

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Escola Secundária Manuel da Fonseca

Coronavírus - COVID-19

Santiago do Cacém, 10 de dezembro de 2021

(Atualização)

Índice

| | |
|--|----------|
| Introdução | 2 |
| 1. Finalidade do Plano de Contingência do Agrupamento | 2 |
| 2. Enquadramento | 2 |
| 2.1. O que é o Coronavírus – Covid-19 | 2 |
| 2.2. Transmissão da COVID-19 | 2 |
| Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se: | 2 |
| 2.3. Principais sintomas | 2 |
| 2.4. Tempo de incubação e formas de manifestação | 3 |
| PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS | 3 |
| A - Medidas gerais de prevenção e contenção | 3 |
| B - Medidas de prevenção diárias em ambiente escolar | 4 |
| C - Medidas de utilização de equipamentos, limpeza e desinfeção | 4 |
| D - Aulas em regime presencial | 5 |
| E – Entradas no interior da escola (1º tempo da manhã - 8:10/8:15) | 5 |
| F - Regras das Salas do pessoal docente e não docente | 5 |
| G- Regras de utilização da Mediateca | 5 |
| H- Regras de utilização do refeitório e bufete | 6 |
| I - Medidas de isolamento | 6 |
| J - Procedimentos a adotar perante a Identificação de um Caso Possível ou Provável | 7 |
| K. Atuação perante um caso confirmado de covid-19 fora do estabelecimento | 10 |
| L- Comunicação e articulação com os parceiros | 11 |
| M- Regresso do caso confirmado ao estabelecimento de ensino | 11 |
| | |
| 3 - Ponto Focal | 12 |
| 4 - Estratégias de substituição de pessoal docente e não docente em caso de absentismo por doença ou necessidade de isolamento profilático | 12 |
| 5 - Divulgação do Plano de Contingência | 12 |
| 6 - Avaliação do Plano de Contingência | 12 |
| 7 - Plano de Comunicação e Informação | 13 |
| 8 - Anexos | 14 |

Introdução

Na elaboração deste Plano de Contingência são tidas como orientações as recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS), da Direção Geral de Saúde (DGS), da Direção-Geral da Educação (DGE) e da Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares (DGEstE).

O Plano de Contingência pretende, por um lado, minimizar os riscos de transmissão do agente patogénico, caso se verifique uma situação de doença, por outro, define um conjunto de medidas de prevenção e contenção da doença, provocada por este Vírus, em articulação com a comunidade, nomeadamente as autoridades de saúde locais, sendo aplicável à Escola Secundária Manuel da Fonseca.

1. Finalidade do Plano de Contingência do Agrupamento

Este Plano tem como principais objetivos:

- Definir as responsabilidades na preparação e ativação do Plano de Contingência.
- Estabelecer as medidas e procedimentos para manter as atividades/serviços essenciais em funcionamento.
- Promover medidas de prevenção e educação da população escolar.
- Minimizar a propagação do vírus.

2. Enquadramento

2.1. O que é o Coronavírus – Covid-19

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte a 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.

2.2. Transmissão da COVID-19

Considera-se que a 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).

2.3. Principais sintomas

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

- febre
- tosse
- falta de ar (dificuldade respiratória)
- cansaço

Outros sintomas:

- dor de garganta
- dores musculares generalizadas
- perda transitória do paladar ou do olfato
- diarreia
- dor no peito
- dor de cabeça

2.4. Tempo de incubação e formas de manifestação

O **período de incubação** (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre **2 a 14 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).

PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

A - Medidas gerais de prevenção e contenção

- 1- Toda a comunidade educativa, através de e-mail e da página do agrupamento terá conhecimento do plano de contingência.
 - 1.1. Nas salas de aula, portarias e refeitório serão afixadas cópias do plano de contingência.
- 2- Os horários de entrada/saída no recinto escolar deverão ser cumpridos.
- 3- A entrada no recinto escolar só é permitida com máscara colocada.
- 4- Junto aos lavatórios das escolas serão afixados cartazes com a demonstração da técnica de higienização das mãos (ver Anexo).
- 5- Na portaria e nas portas de entrada das escolas serão afixados cartazes sobre etiqueta respiratória e colocação da máscara (ver Anexo).
- 6- No interior da escola haverá circuitos (com setas de cor verde e cor laranja) que assinalam o distanciamento físico e o percurso de entrada na escola e o acesso aos locais de trabalho, aos espaços comuns e à sala de aula.
- 7- Nas salas de aula, nos locais de trabalho e nas áreas comuns haverá dispensadores para a desinfeção das mãos.
- 8- As casas de banho estarão equipadas com sabonete líquido e dispositivos para toalhetes de papel.
- 9- Todos os espaços e equipamentos serão higienizados e desinfetados, nomeadamente corrimãos, maçanetas, interruptores de luz, telefones, tablets, botões de elevadores, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos, mesas, cadeiras, teclados e ratos de computadores e mesas de trabalho, entre outros.
- 10 - Os contactos dos pais e encarregados de educação e demais utentes com a secretaria, direção do agrupamento, educadoras, professores titulares de turma e diretores de turma deverão ocorrer, preferencialmente, via telefónica ou digital.
 - 10.1. Os contactos presenciais serão possíveis mediante marcação prévia.

B - Medidas de prevenção diárias em ambiente escolar

Dentro do recinto escolar, todos os membros da comunidade escolar devem:

- 1- Utilizar máscara.
- 2- Manter o distanciamento físico recomendado. No exterior, os alunos devem evitar aglomerações, seguindo a sinalética existente e as orientações das assistentes operacionais.
- 3- Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.
- 4- Desinfetar as mãos com uma SABA, ao entrar na escola.
- 5- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou com gel desinfetante, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos.
- 6- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, antes e após as aulas, antes e após o uso da casa de banho e sempre que necessário.
- 7- Higienizar materiais e equipamentos de utilização própria.
- 8- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar.
- 9- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida.
- 10- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.
- 11- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.
- 12- Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente, com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não devem apresentar-se na escola. Devem contactar o SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas, pelos profissionais de saúde.

C - Medidas de utilização de equipamentos, limpeza e desinfeção

As medidas de utilização de equipamentos, limpeza e desinfeção por parte dos assistentes operacionais constam no Plano de Higieneização do Agrupamento.

D - Aulas em regime presencial

- 1- Os horários de entrada e saída estão contemplados nos horários das turmas.
- 2- Os intervalos terão a duração até 15 minutos.
- 3- Os alunos que cheguem mais cedo do que o horário previsto para a sua entrada são encaminhados para a sala de convívio ou para a mediateca.
- 4- As atividades físicas e desportivas decorrerão de acordo com um regulamento próprio.
- 5- As aulas irão decorrer na mesma sala e com lugar fixo por aluno. Excetuam-se as aulas das disciplinas que têm salas ou espaços próprios.
- 6- As mesas das salas de aula estão dispostas com a mesma orientação (de frente para o professor). Entre os alunos haverá, sempre que possível, um distanciamento mínimo de 1 metro.
- 7- As salas são diariamente arejadas e higienizadas.

E – Entradas no interior da escola (1º tempo da manhã - 8:10/8:15)

Entrada pela Portaria

8ºA, 8ºB, 8ºE, 10ºCD, 10ºE, 10ºF

Entrada pelo portão principal da escola (lado direito)

7ºA, 7ºC, 8ºC, 9ºA, 9ºE, 10ºA, 10ºB, 11ºA, 11ºD, 11ºEF, 12ºA

Entrada pelo portão junto ao Pavilhão Municipal

7º B, 7ºD, 7ºE, 8ºD, 9ºB, 9ºC, 9ºD, 11ºB, 11ºC, 12ºB, 12ºC, 12ºDE

Nota: os alunos que utilizam transporte público, por chegarem mais cedo à escola, podem entrar pela Portaria.

