



## ***Orientações e Recomendações***

## Índice

1. Modificações .....	4
2. Conteúdo .....	4
3. Aplicação .....	4
4. Referências.....	5
5. Coordenação do plano e das ações.....	6
6. SARS-CoV-2 e COVID-19 .....	6
7. Medidas gerais para reduzir o risco de transmissão de SARS-COV-2 .....	7
7.1. Acesso e permanência nas instalações .....	9
7.2. Distanciamento social .....	10
7.3. Regras de etiqueta respiratória.....	12
7.4. Lavagem das mãos .....	12
7.5. Medidas de higienização .....	13
7.5.1. Limpeza e desinfecção das superfícies de áreas comuns .....	14
7.5.2. Limpeza e desinfecção das áreas de atendimento/ balcão .....	15
7.5.3. Limpeza e desinfecção dos instrumentos .....	15
7.6. Instalações sanitárias e vestiários .....	16
7.7. Equipamentos de Proteção Individual (EPI).....	16
8. Gestão de caso .....	17
8.1. Atuação do Conservatório de Música perante um caso confirmado de COVID-19 dentro do estabelecimento.....	18
8.2. Atuação do Conservatório de Música perante um caso confirmado de COVID-19 fora do estabelecimento.....	20
8.3. Regresso do caso confirmado ao Conservatório de Música .....	20
9. Rastreio de contatos .....	21
9.1. Identificação de contatos.....	21
9.2. Classificação de contatos .....	21
9.3. Implementação de medidas.....	22
10. Sala de isolamento .....	23
11. Anexos.....	25
11.1. Lista de contatos úteis.....	25
11.2. Fluxo de atuação perante caso possível ou provável de COVID-19 .....	25
11.3. Informação: Lavagem de mãos .....	25

11.4.	Informação: Procedimento de colocação e retirada de máscara .....	25
11.5.	Minuta dirigida aos encarregados de educação .....	25

## 1. Modificações

Edição	Data	Modificação
1	31/08/2020	Elaboração do Plano de Contingência.
2	22/09/2020	Atualização do Plano de Contingência (Referencial Escolas - Controlo da transmissão de COVID-19 - 2020/2021).
3	26/10/2020	Atualização do Plano de Contingência (Norma n.º 004/2020).
4	02/09/2021	Atualização do Plano de Contingência (Referencial Escolas - Controlo da transmissão de COVID-19 - 2021/2022).

## 2. Conteúdo

O objetivo deste documento é ajudar a evitar, diminuir ou limitar o impacto da COVID19 e não colide com a responsabilidade de implementação de ações adicionais que sejam tidas como localmente necessárias e justificadas e suportadas pelas recomendações da DGS.

Este plano de contingência poderá ser atualizado e revisto sempre que se verificar necessidade, consoante a evolução da pandemia, disponibilização de nova evidência científica ou por imposições por parte das autoridades competentes.

## 3. Aplicação

Este procedimento destina-se a proteger a saúde dos trabalhadores através da limitação do risco de contaminação, nos locais de trabalho.

O Plano de Contingência deverá ser divulgado por todos os colaboradores. A divulgação do mesmo deverá ser efetuada, preferencialmente, por meios eletrónicos (ex: e-mail, plataforma interna).

Da mesma forma, o Plano de Contingência deve ser do conhecimento de todos os Encarregados de Educação e alunos (ex: e-mail, página website, reuniões, placards informativos, etc).

A implementação e cumprimento das medidas de contingência é de carácter obrigatório.

#### 4. Referências

- Lei nº 102/2009, de 10 de setembro (Artigo 15.º) - Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho;
- Decreto-Lei nº 84/97, de 16 de abril - Relativo à proteção da segurança e saúde dos trabalhadores contra os riscos resultantes da exposição a agentes biológicos durante o trabalho;
- Informação nº 009/2020 de 13/04/2020 da Direção Geral de Saúde - Fase de Mitigação - Uso de Máscaras na Comunidade;
- Norma nº 004/2020 de 23/03/2020 atualizada a 19/04/2021 da Direção Geral de Saúde - COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO – Abordagem do Doente com Suspeita ou Infecção por SARS-CoV-2;
- Norma nº 015/2020 de 27/04/2020 atualizada a 19/02/2021 da Direção Geral de Saúde - COVID-19: Rastreio de contactos;
- Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 atualizada a 29/04/2021 da Direção Geral de Saúde - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas;
- Orientação nº 011/2020 de 17/03/2020 da Direção Geral de Saúde - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) – Medidas de prevenção da transmissão em estabelecimentos de atendimento ao público;
- Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 da Direção Geral de Saúde - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- Orientação nº 019/2020 de 03/04/2020 da Direção Geral de Saúde - Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) - Utilização de Equipamentos de Proteção Individual por Pessoas Não-Profissionais de Saúde;
- Orientação nº 024/2020 de 08/05/2020 atualizada a 20/07/2020 da Direção Geral de Saúde - COVID-19 - Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário;

- Orientação Regresso às aulas em regime presencial (11.º e 12.º anos de escolaridade e 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares;
- Limpeza e Desinfecção de Superfícies em Ambiente Escolar no Contexto da Pandemia Covid-19 - Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas;
- Referencial Escolas - Controlo da transmissão de Covid-19 em contexto escolar da Direção Geral de Saúde para o ano letivo 2021/2022.

