



NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

APRESENTAÇÃO DIRIGIDA À COMUNIDADE ESCOLAR

Informações atualizadas à data de 17/03/2020



NOVO CORONAVÍRUS

1. O que sabemos sobre COVID-19?
2. O que está a ser feito em Portugal?
3. Quais as medidas de prevenção recomendadas?
4. O que é o período de isolamento?
5. Onde obter informação fidedigna?
6. Medidas recomendadas para a Comunidade Escolar.



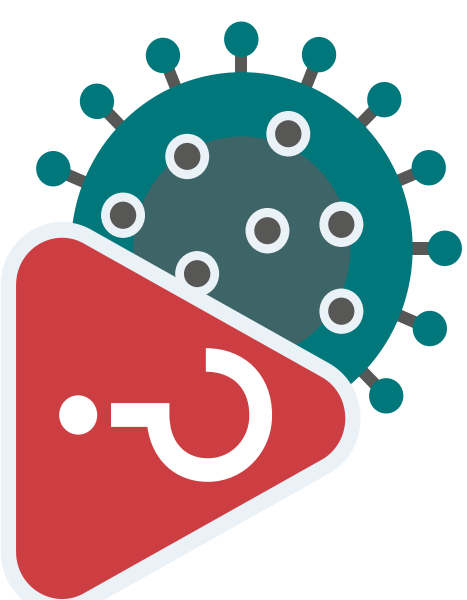
O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

Atualmente estão ainda a ser desenvolvidos vários estudos relacionados com o novo coronavírus (SARS-CoV-2).

Toda a informação apresentada hoje poderá ser modificada no futuro, à medida que forem conhecidas mais informações sobre o vírus.



O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

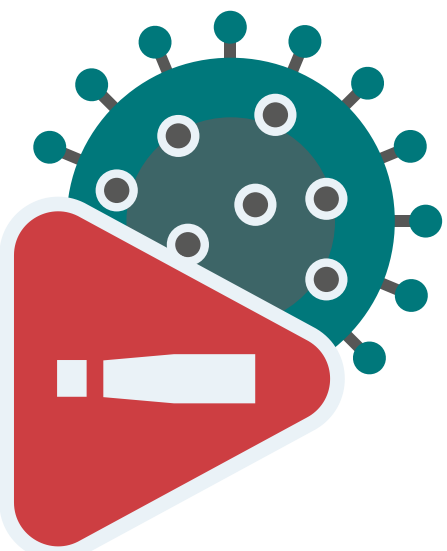


COVI	Coronavírus
D	Doença
19	2019 (ano em que foi identificado)
SARS	Síndrome Respiratória Aguda Grave
CoV	Coronavírus
2	2 (primeiro foi identificado em 2002)



O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

O **NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2)** foi identificado pela primeira vez em Dezembro de 2019, em Wuhan, na China.



A sua origem **AINDA ESTÁ SOB INVESTIGAÇÃO** e nunca tinha sido identificado antes em seres humanos.



O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

O vírus é **TRANSMITIDO ENTRE PESSOAS**, possivelmente através de **GOTÍCULAS, SECREÇÕES** e **AERROSSÓIS** infetados.



Estima-se que o **PERÍODO DE INCUBAÇÃO** (entre a exposição e aparecimento de sintomas) seja entre **2 E 14 DIAS**. A transmissão por pessoas assintomáticas ainda está a ser investigada.

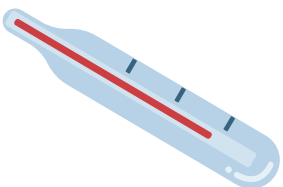


O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

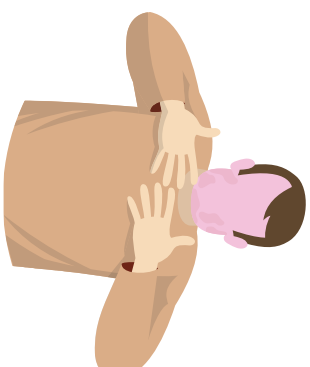
Na maioria dos casos apresenta **sintomas respiratórios ligeiros a moderados**, semelhantes à *gripe sazonal*.



Tosse



Febre



Dificuldade respiratória

Em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte.

A MAIORIA DOS CASOS RECUPERA SEM SEQUELAS.