F - Regras das Salas do pessoal docente e não docente

- 1 - A sala do pessoal docente terá um número limitado de mesas e cadeiras para que haja o necessário distanciamento físico.
- 2 - A sala do pessoal não docente terá um número limitado de mesas e cadeiras para que haja o necessário distanciamento físico.

G- Regras de utilização da Mediateca

A mediateca tem um plano de contingência próprio.

H- Regras de utilização do refeitório e bufete

Refeitório

- 1 - O refeitório funcionará a partir das 12h00.
- 2 - Os períodos de almoço serão desfasados.
- 3 - O acesso ao refeitório terá uma sinalética própria.
- 4 - As portas e as janelas do refeitório devem estar, sempre que possível, abertas a fim de assegurar a ventilação adequada e renovação frequente do ar.
- 5 - Os equipamentos deverão ser higienizados e desinfetados após cada utilização.
- 6 - Os alunos deverão proceder à higienização das mãos à entrada do refeitório.
- 7 - O atendimento em balcão faz-se com o distanciamento necessário.
- 8 - Os talheres e guardanapos de papel serão disponibilizados em saqueta individual. Esta saqueta poderá ser utilizada para guardar a máscara, durante a refeição. Os restantes utensílios e os produtos a consumir serão disponibilizados por um colaborador.

Bufete

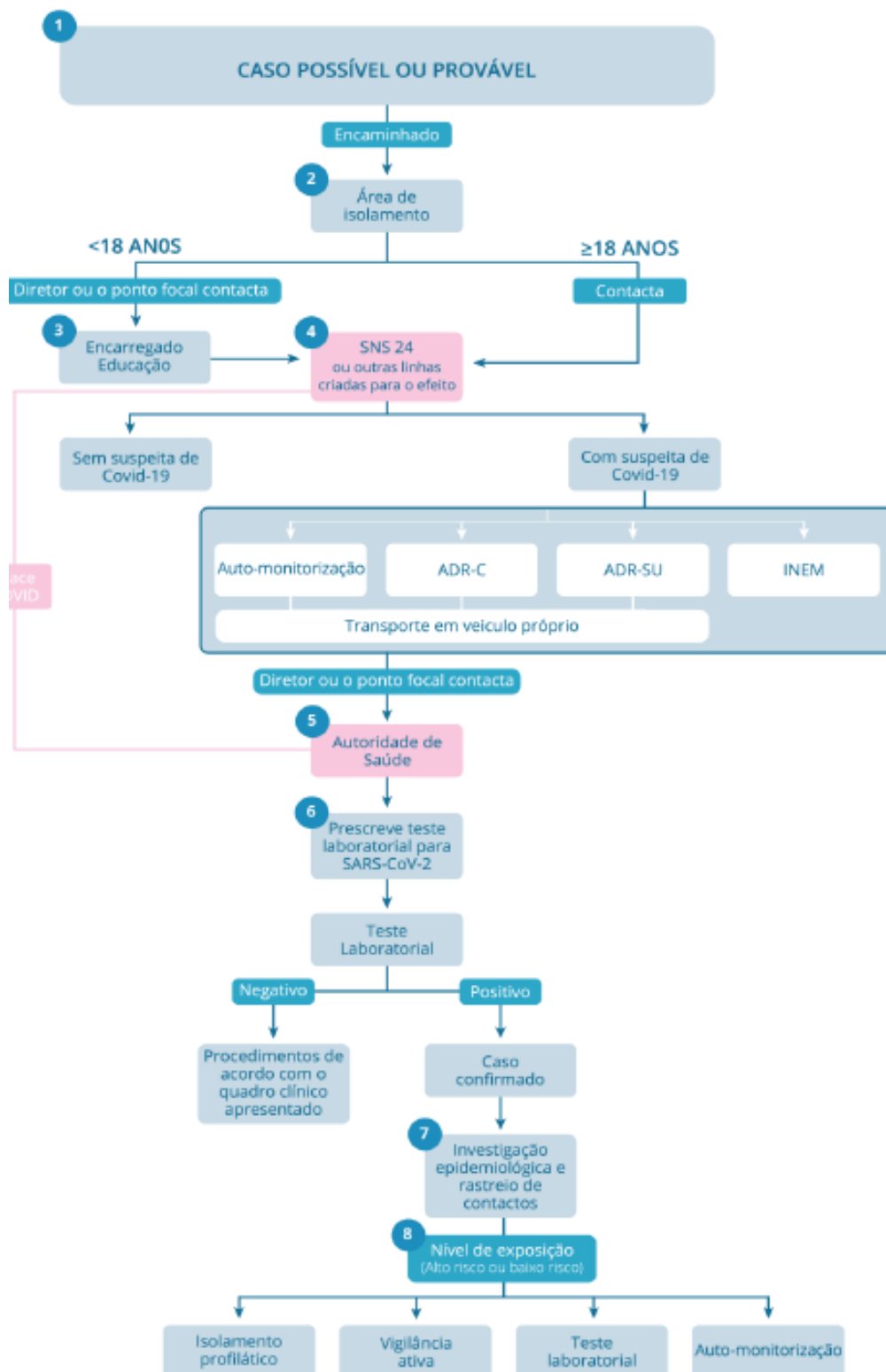
- 1 - O acesso ao bufete terá uma sinalética própria.
- 2 - Os utilizadores deverão manter o distanciamento social.
- 3 - A higienização das mesas, cadeiras (assentos e encostos) será efetuada após cada utilização.
- 4 - A higienização das mãos é obrigatória à entrada e à saída do bufete.