## 5. Coordenação do plano e das ações

A coordenação do Plano de Contingência é do Diretor Pedagógico, Dr. Antero Leite, apoiado pela Diretora Financeira e de Serviços, Eng<sup>a</sup> Fabiana Costa.

Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser imediatamente comunicada ao Diretor que fará a articulação necessária com as autoridades competentes e com os encarregados de educação.

## 6. SARS-CoV-2 e COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2).

A doença manifesta-se predominantemente por:

- Sintomas respiratórios - febre, tosse e dificuldade respiratória;
- Outros sintomas - dor de garganta, dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, vómitos, dor no peito e dor de cabeça, entre outros.

No entanto, a pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas, designando-se assintomática.

Com base na evidência científica atual, o SARS-CoV-2 transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou entrarem em contacto com boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas;
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos através de inalação de aerossóis contendo o vírus.

## **7. Medidas gerais para reduzir o risco de transmissão de SARS-COV-2**

Para minimizar o risco de infeção por SARS-CoV-2, é fundamental adotar medidas de prevenção e controlo da transmissão do vírus.

As medidas gerais aplicáveis a toda a comunidade escolar são:

- Dever de permanência em casa perante quaisquer sinais e/ou sintomas de doença (tosse de novo ou agravamento do padrão habitual, febre, dificuldade respiratória sem outra causa atribuível, perda completa do olfato, falta completa do paladar ou distorção persistente do paladar de início súbito);
- Utilização de máscara;
- Manutenção de distanciamento físico recomendado entre pessoas;
- Lavagem ou desinfeção das mãos;
- Cumprimento da etiqueta respiratória;
- Limpeza e desinfeção adequada das superfícies e espaços;
- Ventilação dos espaços;
- Privilegiar, sempre que possível atividades ao ar livre;
- Realização de testes laboratoriais para SARS-CoV-2;
- Estabelecer um plano de comunicação de forma a promover o envolvimento de toda a comunidade escolar na adoção de medidas.

Na organização do Conservatório de Música, foram também implementadas as medidas:

- Reorganização de espaços, circuitos e horários por forma a reduzir o cruzamento de alunos, pessoal docente e não docente, procurando assegurar o distanciamento físico;
- Organização das turmas de forma a que os alunos da mesma turma do ensino regulado estejam na mesma turma no Conservatório de Música;
- Restruturação das salas onde são lecionadas aulas de coro e aulas de sopro de forma a que se encontrem afastadas das restantes salas;
- Afixação de sinalização de sensibilização para a utilização da máscara e cumprimento do distanciamento físico, etiqueta respiratória, circuitos e higienização das mãos;
- Reforço do Plano de higienização e arejamento dos espaços;
- Sensibilização do pessoal docente, não docente e alunos sobre os procedimentos definidos para mitigar o risco de contágio.

Da mesma forma, é assegurada a existência dos seguintes materiais:

- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para a higienização das mãos dos alunos e colaboradores, disponível em local visível e de fácil acesso (entrada e saída das instalações, todas as salas de aula, auditórios e serviços administrativos);
- Máscaras para uso dos colaboradores e alunos;
- Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- Dispositivos individuais de lavagem de mãos (sabão de mãos) nas instalações sanitárias;
- Contentor para resíduos com abertura não manual e saco de plástico;
- Equipamentos e materiais de limpeza de uso único. Quando a utilização de equipamentos de limpeza descartáveis não for possível, deve estar prevista a sua limpeza e desinfeção após utilização (ex.: baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um “caso suspeito”;

- Produtos biocidas desinfetantes conforme a superfície a desinfetar.

Para um fácil e imediato rastreamento e fluxo de informação, todos os alunos da instituição devem ter os contactos de emergência devidamente atualizados.

Caso haja necessidade de substituição devido a absentismo por doença ou necessidade de isolamento do pessoal docente e não docente, devem estar definidas diferentes equipas de pessoal (docente e não docente) de acordo com o respetivo quadro de funções.

Deve ser privilegiada uma renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas após cada aula, sendo que, durante as aulas, deverá manter-se a renovação do ar na sala. Destaca-se especial atenção ao arejamento das salas onde são lecionadas aulas de sopro e de coro.

