, a via digital para todos os procedimentos administrativos.

12.1 Higienização Ambiental das instalações da AFM

A limpeza e desinfeção de superfícies, conforme a Orientação 014/2020 da DGS, é uma prática recomendada para a prevenção de transmissão da COVID-19 em ambientes comunitários.



As superfícies com maior risco de contaminação são as de toque frequente, ou seja, as superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas, e com muita frequência ao longo do dia. São exemplos destas superfícies: maçanetas de portas, interruptores de luz, telefones, tablets, teclados e ratos de computadores, principalmente quando usados por várias pessoas, torneiras de lavatório, manípulos de autoclismo, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, entre outros. O planeamento da higienização e limpeza deve ter em conta os revestimentos, os equipamentos e utensílios. A limpeza e desinfeção destas superfícies deve ser feita de acordo com as orientações emanadas pelas autoridades de saúde.

Para além dos cuidados de limpeza e desinfeção, os espaços devem ser ventilados, de acordo com as características, por forma a permitir a renovação do ar interior, idealmente, através de ventilação natural pela abertura de portas e janelas. Não deve ser usado equipamento de ar condicionado na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis.

A AFM deve ter um plano de higienização com orientação da DGS.

13. Avaliação

A Avaliação da eficiência das medidas referidas no atual plano de Contingência terá lugar após a identificação do primeiro caso suspeito na AFM ou sempre que se julgar conveniente.

14. Contactos Úteis

- **Linha SNS24:** 808 24 24 24
- **Contactos Direção:**
 - Presidente Pedro Vitória: 961 180 164
 - Secretário Nuno Inácio: 968 391 540
 - Tesoureira Alexandra Louro: 918 384 305
- **Email:** direcao.afm24jan@gmail.com
- **Website Associação/Escola:** <https://afm24janeiro.pt>