I - Medidas de isolamento

- 1- A sala de isolamento visa impedir que outros possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível no serviço e na comunidade.
- 2- A sala de isolamento é o gabinete 1, no r/c do bloco A.
- 3- A sala será desinfetada e arejada regularmente.
- 4- A porta estará fechada e a sala equipada com: dispositivo dispensador de solução antisséptica de base alcoólica para a desinfeção das mãos, 1 termómetro, 1 pacote de máscaras e luvas, água e alimentos não perecíveis.
- 5- A sala de isolamento só poderá acolher uma pessoa/caso provável. Se houver mais do que 1 caso suspeito em simultâneo, o encaminhamento far-se-á para um espaço alternativo que esteja disponível.

J - Procedimentos a adotar perante a Identificação de um Caso Possível ou Provável

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



Procedimentos

- 1- O aluno deve sair da sala e o professor chama a assistente operacional de piso.
 - 2- A assistente operacional acompanha o aluno à sala de isolamento (gabinete 1).
Trajetos a seguir (**setas com letra I**):
 - Se o aluno se encontrar no bloco A, no 1º andar, deverá descer a escada, pela direita, junto à parede, e dirigir-se ao gabinete 1 (ao lado do laboratório de química).
 - Se o aluno se encontrar no bloco B, no 1º piso, deverá descer as escadas, junto à Oficina de Artes, pela direita; virar à direita; seguir em frente, sempre pela direita e junto à parede, até ao bloco A, e dirigir-se ao gabinete 1 (ao lado do laboratório de química).
 - Se o aluno se encontrar no bloco B, no rés-do-chão, deverá virar à direita; seguir em frente, sempre pela direita e junto à parede, até ao bloco A e dirigir-se ao gabinete 1 (ao lado do laboratório de química).
 - Se o aluno se encontrar no bloco C, deverá descer até ao bloco A e dirigir-se ao gabinete 1 (ao lado do laboratório de química).
 - 3- Nesta sala:
 - o aluno, quando maior de idade, contacta o sistema nacional de saúde.
 - a assistente operacional, caso o aluno seja menor de idade, contacta o encarregado de educação.
 - 4- A assistente operacional informa imediatamente a direção e a chefe dos assistentes operacionais.
 - 5- À Autoridade de Saúde local devem ser fornecidos os dados (nome, data de nascimento, contacto telefónico) das pessoas que integram o(s) respetivo(s) grupo(s) (alunos, pessoal docente e não docente) do caso suspeito, de forma a facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco.
 - 6- A limpeza e desinfeção de todas as superfícies utilizadas pelo caso suspeito, bem como da área de isolamento serão reforçadas.
 - 7- Na sequência da triagem telefónica:
 - i. **Se o caso não for validado como possível ou provável de COVID-19 pela triagem telefónica** (SNS 24 ou outras linhas), a pessoa segue o procedimento normal da escola, de acordo com o quadro clínico apresentado. Terminam os procedimentos constantes do Plano de Contingência para COVID-19 e não se aplica o restante “Fluxograma de atuação perante um caso possível ou provável de COVID-19 em contexto escolar”.
 - ii. **Se o caso for considerado validado como possível ou provável de COVID-19 pela triagem telefónica** (SNS 24 ou outras linhas) será enquadrado, de acordo com a sua gravidade, e seguidas as orientações emanadas pela Autoridade de Saúde.
- Nota: A Autoridade de Saúde territorialmente competente deve ser informada** da situação pelo Diretor ou pelo ponto focal do estabelecimento de educação e/ou ensino, independentemente se o encarregado de educação contactou ou não o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito.

A Autoridade de Saúde territorialmente competente, de acordo com a avaliação do risco, informa o caso, os contactos de alto e baixo risco e o estabelecimento de educação e/ou ensino sobre as **medidas individuais e coletivas a implementar**:

- i. Isolamento profilático no domicílio;
- ii. Vigilância clínica;
- iii. Limpeza e desinfecção das superfícies e ventilação dos espaços mais utilizados pelo caso possível, provável ou confirmado, bem como da área de isolamento (Orientação n.º 014/2020 da DGS);
- iv. Acondicionamento dos resíduos produzidos pelo caso possível, provável ou confirmado em dois sacos de plástico, resistentes, com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilho e colocação dos mesmos em contentores de resíduos coletivos (nunca em ecopontos);
- v. Sem prejuízo das alíneas anteriores, por determinação da Autoridade de Saúde territorialmente competente, pode ser necessário aplicar medidas excecionais para contenção de surtos e casos.



Figura 1. Fluxograma de atuação perante um caso possível ou provável de COVID-19 em contexto escolar

K. Atuação perante um caso confirmado de covid-19 fora do estabelecimento

Se o caso confirmado tiver sido identificado fora do estabelecimento de educação e/ou ensino, devem ser seguidos os seguintes passos:

Perante a comunicação ao estabelecimento de educação e/ou ensino, de um caso confirmado de COVID-19 de uma pessoa que tenha frequentado o estabelecimento, devem ser imediatamente ativados todos os procedimentos constantes neste **Plano de Contingência** e contactado o **ponto focal** designado previamente pela Direção do estabelecimento de ensino.



Figura 2. Fluxograma de atuação perante um caso confirmado de COVID-19 em contexto escolar

Medidas coletivas a adotar pelo estabelecimento de ensino

A **Autoridade de Saúde territorialmente competente** pode determinar, além das medidas individuais a adotar pelos contactos, outras medidas coletivas a aplicar pelo estabelecimento de educação e/ou ensino:

- a. Encerramento de uma ou mais turmas;
- b. Encerramento de uma ou mais zonas do estabelecimento de educação e/ou ensino;
- c. Encerramento de todo o estabelecimento de ensino.
- d. Sem prejuízo das alíneas anteriores, por determinação da Autoridade de Saúde territorialmente competente, pode ser necessário aplicar medidas excecionais para contenção de surtos e casos:
 - i. A intervenção em meio escolar para prevenção de casos e surtos deve verificar-se de forma proporcionada visando o reforço de medidas preventivas;
 - ii. As medidas serão adotadas de forma faseada de acordo com a análise de risco efetuada pela Autoridade de Saúde territorialmente competente;
 - iii. As medidas, nomeadamente as que impliquem suspensão da atividade letiva presencial, serão tomadas pelo período estritamente necessário à investigação e/ou ao isolamento de casos e de contactos de alto risco;
 - iv. Os contactos de baixo risco e/ou os contactos de contactos cujos testes sejam negativos devem interromper o isolamento profilático, retomando a respetiva atividade letiva.

Gestão de *Clusters* (conjunto de casos, grupos ou eventos) ou Surtos (dois ou mais casos)

Perante a existência de um *cluster* ou de um surto num estabelecimento de educação e/ou ensino, será necessário uma rápida atuação e aplicação de medidas individuais e coletivas pela **Autoridade de Saúde territorialmente competente**.

L- Comunicação e articulação com os parceiros

É fundamental envolver os parceiros da comunidade escolar para apoiar o estabelecimento de ensino a responder de forma célere e adequada e controlar a transmissão de SARS-CoV-2.

Procedimentos:

- a. **A Autoridade de Saúde territorialmente competente** procede à **ativação da Equipa de Saúde Pública** em articulação com a **Equipa de Saúde Escolar** e outros **parceiros**.
- b. Perante um *cluster*, um surto de COVID-19 ou um caso com grande impacto na comunidade, a Autoridade de Saúde territorialmente competente informa a **Comissão Municipal de Proteção Civil**, garantido assim a articulação e colaboração institucional entre todos os organismos e serviços com responsabilidades, promovendo o acionamento dos planos de emergência sempre que tal se justifique.
- c. De acordo com a avaliação de risco efetuada, a **Autoridade de Saúde territorialmente competente** comunica à **Direção do estabelecimento de ensino** o risco e as medidas de proteção individuais e coletivas a adotar.
- d. Após indicação da Autoridade de Saúde territorialmente competente, a **Direção do estabelecimento de ensino** informa todos os **encarregados de educação** e **restante comunidade escolar** da existência de um *cluster* ou de um surto, das medidas que foram tomadas e das que deverão ser adotadas. Esta comunicação deve ser detalhada, preservando a confidencialidade e anonimato dos envolvidos.
- e. A **Direção do estabelecimento de ensino** assegura a disponibilização de recursos e equipamentos para **garantir o cumprimento das medidas** indicadas pela Autoridade de Saúde territorialmente competente.

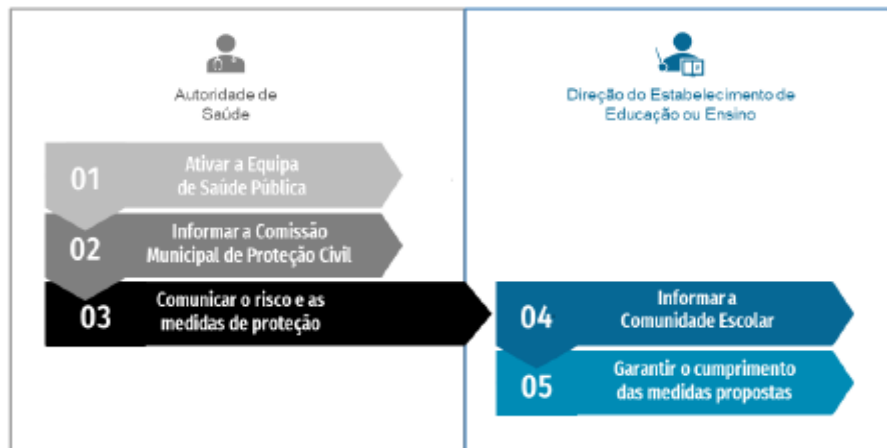


Figura 3. Fluxograma de atuação perante um surto em contexto escolar

M- Regresso do caso confirmado ao estabelecimento de ensino

Todas as pessoas que recuperaram de COVID-19, e que cumpriram os critérios de fim de isolamento determinados, devem manter o cumprimento das medidas de prevenção e controlo de infeção, de acordo com as recomendações da Autoridade de Saúde territorialmente competente.