Poderá ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC) Nestes casos deve ser garantida a limpeza e manutenção adequada, de acordo com as recomendações do fabricante e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica.

### **7.1. Acesso e permanência nas instalações**

No interior das instalações do Conservatório de Música, é obrigatório o uso de máscara, excetuando apenas aquando das aulas de instrumentos de sopro e de coro pelo tempo estritamente necessário.

O acesso ao Conservatório de Música é realizado pela entrada principal e saída da escola é efetuada pela saída do bar, existindo sinalização indicativa do sentido a adotar no pavimento das instalações, bem como nas respetivas portas.

Na entrada encontra-se afixada informação "Uso obrigatório de máscara" assim como as instruções de como utilizar máscara.

As portas devem encontrar-se abertas de forma a evitar o toque frequente nas superfícies.

Da mesma forma, a circulação nos corredores e escadarias deve ser efetuada segundo a sinalização existente no pavimento (nas escadas, deve-se subir pela direita, junto ao corrimão, sendo que a descer, deve ser efetuado na esquerda).

A entrada no auditório grande deve ser efetuada pela entrada principal e a saída deve ser efetuada pelos bastidores.

Cada turma tem uma sala de aula específica atribuída e, no caso de turmas distintas partilharem salas, o horário encontra-se organizado de forma a não partilharem a mesma sala no mesmo dia, permitindo a sua higienização e ventilação.

As aulas de sopro e de coro deverão ser reorganizadas por forma a que os alunos não estejam a tocar o instrumento ou a cantar, respetivamente, ao mesmo tempo. Da mesma forma, os alunos deverão estar orientados na mesma direção.

O bar deve encontrar-se fechado de maneira a não juntar grupos de alunos nas instalações.

Os encarregados de educação ou outros responsáveis pelos alunos deverão aguardar no exterior das instalações.

Os colaboradores deverão auto monitorizar os sintomas e, da mesma forma, deverão sensibilizar os alunos a fazerem a auto monitorização e, caso tenham sintomas sugestivos de COVID-19, não deverão comparecer nas instalações e contactar o SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas criadas para o efeito.

## **7.2. Distanciamento social**

O distanciamento entre os alunos e colaboradores (1 metro) deve ser implementado e mantido permanentemente.

Os locais de trabalho nos serviços administrativos são reorganizados e afastados de forma a garantir o distanciamento entre colaboradores. O balcão de atendimento dos mesmos serviços encontra-se dotado de barreira física (acrílico) por forma a garantir a distância entre colaboradores e alunos ou

encarregados de educação, devendo apenas estar uma pessoa no mesmo para atendimento. Não obstante, deverá ser privilegiado o atendimento através de outras alternativas:

- Atendimento telefónico (256 337 070 ou 926 380 219/ 926 380 221);
- Página online (<https://www.conservatoriodemusica.pt/pt>);
- Correio eletrónico ([geral@conservatoriodemusica.pt](mailto:geral@conservatoriodemusica.pt)).

As salas de aulas serão reorganizadas de forma a garantir a distância entre alunos e entre professores. As mesas deverão estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros. Os alunos deverão ocupar sempre o mesmo lugar/secretária na sala. Da mesma forma, as turmas serão instaladas em salas distanciadas entre si (sempre que possível).

No caso das turmas com mais alunos, como é o caso de aula em forma de orquestra, esta será lecionada no auditório grande, sendo recomendável a sinalização no pavimento do local que cada aluno deverá adotar no palco. Da mesma forma, deve ser reorganizada, desde que não cause constrangimentos maiores, a disposição dos alunos de acordo com os instrumentos utilizados. Por exemplo, no caso de instrumentos de sopro, deve-se ter em consideração a orientação do fluxo de partículas que possam ser projetadas pelo instrumento de forma a não coincidir com qualquer outro elemento da turma.

Relativamente à turma de coro, deve ser lecionada no pequeno auditório, garantindo a distância de segurança (1 metro) entre alunos e professor, devendo os alunos estarem dispostos na mesma direção.

No caso de aulas individuais ou com apenas dois alunos, o professor deve permanecer de forma a garantir a distância de segurança e, no caso de serem lecionados instrumentos de sopro, o professor deve permanecer desviado do fluxo de projeção de partículas do próprio instrumento.

A calendarização das aulas também se encontrará organizada de forma a reduzir/restringir o n.º de alunos a circular pelas instalações simultaneamente.

As reuniões semanais entre pessoal docente serão realizadas através de vias digitais e, caso seja imperiosa a realização de reuniões presenciais, estas serão realizadas no auditório grande, com a devida distância de segurança entre elementos.

Aquando realização de concertos, estes devem ser efetuados com restrição de n.º de pessoas na assistência (disposição das cadeiras de forma a garantir distância entre cadeiras).