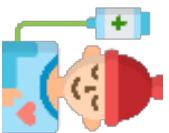


O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

GRUPOS DE RISCO



Idosos



Pessoas com doenças crónicas



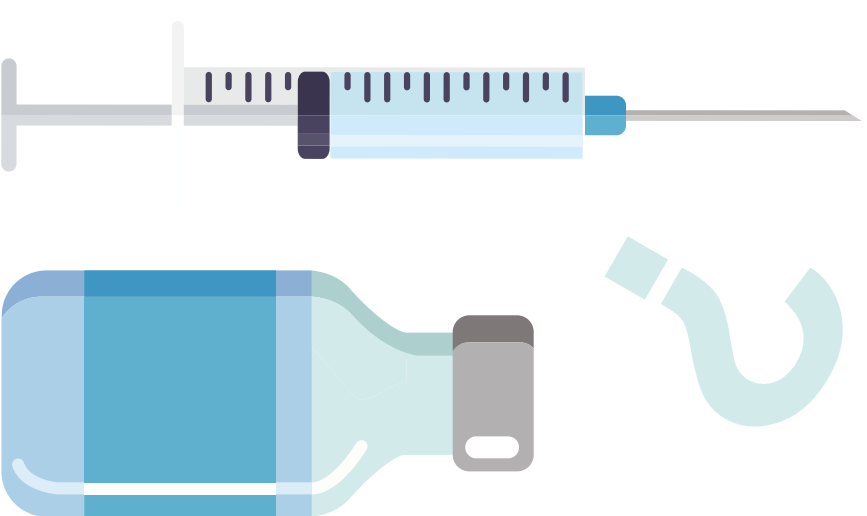
Profissionais de saúde



O QUE SABEMOS SOBRE COVID-19?

ATUALMENTE NÃO HÁ VACINA contra o SARS-CoV-2.

O tratamento não é específico para SARS-CoV-2 mas é **DIRIGIDO AOS SINTOMAS E SINAIS APRESENTADOS PELOS DOENTES.**





DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a Orientação 02A/2020, considerar **CASO SUSPEITO** se:

CRITÉRIOS CLÍNICOS: infeção respiratória aguda, apresentando febre, tosse ou dificuldade respiratória, sem outra história que explique o quadro.

E

CRITÉRIOS EPIDEMIOLÓGICOS: nos 14 dias anteriores ao aparecimento de sintomas apresenta **história de viagem ou residência** em áreas com transmissão comunitária ativa **OU contacto** com caso confirmado ou provável de doente com COVID-19.



DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO

De acordo com a Orientação 02A/2020, considerar **CASO SUSPEITO** se:

OU

CRITÉRIOS CLÍNICOS: infeção respiratória aguda **grave** requerendo **hospitalização** sem outra etiologia.

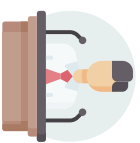


O QUE ESTÁ A SER FEITO EM PORTUGAL?

Para além de respostas articuladas entre diferentes ministérios, a Direção-Geral da Saúde tem desenvolvido várias atividades:



Elaboração e divulgação de **orientações técnicas**



Comunicação externa através de **comunicados** e **conferências de imprensa**



Produção de **materiais informativos** para diferentes públicos



Ativação de **sistema de triagem** SNS24 e Linha de Apoio ao Médico



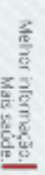
O QUE ESTÁ A SER FEITO EM PORTUGAL?



SNS 24

808 24 24 24

Informações atualizadas à data de 17/03/2020





QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?



Quando tossir, **proteger o nariz e a boca com um lenço ou com o antebraço**. Deitar o lenço de papel no lixo e lavar mãos de seguida.



Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Evitar o contacto físico com pessoas com infeção respiratória.



QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

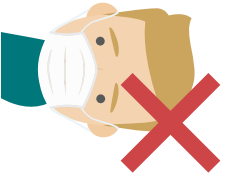
SE NÃO TIVER SINTOMAS



Seguir **RECOMENDAÇÕES GERAIS**, como lavar as mãos e evitar contacto próximo com pessoas doentes.



Adotar **MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA** e utilizar máscara apenas se apresentar sintomas.



Evitar o **USO DESNECESSÁRIO DE MÁSCARA CIRÚRGICA**, que podem conferir uma falsa sensação de proteção.



QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

SE VIAJAR PARA ÁREAS AFETADAS | [Informação 003/2020](#)



Seguir **RECOMENDAÇÕES GERAIS**, como lavar as mãos e evitar contacto próximo com pessoas doentes.



Adotar **MEDIDAS DE ETIQUETA RESPIRATÓRIA** e utilizar máscara apenas se apresentar sintomas.



EVITAR CONTACTO COM ANIMAIS e não consumir alimentos de origem animal crus ou mal cozinhados.



QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

SE REGRESSAR DE ÁREAS AFETADAS | [Informação 005/2020](#)

SEM SINTOMAS

- Se proveniente de **área afetada** ou **contacto próximo com caso confirmado de COVID-19**, nos 14 dias seguintes, deve ficar sob **VIGILÂNCIA** sendo contactado diariamente pela Autoridade de Saúde Local.



MEDIDAS DE VIGILÂNCIA



VIGILÂNCIA ATIVA

MONITORIZAÇÃO DIÁRIA PELA AUTORIDADE DE SAÚDE (AS) durante 14 dias (o período máximo de incubação da doença) desde a data da última exposição.



Registar temperatura corporal (duas vezes por dia)



Restringir contactos sociais e não viajar



Estar contactável e contactar AS se surgirem sintomas



MEDIDAS DE VIGILÂNCIA



VIGILÂNCIA PASSIVA

MONITORIZAÇÃO PELO PRÓPRIO, durante 14 dias desde a última exposição



Registar temperatura corporal (duas vezes por dia)



Restringir contactos sociais



Contactar SNS 24 se surgirem sintomas



QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

SE REGRESSAR DE ÁREAS AFETADAS | [Informação 005/2020](#)

COM SINTOMAS

- **PERMANECER EM CASA** e evitar contacto próximo com outras pessoas.
- Não se deslocar de imediato aos serviços de saúde e **CONTACTAR SNS 24**, referindo o histórico de viagem.
- Evitar partilhar utensílios e **UTILIZAR MÁSCARA CIRÚRGICA**, se possível.



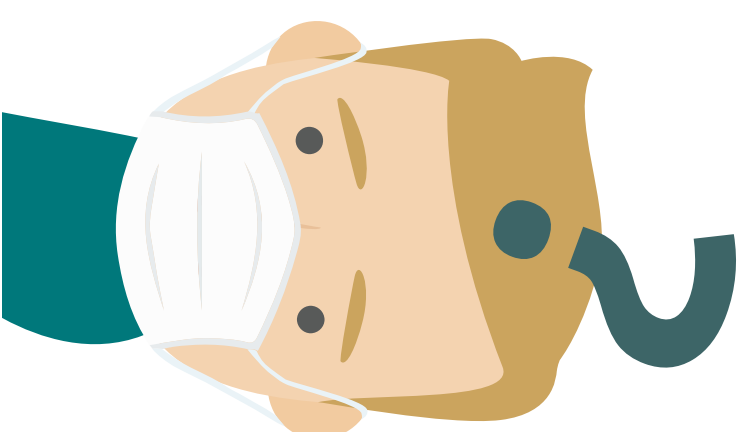
QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

Quando utilizar uma MÁSCARA CIRÚRGICA?

A Organização Mundial de Saúde recomenda o **USO**

RACIONAL DE MÁSCARAS, apenas para pessoas:

- Com sintomas de infeção respiratória, como febre, tosse, espirros;
- Suspeitas de COVID-19;
- Que prestem cuidados a suspeitos de COVID-19.



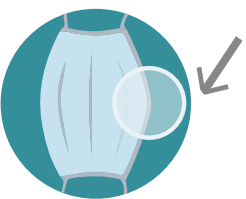


QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

Ao **COLOCAR** máscara cirúrgica (ou outra) deve:



Lavar as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Posicionar a máscara na posição correta. *A borda dobrável deve estar para cima e a parte colorida para fora.*



Segurar máscara pelas linhas de suporte/elásticos e adaptar a cada orelha. Ajustar máscara junto ao nariz e queixo, **sem tocar na face da máscara**.

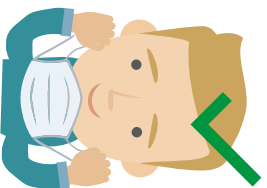


QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

Ao **REMOVER** máscara cirúrgica (*ou outra*) deve:



Lavar as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Retirar máscara apenas segurando nas linhas de suporte/elásticos.



