



Escola Superior de Enfermagem

S. José de Cluny

**PLANO PARA
LEVANTAMENTO
PROGRESSIVO DAS
MEDIDAS DE CONTENÇÃO
MOTIVADAS PELA
PANDEMIA COVID-19**

CONTEÚDO

1. INTRODUÇÃO	3
2. POPULAÇÃO ALVO	3
3. OBJETIVOS	3
4. EQUIPA OPERATIVA	4
5. HIGIENE	4
5.1. MEDIDAS BÁSICAS INDIVIDUAIS	4
5.2. MEDIDAS DE HIGIENE AMBIENTAL	5
5.3. MEDIDAS DE PREVENÇÃO INSTITUCIONAIS	6
5.4. AÇÕES A DESENVOLVER	10
5.5. MEDIDAS PERANTE SITUAÇÕES DE DOENÇA	10
5.5.1. ÁREA DE ISOLAMENTO	10
LINKS ÚTEIS	12
BIBLIOGRAFIA	12

1. INTRODUÇÃO

O COVID-19 é um vírus que provoca uma doença infecciosa emergente, identificada pela primeira vez na cidade Chinesa de Wuhan, cujos casos iniciais datam de dezembro de 2019.

O novo coronavírus 2019 é reconhecido atualmente como uma ameaça à saúde pública no contexto internacional.

O Comité de Emergência da Organização Mundial de Saúde (OMS) decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, no âmbito do Regulamento Sanitário Internacional.

Atualmente, Portugal encontra-se em situação de calamidade devido a esta epidemia desde o dia 3 de maio de 2020, depois de 3 períodos consecutivos em estado de emergência que vigoraram desde 18 de março. De acordo com o ECDC, Portugal encontra-se no nível 3, onde existem surtos sustentados na comunidade.

As estratégias a desenvolver têm, naturalmente, presentes a recomendação do Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, de 17 de abril, relativa ao levantamento progressivo das medidas de contenção, atualmente existentes, as orientações da Direção Geral de Saúde e do Instituto de Administração da Saúde da Região Autónoma da Madeira.

A versão 2 do Plano para levantamento progressivo de medidas de contenção motivadas pela Pandemia Covid-19 tem como finalidade orientar a comunidade académica para o regresso, de forma gradual e segura, às atividades da ESESJCluny.

2. POPULAÇÃO ALVO

Comunidade Académica da ESESJCluny (estudantes, docentes, staff e demais utilizadores destas instalações de ensino).

3. OBJETIVOS

- Promover ações com vista à prevenção da infeção e sua disseminação;
- Identificar as necessidades e recursos para uma resposta adequada ao risco existente;
- Empoderar a comunidade académica com informações e conhecimentos atualizados;
- Reforçar medidas de prevenção primárias adequadas;
- Determinar as necessidades e recursos para uma resposta efetiva proporcional ao nível de risco, assegurando o funcionamento institucional e o processo de ensino aprendizagem;

- Detetar precocemente casos de infeção e facilitar a articulação com a linha SRS 24 Madeira;
- Minimizar o efeito da epidemia na ESESJCluny.

4. EQUIPA OPERATIVA

A Equipa Operativa nomeada pelo Conselho de Direção é constituída pela Professora Eva Sousa e pela Dra. Leonor Araújo.

No caso de impedimento destes membros, compete ao Conselho de Direção definir novos elementos.

5. HIGIENE

5.1. MEDIDAS BÁSICAS INDIVIDUAIS

Para a permanência em recinto escolar, deverão ser cumpridas as seguintes medidas:

- Higienização das mãos sempre que entrar nas instalações da ESESJCluny com a solução antisséptica de base alcoólica que se encontra em cada entrada, bem como em todos os serviços que assim o exijam e sempre que achar necessário.
- Obrigatoriedade do uso de máscara¹, em todos os espaços da escola (interior), por todos os membros da comunidade académica e prestadores de serviços contratualizados, de acordo com a Orientação n.º 09/2020 da DGS, de 13 de abril de 2020;
- Respeito pelas medidas de distanciamento social/físico aconselhadas pela DGS (2 metros);
- Lavagem frequentemente as mãos, com água e sabão líquido, durante 20 segundos²;
- Reforço da lavagem das mãos antes e após o contacto com alimentos, uso de instalações sanitárias e após contacto com superfícies em locais públicos (maçanetas de portas, interruptores, transportes públicos, etc.);
- Utilização de lenços de papel (de utilização única), deitando os lenços usados no caixote do lixo e lavando as mãos de seguida;

¹ As máscara não-cirúrgica, comunitária ou de uso social: é um dispositivo de diferentes materiais têxteis, certificado, destinado à população geral. São utilizadas como barreira para complementar as medidas de proteção e das regras de distanciamento, mas não as substituindo. As máscaras cirúrgicas deverão ser utilizadas nos serviços de saúde. Estas máscaras deverão ser utilizadas por um período máximo de 4 a 6h, devendo ser trocadas por uma nova sempre que se encontrem húmidas.