Quando o número de alunos da turma tornar inviável o cumprimento das regras de distanciamento físico nos espaços, a instituição poderá desdobrar as turmas.

As visitas de entidades externas à instituição deverão ser agendadas previamente.

### **7.3. Regras de etiqueta respiratória**

- Evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- Tossir ou espirrar para o braço ou manga com cotovelo fletido ou cobrir com um lenço de papel descartável;
- Usar lenços de papel descartáveis para assoar, depositar de imediato no contentor de resíduos e lavar as mãos;
- Se usar as mãos inadvertidamente para cobrir a boca ou o nariz, lavá-las ou desinfetá-las de imediato;
- Não cuspir para o chão. Se houver necessidade de remover secreções existentes na boca, deve ser utilizado um lenço descartável, diretamente da boca para o lenço, e colocar imediatamente no lixo após ser usado.

### **7.4. Lavagem das mãos**

A lavagem das mãos deve ser realizada com frequência ao longo do dia, especialmente nas seguintes situações:

- Lavagem/desinfecção das mãos antes e depois de contactar com outras pessoas, situação que deve ser evitada;

- Lavagem/desinfecção das mãos depois de espirrar, tossir ou assoar-se;
- Lavagem/desinfecção das mãos depois de utilizar as instalações sanitárias;
- Lavagem/desinfecção das mãos antes e após consumir lanches;
- Lavagem/desinfecção das mãos antes e após cada aula.

### **7.5. Medidas de higienização**

A frequência de limpeza e higienização dos espaços deve ser incrementada não bastando cumprir os horários habituais de limpeza, especialmente em objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex.: maçanetas de portas, cabides, corrimãos, bancadas).

Nas instalações devem existir as fichas de dados de segurança (FDS) dos produtos que constam no plano de higienização. Devem ainda ser cumpridas as indicações do fabricante e instruções nos rótulos dos produtos e nas fichas de segurança assim como, as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante os procedimentos de limpeza dos espaços e como garantir uma boa ventilação dos mesmos durante a limpeza e desinfecção.

Deve ser definido um plano de higienização com as zonas a serem desinfetadas, produtos a utilizar e periodicidade de higienização. Este plano deve ser do conhecimento dos profissionais envolvidos e estar afixado em local visível.

Deve ser garantida a gestão de resíduos diariamente.

Na limpeza e higienização devem ser cumpridas medidas como:

- A limpeza de superfícies de toque frequente pode ser realizada com detergente de base desinfetante, para conseguir um procedimento mais rápido, isto é, um produto que contém na sua composição, detergente e desinfetante em simultâneo (2 em 1), compatíveis;
- Devem ainda ser utilizados materiais de limpeza distintos de acordo com o nível de risco das áreas a limpar. Por exemplo, nas casas de banho: pano só

para limpar o lavatório, pano para as sanitas. A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba;

- Garantir desinfecções frequentes de todas as instalações sanitárias e demais locais de uso comum dos trabalhadores;
- Reforço da manutenção e limpeza dos sistemas de ventilação e ar condicionado.

### 7.5.1. Limpeza e desinfecção das superfícies de áreas comuns

Devem ser seguidas as seguintes indicações:

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
- Espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
- Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor;
- De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- Deixar secar ao ar;
- **Instalações sanitárias:** Utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas. Seguir a sequência:
  - Iniciar a limpeza pelos lavatórios (1.º as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
  - Limpar as sanitas;

Parte interior da sanita:

- Limpar o interior da sanita apenas com o piaçaba. Se houver urina ou fezes, descarregar primeiro o autoclismo. Não deitar lixívia ou produto com amoníaco sobre a urina, porque provoca uma reação gasosa nociva para a saúde;
- Aplicar o produto detergente com base desinfetante (deixar atuar durante pelo menos 5 minutos). Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- Volte a puxar a água.

Parte exterior da sanita:

- Espalhar o detergente/desinfetante na parte de cima da sanita e sobre os tampos;
  - Esfregar com o pano: primeiro os tampos e só depois, a parte exterior da sanita (em cima e nos lados);
  - Passar com pano só com água;
  - Deixar secar ao ar;
  - Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo. Pode desinfetar também com álcool a 70º-80º.
  - Limpar o chão.
- 
- **Espaços fechados (salas de aula):** iniciar 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. O chão deverá ser o último a ser limpo.

### **7.5.2. Limpeza e desinfeção das áreas de atendimento/ balcão**

Devem ser seguidas as seguintes indicações:

- Desinfetar frequentemente ou entre cada utilização, os equipamentos críticos (tais como balcões, canetas disponibilizadas aos clientes, teclados de computador, telefones, etc.);
- Aquando pagamentos com dinheiro, desinfetar o balcão se esteve em contacto com o dinheiro e desinfetar as mãos ou luvas.