Colocar a máscara no **recipiente adequado** (*resíduos de grupo III – saco branco descartável*) e **lavar novamente as mãos**.



QUAIS AS MEDIDAS RECOMENDADAS?

PRECAUÇÕES BÁSICAS DE CONTROLO DE INFEÇÃO | Orientação 03/2020



Higiene das mãos

- Antes do contacto com o doente
- Antes de procedimentos assépticos
- Após o risco de exposição a fluidos orgânicos
- Após contactar com o doente
- Após a remoção de equipamentos de proteção individual



Isolamento dos doentes



Etiqueta respiratória



Uso racional e adequado de EPI



Descontaminação de material



Controlo ambiental



Manuseamento seguro da roupa



Recolha segura de resíduos



Práticas seguras com injetáveis



Exposição de risco no local de trabalho



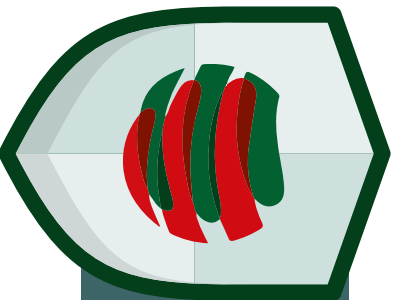
O QUE É O PERÍODO DE ISOLAMENTO?



O **isolamento** e o **distanciamento social** são medidas de afastamento social essenciais em Saúde Pública.



Estas **medidas** são especialmente utilizadas em resposta a uma epidemia e **pretendem**:

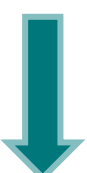
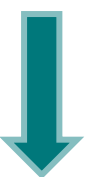


Proteger a população quebrando a cadeia de transmissão entre indivíduos.



O QUE É O DISTANCIAMENTO SOCIAL?

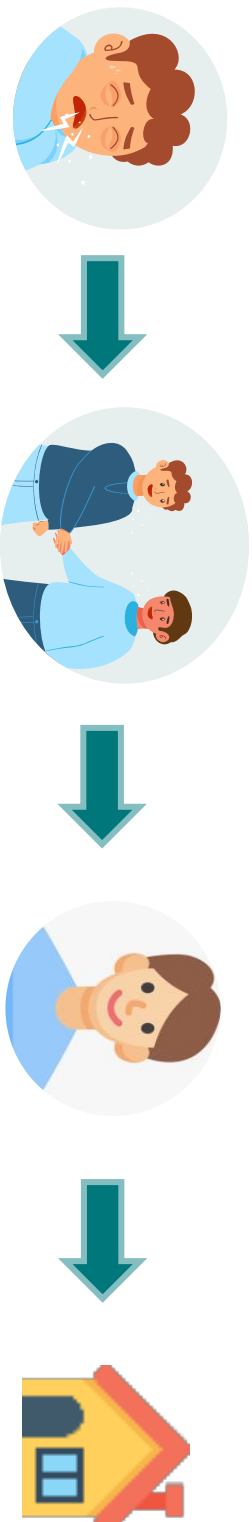
O **distanciamento social** é uma medida proposta a **pessoas sem sintomas** (assintomáticas) e que têm baixo risco de contrair a doença.





O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?

O **isolamento profilático** é uma medida determinada pela Autoridade de Saúde às **pessoas que não têm sintomas** mas que tiveram uma **exposição de alto risco à doença**.



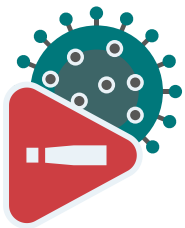
Profilático significa **prevenir!**

O que se pretende com esta medida é **prevenir a transmissão da doença** através do **isolamento**.





O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?



Uma vez que a maioria das **pessoas com COVID-19** **desenvolve sintomas ligeiros a moderados**, nem todas as pessoas infetadas necessitam de **internamento hospitalar**.



Algumas pessoas ficam por isso em **tratamento ambulatorio**, ou seja, em casa.



