

## PLANO OPERACIONAL PARA O REGRESSO GRADUAL ÀS ATIVIDADES PRESENCIAIS

### 1. INTRODUÇÃO

Este PLANO OPERACIONAL PARA O REGRESSO ÀS ATIVIDADES LETIVAS PRESENCIAIS será um referente para todos os elementos da Comunidade Educativa na adaptação à situação epidemiológica atual em Portugal, através da definição das práticas a adotar no regresso às práticas educativas.

#### 1.1. ENQUADRAMENTO

A Escola Profissional de Tecnologia Psicossocial do Porto atualizou o plano de contingência Covid19, de acordo com a Orientação 006/2020 da DGS, que vai possibilitar-lhe continuar a enfrentar, de modo adequado, a atual situação epidemiológica da COVID-19.

A COVID-19, considerada Pandemia a 11 de março de 2020 pela OMS, está a ser gerida em Portugal pela DGS – Direção Geral da Saúde, através de medidas de Saúde Pública que têm vindo a ser implementadas de acordo com as várias fases da situação epidémica, de forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, a prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e a proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações – da sociedade de uma forma geral. Sabemos que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de indivíduos, especialmente em ambientes fechados.

Numa fase anterior, tomaram-se um conjunto de medidas, excecionais e temporárias, que, respondendo à situação epidemiológica da COVID19, aprovadas pelo XXII Governo Constitucional através do Decreto-Lei nº10-A/202, de 13 de março, levaram à suspensão das atividades letivas presenciais.

No entanto, com a evolução da situação e a necessidade de assegurar a continuidade do ano letivo de 2019/2020, foram aprovadas novas medidas que prevê a minimização da interrupção do ensino, e simultaneamente reforçam a prevenção da COVID19 em ambiente escolar. Concretamente na EPTPP, aplicam-se aos 2º e 3º anos dos cursos profissionais, nas disciplinas que têm oferta de exame final nacional: português e inglês.

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## **1.2. OBJETIVOS**

Com este documento pretende-se definir os procedimentos para garantir um ambiente escolar seguro face à pandemia COVID-19.

Assim, são objetivos deste plano:

- assegurar o cumprimento das regras de distanciamento social;
- assegurar as melhores condições de higiene dos espaços e equipamentos;
- gerir uma situação de suspeita de COVID-19;
- formar e informar todos os alunos/as e colaboradores para o rigoroso cumprimento das instruções estabelecidas neste documento.

Pretende-se que as ações e comportamentos sejam antecipadamente previstas e todas as possíveis consequências controladas de forma a evitar a transmissão do SARS-CoV-2. As ações orientam-se, ainda, para a informação específica e detalhada com o propósito de consciencialização individual para implementação das práticas.

## **1.3. ARTICULAÇÃO E DIVULGAÇÃO**

Este plano está articulado e é ainda complementado com o PLANO CONTINGÊNCIA EPTPP COVID-19, versão atualizada a 14 de maio de 2020.

Este documento será distribuído a toda a Comunidade Educativa contribuindo para a divulgação das práticas adequadas a esta fase epidemiológica.

Permanecerá também disponível na página de internet da EPTPP.

## **2. MEDIDAS**

Através da adoção de um conjunto de medidas conseguiremos, entre todos com responsabilidade, garantir um ambiente seguro que promoverá a continuidade da atividade letiva em condições adequadas.

### **2.1. COMUNIDADE EDUCATIVA**

De forma a garantir um ambiente escolar seguro é necessário reduzir o número de elementos da comunidade presente nas instalações da EPTPP. Assim, deve-se:

- Atender a todas as informações provenientes das autoridades de saúde que possam conduzir à alteração deste plano;
- Manter o funcionamento das atividades letivas em regime de ensino à distância (E@D) até ao final do presente ano letivo, com exceção das aulas das disciplinas

Cofinanciado por:

*Propriedade de Norte Vida - Associação para a Promoção da Saúde*

que têm oferta de exame final nacional, dando cumprimento ao estabelecido no Plano de E@D e neste documento;

- A avaliação contínua deve manter-se conforme o estabelecido no Plano E@D em vigor, salvo raras exceções desde que devidamente justificadas fundamentadas;
- Manter a realização de reuniões e restantes atividades conforme previsto no Plano E@D;
- Manter, paralelamente aos serviços presenciais, todas as medidas de apoio aos alunos/as pela via digital, designadamente no âmbito pedagógico e estruturas de apoio à ação educativa;
- Manter o acesso condicionado de visitantes e fornecedores às instalações da EPTPP.

## 2.2. CUIDADOS INDIVIDUAIS

Para garantir um espaço seguro é necessário que toda a comunidade cumpra um conjunto de boas práticas aquando da sua presença nas instalações.