3 - Ponto Focal

Ponto focal: Ana Maria Henriques, Chefe dos Assistentes Operacionais ou a sua substituta legal, em caso de ausência, Sara Sofia da Costa (assistente operacional).

4 - Estratégias de substituição de pessoal docente e não docente em caso de absentismo por doença ou necessidade de isolamento profilático

Substituição do pessoal docente: recurso à bolsa de recrutamento do Ministério da Educação.

Substituição do pessoal não docente: recurso à bolsa de reserva de recrutamento para necessidades transitórias.

5 - Divulgação do Plano de Contingência

O Plano será publicado na página do Agrupamento e divulgado à comunidade escolar através de e-mail.

6 - Avaliação do Plano de Contingência

O Plano será reavaliado e atualizado sempre que necessário em articulação com a Unidade de Saúde Pública e de acordo com as recomendações das DGEstE, DGE e DGS.

7 - Plano de Comunicação e Informação

7.1 - Equipa responsável pela comunicação/articulação/informação:

| Entidade/Pessoa | Telefone |
|---|-----------------------|
| Direção (ESMF) | 269 750 082 – Ext 502 |
| Direção (FAV) | 269 750 391 – Ext 401 |
| Chefe Serviços Administrativos | 269 750 083 – Ext 510 |
| Chefe dos Assistentes Operacionais (ESMF) | 269 750 080 – Ext 533 |
| Chefe dos Assistentes Operacionais (FAV) | 269 750 395 – Ext 400 |

7.2 - Fluxos de Informação e canais de comunicação

Interna: Diretor ou seu substituto legal, ou ponto focal, através de e-mail, contacto telefónico e página do agrupamento.

Interinstitucional: Diretor ou seu substituto legal, ou ponto focal, através de e-mail ou contacto telefónico.

Externa: Diretor ou seu substituto legal, ou ponto focal, através de e-mail, contacto telefónico e página do agrupamento.

Atualização da Informação:

A informação será constantemente atualizada, de acordo com as orientações da DGEstE, DGE e DGS.

Reuniões:

Reuniões periódicas com o Delegado de Saúde e com o responsável pela Proteção Civil para avaliação do Plano de Contingência.

O Diretor,

Manuel Botelho Mourão

Santiago do Cacém

8 - Anexos

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 seg.

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os "Parabéns"!



00

Molha as mãos



01

Aplica sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



02

Esfregua as palmas das mãos, uma na outra



03

Palma com palma com os dedos entrelaçados



04

Esfrega o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



05

Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



06

Esfrega o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



07

Enxagua as mãos com água



08

Seca as mãos com um toalhete descartável



REPÚBLICA PORTUGUESA

SAÚDE



40



SNS

INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE



DGS

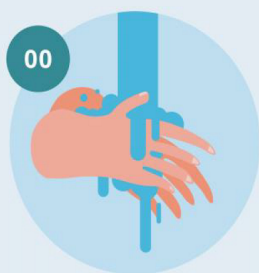
Direção-Geral de Saúde

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



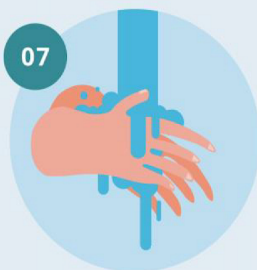
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24

COVID-19

MÁSCARAS



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.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE SNS 24 808 24 24 24

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE



SNS 24

808 24 24 24