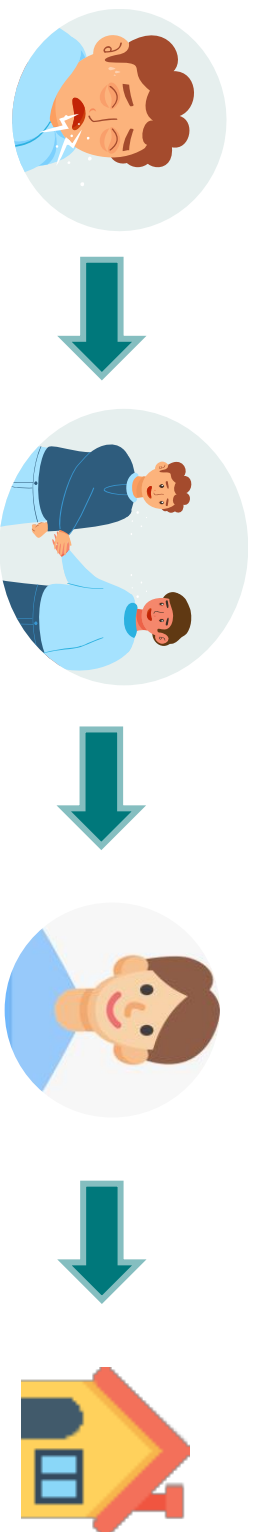
As **pessoas com COVID-19** que ficam em **casa**, devem ficar em **isolamento**.



O QUE É O ISOLAMENTO PROFILÁTICO?

Isolamento de doentes \neq **Isolamento profilático**

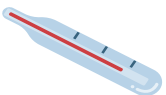
A pessoa em isolamento **profilático**, apesar de **não ter sintomas**, **isola-se** para **evitar** a **transmissão** da doença, devido ao risco de ter estado exposto.





SE DESENVOLVER SINTOMAS...

Caso desenvolvam **sintomas** estas pessoas devem **contactar** de imediato o SNS 24 ou 112 e necessário, informando que está em isolamento:



SNS24 – 808 24 24 24



DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

31



PERMANEÇA EM CASA

Não se dirija ao trabalho, à escola ou a espaços públicos, nem utilize transportes públicos.



NÃO RECEBA VISITAS

Não convide pessoas a sua casa. Caso seja urgente falar com alguém, faça-o por telefone.



DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO



NÃO PARTILHE ITENS

Não partilhe pratos, copos, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros itens.



SEPARADO DE OUTROS

Deve permanecer numa divisão própria e evitar contacto com outros em espaços comuns.



DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

33



LIGA ANTES AO MÉDICO

Evite deslocações desnecessárias a serviços de saúde e ligue antes para averiguar alternativas.



LAVE AS MÃOS

Lave as mãos frequentemente, com água e sabão durante, pelo menos 20 segundos.



DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO



MÁSCARA, SE NECESSÁRIO

Se lhe foi recomendado, deve utilizar uma máscara quando estiver com outras pessoas.



AO ESPIRRAR E TOSSIR

Tape a boca e o nariz com um lenço descartável, deite o lenço no lixo e lave as suas mãos.



DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO



MONITORIZAR SINTOMAS

Meça a sua temperatura diariamente e informe se surgir um agravamento dos sintomas.



CUIDADO COM RESÍDUOS

Coloque os resíduos produzidos num saco de plástico diferente dos restantes.



ONDE OBTER INFORMAÇÃO FIDEDIGNA?

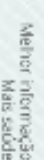


[Microsite com informação atualizada em português \(DGS\)](#)



clique nas imagens para aceder às páginas oficiais das respetivas entidades

Informações atualizadas à data de 17/03/2020





ONDE OBTER INFORMAÇÃO FIDEDIGNA?

[Microsite com informação atualizada em português \(DGS\)](#)



[Orientações técnicas](#)

[Informações](#)

[Vídeos](#)

[Perguntas Frequentes](#)

[Cartazes](#)

[Comunicados](#)



ONDE OBTER INFORMAÇÃO FIDEDIGNA?

INFORMAÇÕES GERAIS

- Recomendações para eventos públicos e eventos de massas
- Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus
- Recomendações para viajantes

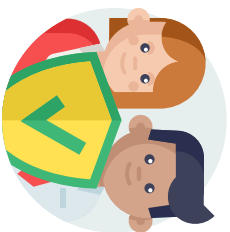
ORIENTAÇÕES TÉCNICAS

- Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas
- Procedimentos para portos e viajantes por via marítima
- Procedimentos de vigilância de aeroportos e viajantes por via aérea
- Prevenção e Controlo de Infecção por novo Coronavírus (2019-nCoV)
- Doença pelo novo Coronavírus (COVID-19) - Nova definição de caso
- Infecção pelo novo Coronavírus (2019-nCoV)



QUAL O PAPEL DA COMUNIDADE ESCOLAR?