### **7.5.3. Limpeza e desinfeção dos instrumentos**

Devem ser seguidas as seguintes indicações:

- Após cada aula, os alunos devem proceder à limpeza dos seus próprios instrumentos;
- No caso de utilização de pianos, os professores deverão proceder à limpeza destes instrumentos ou, caso não seja possível, alguém designado pela instituição deverá proceder à limpeza do mesmo;

- Sempre que seja necessária a partilha de equipamentos e/ou instrumentos entre alunos diferentes, os alunos deverão higienizar os equipamentos e/ou instrumentos após a sua utilização.

## **7.6. Instalações sanitárias e vestiários**

Todos os lavatórios das instalações sanitárias devem ser dotados de sabão (ou desinfetante para as mãos), toalhas em rolo de papel e caixote do lixo com acionamento não manual.

Deverá promover-se a ventilação constante do espaço.

Recomenda-se a afixação de informação "Como lavar as mãos" junto dos lavatórios (em anexo).

## **7.7. Equipamentos de Proteção Individual (EPI)**

A utilização de EPI não dispensa o cumprimento de outras medidas entre as quais a etiqueta respiratória e o distanciamento social, que constituem medidas eficazes de prevenção da transmissão de SARS-CoV-2 na comunidade.

A utilização obrigatória de máscara é aplicável a:

- Pessoal docente;
- Pessoal não docente;
- Alunos com 10 ou mais anos de idade;
- Alunos a partir do 2.º ciclo do ensino básico, independentemente da idade;
- Pessoal externo que permaneça nas instalações.

As máscaras descartáveis devem ser encaminhadas para o lixo (resíduos urbanos) no final da sua utilização.

### 7.7.1. Colocação de máscara cirúrgica

O seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos (ver em anexo 11.4):

- Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
- Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
- Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
- Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
- A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida;
- Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único;
- A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
- A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;
- Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.

## 8. Gestão de caso

Todos os colaboradores devem ter conhecimento do local de isolamento e procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19 (ver anexo 11.2).

Em caso de suspeita de infeção do próprio ou de terceiros, todos os membros da comunidade educativa têm o dever de cumprir os procedimentos definidos no plano, evitando a interação e o contágio a outros.

## **8.1. Atuação do Conservatório de Música perante um caso confirmado de COVID-19 dentro do estabelecimento**

Perante a identificação de um caso possível (preenche os critérios clínicos de definição de COVID-19) ou caso provável (preenche os critérios clínicos e epidemiológicos ou critérios clínicos e imagiológicos para definição de caso provável de COVID-19) no Conservatório de Música de Fornos, deve-se:

1. Ativar todos os procedimentos constantes neste Plano de Contingência e contactar a coordenação do Conservatório de Música;
2. Encaminhar o caso possível ou provável, acompanhado por um adulto, caso se trate de um menor de idade para a área de isolamento;
3. Contatar o encarregado de educação de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor e inquirir sobre possível contato com algum caso confirmado ou provável de COVID-19;
4. Contatar a Autoridade de Saúde territorialmente competente;
5. Na área de isolamento, o encarregado de educação ou o próprio caso seja adulto, contatar o SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas criadas para o efeito e seguir as recomendações indicadas. Caso o encarregado de educação tenha dado autorização prévia, o diretor ou o ponto focal podem efetuar a chamada.

Se o caso não for validado como possível ou provável de COVID-19 pela triagem telefónica, deve-se seguir o procedimento normal do Conservatório de Música.

Se o caso for validado como possível ou provável de COVID-19 pela triagem telefónica e dependendo da gravidade, o caso é enquadrado em:

- Vigilância clínica e isolamento no domicílio;
- Avaliação clínica nas áreas dedicadas a doentes;
- Intervenção de emergência médica pré-hospitalar.

Independentemente do encarregado de educação contatar o SNS 24, o diretor ou o ponto focal do Conservatório de Música deve informar a Autoridade de Saúde local.

6. A Autoridade de Saúde local ou o SNS 24 prescreve o teste para SARS-CoV-2 assim como presta esclarecimentos sobre os cuidados a ter enquanto se aguarda confirmação laboratorial e, caso necessário, medidas de prevenção proativas (ex: isolamento profilático e rastreio de contactos, monitorização dos sinais e sintomas, etc).

Se o resultado laboratorial for positivo, trata-se de um caso confirmado, levando a Autoridade de Saúde local a realizar o inquérito epidemiológico, rastrear contactos, avaliar os riscos e comunicar as situações que necessitem de intervenção comunitária.