² É aconselhado a lavagem das mãos em contextos comunitários durante 20 segundos. Nos serviços de saúde a duração da lavagem das mãos é de 40 a 60 segundos de acordo com as normas das DGS 2020.

- Ao tossir ou espirrar deverá utilizar lenços de papel ou utilizar o braço com o cotovelo fletido;
- As janelas da sala de aula e gabinetes deverão ser mantidas abertas e, caso não seja possível, deverá manter-se a porta aberta.

5.2. MEDIDAS DE HIGIENE AMBIENTAL

- A frequência de limpeza e desinfecção de superfícies como: maçanetas de portas, torneiras e corrimões deverão ser realizadas duas vezes ao dia (a meio e no final do dia) sendo que os balcões de atendimento (secretaria, bar, reprografia), secretárias (biblioteca, salas de estudo e salas de aula), tampos de mesas do refeitório e bar deverão ser realizadas sempre que haja mudança de utilizadores;
- Todos os gabinetes/espacos devem ser limpos ao fim do dia após a saída do funcionário;
- A limpeza e desinfecção das mesas das salas de aula e secretária do professor deverão ser planeadas e realizadas de forma a que, no caso de haver transição de docente/turmas, esta seja realizada entre uma e outra (Ex. 1: Uma turma troca de docente a meio da manhã. A secretária, computador e rato devem ser alvo de higienização entre uma aula e outra. Ex. 2: Uma sala recebe 2 turmas ao longo do dia. Esse espaco deverá ser objeto de limpeza 2 vezes);
- A higienização e limpeza devem ser adequadas ao tipo de revestimento. O uso de detergentes e desinfetantes, deve estar de acordo com as recomendações do fabricante quanto à quantidade, diluição e tempo de contacto;
- Nas instalações da ESESJCluny, estão disponibilizados: sabão líquido, toalhetes de papel e máquinas para secagem das mãos;
- Nas entradas/saídas de todos os edifícios da escola (Edifício A (2), Edifício B, Lar, Anexo), está disponibilizada uma solução antisséptica de base alcoólica, a ser utilizada sempre que se entre em cada edifício;
- Na entrada da Biblioteca, LAE e Bar encontra-se também disponibilizada uma solução antisséptica de base alcoólica, a ser utilizada sempre que se entre nesses espacos;
- Os resíduos deverão ser acondicionados adequadamente e toda a comunidade académica deverá realizar a separação dos lixos na origem. É proibida a realização de separação dos lixos à priori, bem como a reutilização de sacos de lixo.

5.3. MEDIDAS DE PREVENÇÃO INSTITUCIONAIS

A implementação dos planos e a reativação faseada das atividades no campus escolar deverão ser realizadas de forma segura e progressiva, cumprindo as recomendações do Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior e as orientações Direção Geral de Saúde e do Instituto de Administração da Saúde da Região Autónoma da Madeira.

Assim sendo:

- O trabalho deve ser programado para que os docentes e colaboradores possam manter o distanciamento social/físico de aproximadamente 2 metros;
- A retoma da atividade deve ser orientada pelo princípio de minimização de risco. O retorno à normalidade das atividades que envolvam risco de aglomeração deve ser evitado;
- A entrada para o local do trabalho deve ser organizada de forma disciplinada e organizada para evitar aglomerações na entrada dos serviços. A entrada realizar-se-á pela porta traseira (perto do Lar) e a saída pela porta principal (Secretaria);
- A circulação no interior dos edifícios deverá ser realizada sempre pela direita e mantendo o distanciamento social/físico sendo que, nas escadas do edifício principal, a subida para o 1º piso deverá ser realizada junto à Reprografia e a descida pela escadaria junto à Secretaria;
- É recomendada a preferência pelo teletrabalho (quando possível) e reuniões por telefone ou videoconferência;
- É desaconselhada a entrada em gabinetes que não o do próprio, dando preferência à utilização do telefone ou email, sempre que possível;
- Conforme recomendação da DGS, é agora adotada a imposição de lotações máximas e controlo em tempo real do cumprimento das mesmas, baseados em critérios de distanciamento pré-definidos, no espaço e tipo de atividade em questão. Assim sendo, todos os espaços têm uma lotação predefinida, a considerar:

Quadro 1 – Espaços e capacidades máximas

Espaço	Capacidade máxima
Todos os gabinetes (com exceções abaixo descritas)	1
Gabinete de Recursos Humanos	2 utilizadores, sendo 1 de curta duração
Gabinete de Contabilidade	
Secretaria	
Reprografia	
Gabinetes do Anexo	2
Sala de Partos	
Associação de Estudantes	
Bar	2 pessoas por mesa
Refeitório	
Sala de treino/gesto	3
Sala de trabalho LAE	
Gabinete de Professores (terraço)	4
Sala de Professores (reuniões)	
Enfermaria	5
Ginásio	
Biblioteca	9
Sala do Terraço	
Sala 3	13
Anfiteatro	15
Sala de aula 2	
Sala de aula 4	
Sala de aula 7	17
Sala de aula 8	19
Auditório	43

- A entrada para as salas de aula/laboratórios deve ser organizada de forma disciplinada evitando aglomerações na entrada das mesmas;
- Todos os espaços deverão ser higienizados após transição de grupo de utilizadores (permanecerem encerrados durante uma hora para higienização);
- É aconselhada a permanência mínima nos espaços interiores da instituição. Assim sendo, nos intervalos e pausas recomenda-se a ida aos jardins.

5.3.1. ATENDIMENTO AO PÚBLICO

Sempre que possível, sugere-se o atendimento via email ou telefone para todos os serviços da ESESJC, caso contrário incentiva-se, ativamente, todos os utilizadores a

manterem uma distância de segurança dos diversos balcões e respetivos colaboradores, bem como a realização de filas com intervalos de 2 metros entre indivíduos. A maioria dos serviços possui medidas extra:

Serviços de Secretaria e Tesouraria:

- Incentiva-se que os pagamentos continuem a ser realizados através de transferência bancária ou de MBWay;
- Na secretaria deverá existir um acrílico no balcão de forma a promover um ambiente o mais adequado aos funcionários que trabalham neste espaço, minimizando o risco;

Serviço de Bar e Cantina

No bar e cantina da escola são espaços em que é permitido a não utilização da máscara, mas sendo apenas destinado ao momento da ingestão de alimentos;

- Todos os utilizadores deverão higienizar as mãos com a solução antisséptica de base alcoólica ao entrar;
- A lotação destes espaços foi reduzida, conforme mencionado acima. Assim sendo, cada mesa deverá ter no máximo 2 utilizadores. O balcão de atendimento poderá ser utilizado por 2 utilizadores, havendo prioridade para pedido e pagamento;
- A utilização de lavagem de utensílios e posterior secagem no bar fica interdita a todos os utilizadores;
- Sempre que o espaço esteja com a lotação máxima, os novos utilizadores deverão aguardar na porta, formando uma fila e aguardando por indicações do funcionário de serviço;

Serviço de Reprografia:

- Devido ao tamanho deste espaço, apenas 1 colaborador e 1 utilizador poderão estar presentes;
- A utilização das máquinas e trespasses do balcão por parte dos utilizadores encontra-se interdita a não ser em casos de “impressão segura”. Neste caso o colaborador saíra do espaço.

Serviço de Biblioteca:

- Todos os utilizadores deverão higienizar as mãos com a solução antisséptica de base alcoólica ao entrar;
- Fica suspensa a requisição de bibliografia;
- A utilização da Biblioteca restringe-se apenas a consulta de bibliografia e empréstimo até ao serviço de reprografia;
- O tempo permitido de permanência na biblioteca é de 1 hora por utilizador;

- Os livros/revistas utilizados deverão permanecer num espaço destinado a esse fim e arrumados após 24 horas;
- Os utilizadores da biblioteca devem agendar a sua ida a este espaço através do telefone 291 743 444 ou através dos emails: jcsantos@esesjcluny.pt ou adribrazao@esesjcluny.pt com antecedência;

Laboratório Avançado de Enfermagem:

- Todos os materiais laváveis deverão ficar num sítio designado pela Equipa do LAE para higienização, sendo que os não laváveis deverão ficar em sítio designado pela mesma para 24 horas de descontaminação;
- Este espaço é utilizado apenas para a demonstração, simulação ou treino de técnicas;
- Os espaços deverão estar sempre ventilados sendo que, na transição de um grupo para outro grupo, deverá haver um intervalo de 1h de forma que permita a higienização do ambiente;
- É proibida a partilha de batas e outros materiais pessoais.