Ser um agente de Saúde Pública para **MOBILIZAR A SOCIEDADE**



Envolver **PARCEIROS E AGENTES COMUNITÁRIOS**



AUMENTAR CONFIANÇA de diferentes públicos-alvo



QUAL O PAPEL DA COMUNIDADE ESCOLAR?

40



DISSEMINAR FACTOS | Aumenta o conhecimento sobre a doença e permite reduzir o estigma associado.



SER INFLUENCIADORES SOCIAIS | Difundir a mensagem a diferentes públicos.



PROMOVER RECURSO A FONTES OFICIAIS | A desinformação pode levar as pessoas a adotar medidas pouco efetivas e aumentar o risco de transmissão do vírus.



RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

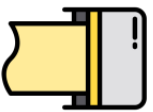
41

Medidas Internas:

ASSEGURAR A DISPONIBILIDADE DE:



Estruturas para a lavagem das mãos com água e sabão líquido;



Toalhetes de papel (deve ser evitado o uso de toalhas de tecido);



Contentores próprios para a colocação de lixo e restantes resíduos.



RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

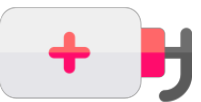
42

Medidas Internas:

ASSEGURAR A DISPONIBILIDADE DE:



Limpeza das superfícies de utilização comum, várias vezes ao dia, de acordo com as recomendações existentes;



Dispensadores de solução alcoólica, no início das filas para a cantina, promovendo a sua utilização antes das refeições;



Renovação de ar das salas de aula e de espaços fechados, idealmente 6 a 12 renovações por hora.



RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

43

Medidas Internas:

Afixar cartazes ou folhetos, promovendo boas práticas e as orientações da Direção-Geral da Saúde:

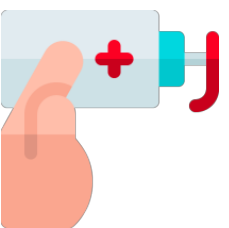
- Medidas gerais de controlo de infeção – colocar na entrada da escola e locais com visibilidade;
- Lavagem das mãos – colocar em todas as casa de banho;
- Guia para utilização de solução à base de álcool - colocar no início das filas para a cantina.





RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

Recomendações gerais:



Todos os docentes e não docentes devem desinfetar as mãos à entrada e à saída do estabelecimento de ensino, várias vezes ao dia e sempre que se justifique;



Todos os docentes e não docentes que manifestem sintomas de gripe não devem comparecer no estabelecimento de ensino;



Os profissionais da escola deverão incentivar e acompanhar as crianças na lavagem das mãos, com maior assiduidade.



RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

45

Procedimentos de Prevenção Internos

Deverão ser colocados **cartazes ou folhetos** alusivos ao novo coronavírus com orientações da Direção-Geral da Saúde sobre:



- Lavagem das mãos (deverão ser colocados cartazes, em todas as casa de banho, sobre a lavagem correta das mãos – Link: <https://www.dgs.pt/microsite-da-gripe/paginas-acessorias/ficheiros-externos/cartaz-3-lavagem-das-maos-pdf.aspx>);



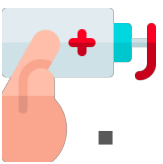
- À entrada da escola deverão estar cartazes alusivos a comportamentos de proteção dirigidos às crianças (Cartaz Informação à comunidade escolar – “Sabes como te proteger?” – Link: <https://www.dgs.pt/coronavirus/ficheiros-externos/cartaz-escolas-pdf.aspx>);



RECOMENDAÇÕES PARA A COMUNIDADE ESCOLAR

Procedimentos de Prevenção Internos

Deverão ser colocados **cartazes ou folhetos** alusivos ao novo coronavírus com orientações da Direção-Geral da Saúde sobre:



- Nas filas para a cantina deverão estar disponíveis dispensadores de solução alcoólica, para que as crianças possam desinfetar as mãos antes das refeições (Link:

http://www.gcs.ipt.pt/files/Gripe%20A_Prospecto%20-%20Fric%C3%A7%C3%A3o%20Antis%C3%A9ptica%20das%20m%C3%A3os.pdf).