Perante a identificação de um caso possível ou provável, devem ser tomados os seguintes passos:



## 8.2. Atuação do Conservatório de Música perante um caso confirmado de COVID-19 fora do estabelecimento

Se o caso confirmado tiver sido identificado fora do Conservatório de Música, devem ser seguidos os passos:



- 1) Perante a comunicação ao Conservatório de Música de um caso confirmado de COVID-19 de uma pessoa que tenha frequentado o estabelecimento, devem ser imediatamente ativados todos os procedimentos constantes no Plano de Contingência e ser contactado o ponto focal.

## 8.3. Regresso do caso confirmado ao Conservatório de Música

Independentemente da recuperação de COVID-19 e do cumprimento de isolamento profilático, deve-se cumprir as medidas de prevenção e controlo de infeção.

O fim das medidas de isolamento dos doentes sintomáticos sem necessidade de realização de teste laboratorial para a SARS-CoV-2 depende da gravidade dos sintomas:

- Doença ligeira ou moderada - 10 dias desde o início dos sintomas desde que apresente ausência completa da febre e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos;
- Doença grave ou crítica - 20 dias desde o início dos sintomas desde que apresente ausência completa da febre e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos;

- Imunodeprimidos, independentemente da gravidade da doença - 20 dias desde o início dos sintomas, desde que apresente ausência completa da febre e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos.

O fim das medidas de isolamento dos doentes assintomáticos é determinado pela Autoridade de Saúde local, mediante a obtenção de um resultado negativo num teste molecular para SARS-CoV-2, realizado 10 dias após a data da última exposição ao caso confirmado de COVID-19.

## 9. Rastreio de contactos

O rastreio de contactos tem como objetivo a rápida identificação de pessoas que estiveram em contacto com um caso confirmado de COVID-19, garantindo a identificação de possíveis casos secundários levando à interrupção da transmissão de doença.



### 9.1. Identificação de contactos

Nas 24 horas seguintes ao conhecimento da existência do caso confirmado, deve-se iniciar o inquérito epidemiológico e o rastreio de contactos (alunos, pessoal docente e não docente, coabitantes e outros que possam ser relevantes).

### 9.2. Classificação de contactos

O risco de contrair infeção por SARS-CoV-2 depende do grau de exposição, sendo estratificado por exposição de alto risco e de baixo risco, de acordo com Norma n.º 015/2020 da Direção Geral de Saúde.

### 9.3. Implementação de medidas

Após identificação e classificação do nível de risco dos contatos, a Autoridade de Saúde local implementa um conjunto de medidas individuais e coletivas.

#### 9.3.1. Medidas a adotar pelos contatos de risco

Os contatos de alto risco são sujeitos a:

- Isolamento profilático;
- Teste laboratorial molecular;
- Vigilância ativa na Plataforma Trace Covid durante 14 dias desde a data da última exposição;
- Tendo teste negativo e sendo assintomático, repetir teste laboratorial molecular.

Os coabitantes dos contatos são "equiparados" a contatos de alto risco.

Os contatos de baixo risco são sujeitos a:

- Vigilância passiva durante 14 dias desde a data da última exposição;
- Cumprimento da Orientação nº 010/2020 da Direção Geral de Saúde "Distanciamento social e isolamento";
- Auto monitorização e registo diário de sintomas compatíveis com COVID-19;
- Limitação dos contatos, reduzindo as deslocações ao indispensável;
- Contato do SNS 24 no caso de surgirem sintomas compatíveis com COVID-19;
- Realização de teste laboratorial molecular (TAAN). Caso o teste molecular não esteja disponível ou não permita a obtenção do resultado em menos de 24 horas, realizar um teste rápido de antigénio (TRAg).

Em situação de cluster (conjunto de casos que parecem estar relacionados pela sua forma de distribuição no espaço e/ou no tempo) ou de surto (ocorrência de um número de casos da doença superior ao que seria

considerado expectável numa determinada população durante um período de tempo definido), todos os contatos (alto e baixo risco) deverão realizar teste rápido de antígeno (TRAg) para SARS-CoV-2.

### **9.3.2. Medidas a adotar pelo Conservatório de Música**

Podem ser aplicadas como medidas coletivas:

- Encerramento de uma ou mais turmas;
- Encerramento de uma ou mais zonas do Conservatório de Música;
- Encerramento de todo o Conservatório de Música;
- Medidas excepcionais para contenção de surtos e de casos.

## **10. Sala de isolamento**

A sala de isolamento tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos indivíduos com sinais e sintomas permitindo um distanciamento social relativamente aos indivíduos presentes no espaço.

Todos os colaboradores devem ter conhecimento do local e procedimentos a adotar perante um caso suspeito de COVID-19.

A sala de isolamento possui as seguintes características:

- Ventilação natural e sistema de ventilação mecânica;
- Revestimentos lisos e laváveis;
- Instalações sanitárias próximas;
- Telefone para contacto com a Linha SNS24 (808 24 24 24);
- Cadeiras;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos;
- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro, preferencialmente digital, sem contacto.