5.3.4. COMUNICAÇÃO INTERNA

- A escola disponibiliza panfletos e cartazes sobre higiene de mãos e outras informações pertinentes e colocará informações em todas as salas de aulas e espaços comuns;
- Todos os estudantes, docentes e colaboradores receberão informação sobre novos desenvolvimentos sobre o coronavírus via correio eletrónico e portal interno.

5.4. AÇÕES A DESENVOLVER

Ações a desenvolver	Iniciado	Em curso	Executado
Continuação da divulgação de medidas preventivas e de educação do risco de transmissão/disseminação da infeção por COVID-19		X	
Divulgação dos contactos para comunicar/esclarecer situações de risco		X	
Divulgação do Plano para levantamento progressivo das medidas de contenção, motivadas pela pandemia Covid-19			X
Manutenção das áreas de isolamento temporário			X
Reforço das medidas de higienização		X	
Medidas de desconfinamento		X	
Alterações do calendário escolar realizados pelos órgãos de gestão da Escola		X	

5.5. MEDIDAS PERANTE SITUAÇÕES DE DOENÇA

Em situação de febre, tosse e outros sinais contactar a linha SRS24 e seguir as orientações, não se deslocando do alojamento para outros espaços.

5.5.1. ÁREA DE ISOLAMENTO

A área de isolamento designada pelo Conselho de Direção é a Sala de Pediatria, do LAE. Esta área tem como finalidade evitar o contacto direto com outros membros da comunidade académica.

Este espaço deverá ser utilizado apenas para este fim, devendo estar destrancado e disponível para utilização imediata.

As instalações sanitárias a serem utilizadas deverão ser as que se encontram em frente à sala de pediatria, evitando contacto com outros espaços e ficando a sua utilização interdita a outras pessoas.

CALENDARIZAÇÃO DE ATIVIDADES (reabertura faseada de serviços e espaços)

Serviços/Espaços	Data de abertura	Observações
Secretaria	25 de maio de 2020	Os utilizadores da biblioteca devem agendar a sua ida a este espaço através do telefone 291 743 444 ou através dos emails: jcsantos@esesjcluny.pt ou adribrazao@esesjcluny.pt com antecedência
Biblioteca		
Reprografia		
LAE	1 de junho de 2020	O pedido deverá ser enviado para o correio eletrónico lae@esesjcluny.pt e este terá que ser confirmado de forma que se evite os aglomerados e que permita a higienização do ambiente na transição de um grupo para outro.
Salas de aula	1 de junho de 2020	Estes espaços poderão ser utilizados para frequências, exames, provas de acesso e outras atividades de forma que seja cumprido com as lotações previstas e a higienização conforme preconizado. A requisição dos espaços deverá ser realizada pela Secretaria de Organização Pedagógica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Qualquer dúvida que surja a equipa deverá ser contactada através dos seus emails corporativos (Prof. Eva Sousa – evasousa@esesjcluny.pt; Dra. Leonor Araújo – laraujo@esesjcluny.pt).

O Plano de Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção motivadas pela pandemia COVID-19, encontram-se em constante atualização, sendo a sua consulta incentivada.

LINKS ÚTEIS (de atualização frequente)

Direção-Geral da Saúde. Microsite Covid-19. Website: <https://www.dgs.pt/coronavirus.aspx>

IASaude. Microsite Novo Corona Virus 2019. Website: <http://apps.iasaude.pt/novocoronavirus2019/>.

BIBLIOGRAFIA

European Centre for Disease Prevention and Control. Outbreak of novel coronavirus disease 2019 (COVID-19): increased transmission globally – fifth update, 2 March 2020. ECDC: Stockholm; 2020.

Direção-Geral da Saúde. Microsite Covid-19. Website: <https://www.dgs.pt/corona-virus/home.aspx>. Consultado a: 03 de março de 2020.

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 003/2020 de 30/01/2020. Prevenção e Controlo de Infeção por novo Coronavírus (2019-nCoV).

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 005/2020 de 26/02/2020. Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19).

Procedimentos para portos e viajantes por via marítima. Direção-Geral da Saúde. Orientação número 006/2020 de 26/02/2020.

Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas. Direção-Geral da Saúde. Informação número 005/2020 de 27/02/2020.

Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus. Direção-Geral da Saúde.

Informação número 006/2020 de 28/02/2020. COVID-19: Recomendações para eventos públicos e eventos de massas. Despacho n.º 2836-A/2020 de 2020-03-02.

IASaude. Microsite Novo Corona Virus 2019. Website: <http://apps.iasaude.pt/novocoronavirus2019/>. Consultado a 3 de março de 2020.



Versão1 - Publicada a 20 de maio de 2020