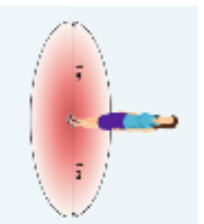


RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARRREGADOS DE EDUCAÇÃO

Medidas de prevenção da infeção:

Ainda não há vacina para prevenir a doença respiratória aguda, **COVID-**

19. A melhor forma de prevenir a infeção é evitando a exposição ao vírus, por isso deve:



Evitar contato próximo com pessoas doentes;



Lavar as mãos à entrada do estabelecimento de ensino, várias vezes durante o dia e sempre que se justifique.



RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARRREGADOS DE EDUCAÇÃO

Medidas de prevenção da infeção:

Reforçar junto de crianças e jovens, a importância da **higienização das mãos** e ensinar a sua correta lavagem:

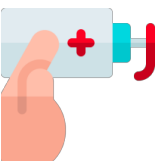


Lavar antes e depois das refeições, depois de brincar e quando chegam a casa;



Lavar durante pelo menos 20 segundos;

Remover quaisquer artefactos, como anéis e pulseiras, antes da lavagem das mãos;



Se não tiver água e sabão disponível, pode usar solução à base de álcool, com pelo menos 60% de álcool.



RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARRREGADOS DE EDUCAÇÃO

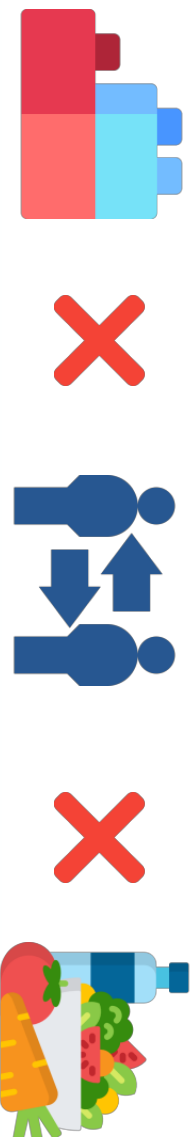
Medidas de prevenção da infeção:

Informar toda a comunidade, em particular as crianças, da necessidade de “esconder” o espirro, colocando o braço ou um lenço de papel na frente da boca e nariz sempre que espirram ou tosssem;

Evitar tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos;



Evitar partilhar comida, objetos ou outros bens pessoais (brinquedos, material escolar, copos, talheres, telemóveis...).





RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARRREGADOS DE EDUCAÇÃO

Medidas de prevenção da infeção:

Limpar e desinfetar com frequência:



Objetos e superfícies de contacto em sua casa e no local de trabalho;



Objetos de maior utilização pelas crianças/jovens (material escolar, telemóveis...).



RECOMENDAÇÕES PARA CRIANÇAS E ENCARRREGADOS DE EDUCAÇÃO

Medidas de prevenção da infeção:

Se apresentar sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade respiratória), deve:



Ficar em casa - não vá para a escola ou trabalho;



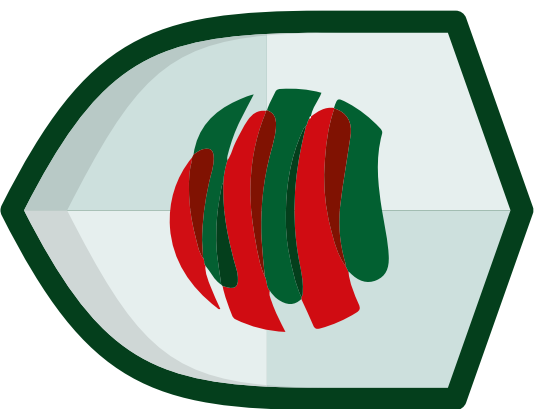
Ligar para SNS24 – 808 24 24 24 e seguir as recomendações;



Não ir diretamente ao médico nem às urgências.



COMO MOBILIZAR A SOCIEDADE?



SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Contribua para a capacitação da população, difundindo informação fidedigna, clara e sem preconceitos.

REGISTE AS SUAS INICIATIVAS



Melhor Informação,
Mais saúde.

Alameda D. Afonso Henriques, 45
1049-005 Lisboa – Portugal
Tel.: +351 218 430 500
Fax: +351 218 430 530
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

www.dgs.pt