Da mesma forma, na sala de isolamento existe também o fluxograma de atuação perante um caso possível ou provável de COVID-19, assim como os contatos da Autoridade de Saúde Pública da zona do Conservatório de Música.

Deve ser reforçada a limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pelo caso suspeito e da área de isolamento. Da mesma forma, os resíduos produzidos pelo caso suspeito devem ser acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.

### **A sala de isolamento definida é a sala exterior.**

O acesso à sala de isolamento deve ser efetuado pelos fluxos definidos (saída das instalações).

Na identificação da sala tem o contacto da pessoa/posto de trabalho responsável pela chave da porta da sala de isolamento. A pessoa responsável deverá dirigir-se imediatamente para a sala de isolamento e manter sempre a distância de segurança do caso suspeito aquando da abertura da sala de isolamento.

A área de isolamento não deve ser utilizada por mais do que um caso em simultâneo. Na eventualidade de serem identificados vários casos suspeitos em simultâneo, deve recorrer-se a outras salas que não estejam a ser utilizadas para isolamento dos restantes casos suspeitos, cumprindo os mesmos procedimentos dos aplicados à sala de isolamento.

## **11. Anexos**

**11.1. Lista de contatos úteis**

**11.2. Fluxo de atuação perante caso possível ou provável de COVID-19**

**11.3. Informação: Lavagem de mãos**

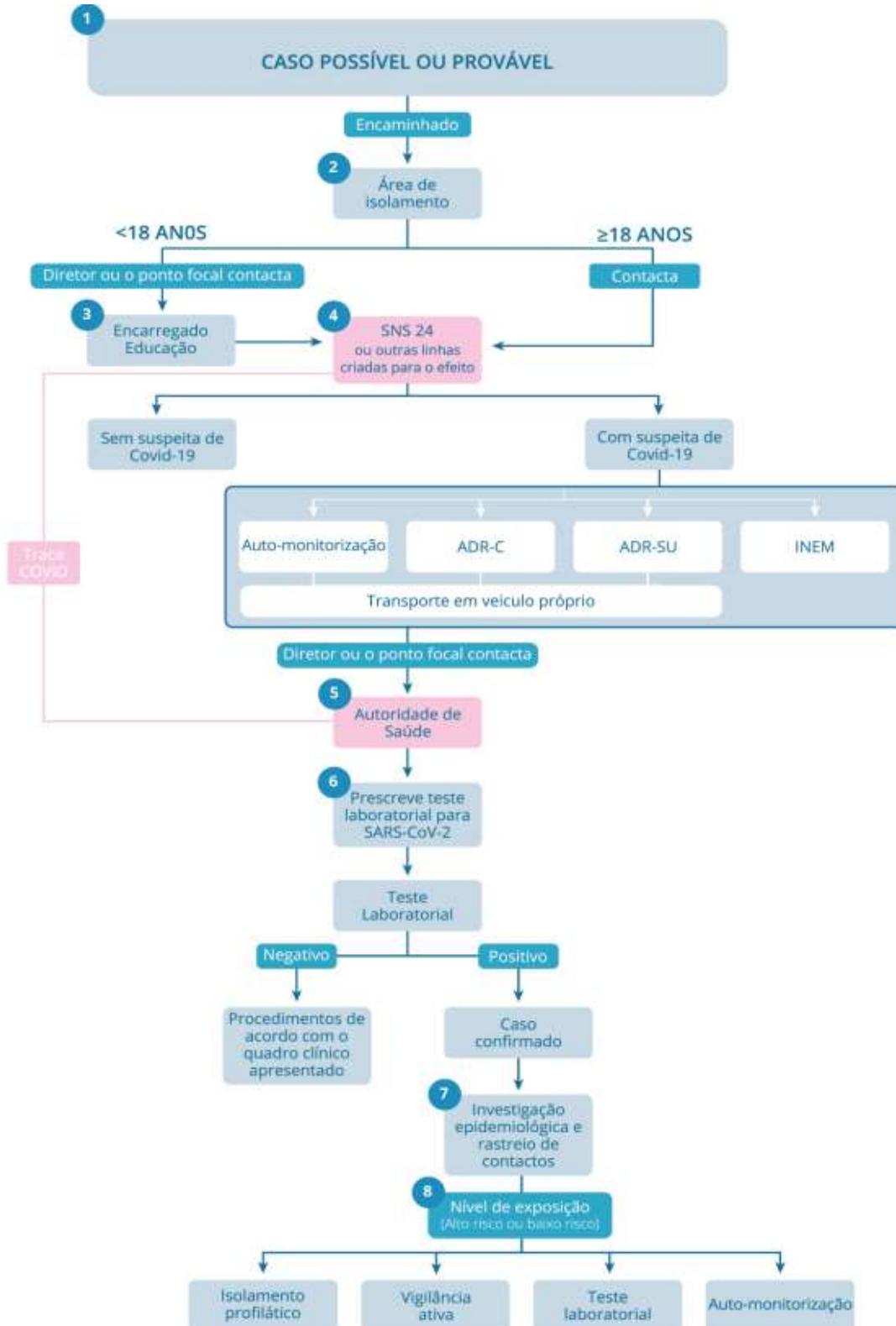
**11.4. Informação: Procedimento de colocação e retirada de máscara**

**11.5. Minuta dirigida aos encarregados de educação**

### 11.1 LISTA DE CONTATOS ÚTEIS

<b>SNS 24</b>	808 24 24 24
<b>Unidade de Saúde Pública da Feira</b>	256 371 442
	usp.feiraarouca@arsnorte.min-saude.pt
<b>Direção Conservatório Música</b>	
<b>Apoio direção - Fabiana Costa</b>	

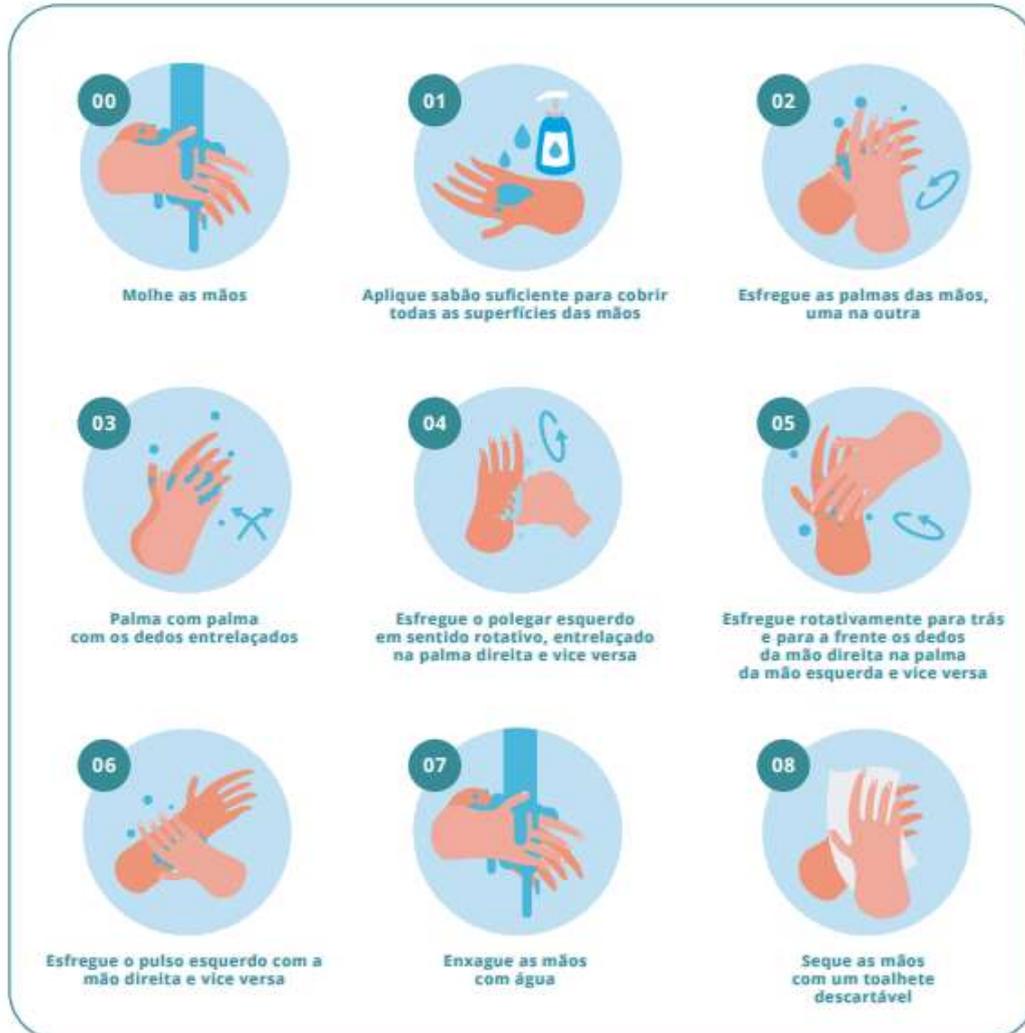
## 11.2 FLUXO DE ATUAÇÃO PERANTE CASO POSSÍVEL OU PROVÁVEL DE COVID-19



## 11.3 INFORMAÇÃO: LAVAGEM DE 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

## 11.4 INFORMAÇÃO: PROCEDIMENTO DE COLOCAÇÃO E RETIRADA DE MÁSCARA

### 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.