Assim, todos os elementos da comunidade devem:

1. **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 a Linha SNS24 (808 242424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito, e proceder de acordo com as indicações fornecidas;

2. Se apresentar sintomas durante a permanência na EPTPP proceder de acordo item 2.4. – Caso suspeito de COVID-19;

3. **Utilizar máscara comunitária**, seguindo os procedimentos expostos nos itens 3.1.1, 3.1.2., 3.1.3.; Colocar máscara comunitária (ver item 3.1.4.), salvo os grupos vulneráveis, que devem utilizar máscara cirúrgica, ao entrar nas instalações – poderá ser utilizada viseira pelos docentes nas aulas e colaboradores quando fazem atendimento, desde que esteja assegurada uma distância mínima de 1,5 m sendo o ideal de 2 m.

A máscara pode não ser utilizada nas seguintes situações: aquando das refeições dos colaboradores que permanecem nas instalações nos períodos de pausa de almoço (devem manter as distâncias e evitar coincidir nos mesmos períodos e espaços), quando há pessoas sós num espaço e ainda na utilização de máquinas/equipamentos onde a máscara e/ou luvas de proteção fazem parte dos equipamentos de proteção individual de uso obrigatório (colaboradores não docentes);

4. **Desinfetar as mãos** (ver pontos 3.1.1. e 3.1.2.) à entrada e saída dos edifícios, à entrada das salas, antes e depois de utilizar máquinas de vending e/ou fotocopiadoras;

5. **Lavar as mãos várias vezes ao dia** (ver pontos 3.1.1.e 3.1.2.) enquanto permanecem na escola;

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

7. **Utilizar, para secagem das mãos, papel descartável** em detrimento dos secadores que devem estar desligados;
8. **Manter as regras de etiqueta respiratória:** tossir ou espirrar para lenço de utilização única, ou para o braço com o cotovelo fletido;
9. **Manter a distância mínima de 2 m** e evitar aglomerados de pessoas, sobretudo no acesso à Escola, quer no portão exterior quer nas portas de acesso (portão lateral, porta do hall, portas de salas);
10. **Preferir a permanência em espaços abertos** em detrimentos dos fechados;
11. Entre as aulas os grupos estabelecidos permanecerão apenas no espaço atribuído;
12. A sala da máquina de vending e micro-ondas permanecerá fechada;
13. **Higienizar antes da utilização todas as superfícies e equipamentos** passíveis de contacto frequente e por várias pessoas nomeadamente: mesas e cadeiras das salas, mesas e cadeiras da cantina/bar, micro-ondas, teclados e ratos. Para tal existe uma solução desinfetante adequada e papel descartável junto destes equipamentos;
14. **Não partilhar objetos pessoais;**
15. Higienizar frequentemente os telemóveis retirando e higienizando também as capas com solução desinfetante adequada;
16. Colocar nos contentores dispostos todos os resíduos gerados e relacionados com a prevenção do contágio (máscaras, luvas, lenços de papel, etc.);
17. Reduzir, dentro do possível, o número de viagens nos transportes públicos, privilegiando deslocações a pé, de bicicleta ou outro meio de transporte.

### **2.3. ESPAÇOS NA EPTPP**

A gestão dos espaços e do ambiente nas instalações é crucial para garantir um ambiente seguro e reduzir a transmissão comunitária do SARS-CoV-2. A organização dos espaços da EPTPP está pensada para minimizar o contacto entre os vários elementos da comunidade. Pelo que é fundamental:

- atender a todas as informações provenientes das autoridades de saúde que possam conduzir à alteração deste plano ao nível da organização dos espaços;
- Procurar ocupar lugar nos vários espaços de forma a evitar coincidir e quando isto não for possível, evitar posições “frente a frente”.

#### **2.3.1. ACESSOS**

1. Utilizar as zonas identificadas para circulação e manter as distâncias assinaladas;
2. Suprimir todas as barreiras físicas, mantendo as portas permanentemente destrancadas e preferencialmente na posição aberta sempre que possível, minimizando assim os pontos de contacto frequente por várias pessoas;

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

3. Não ocupar os lugares marcados como “não sentar” nem permanecer junto à portaria e balcão de atendimento da secretaria, mas cumprir a distância de segurança nas zonas de atendimento, ficando atrás da marcação;
4. Colocar doseadores de SABA à disposição dos ocupantes de cada sala;
5. Marcar os circuitos de passagem e assinalar a distância de segurança de 2 m para o caso em que sucedam paragens.

### **2.3.3 . SALAS DE AULAS / GABINETES**

1. Reduzir a ocupação destes espaços de forma a garantir a distância de segurança de 1,5 m, sendo 2 m a situação ideal;
2. Ocupar sempre o mesmo lugar na sala;
3. Na entrada para a sala os/as alunos/as não devem estar aglomerados/as, respeitando as distâncias de segurança e seguindo atentamente o ritmo de entrada;
4. Evitar colocar-se de frente para os colegas.

### **2.3.4. MEDIDAS VÁRIAS**

De forma a manter as melhores condições de higiene definiu-se:

1. Atender a todas as informações provenientes das autoridades de saúde que possam conduzir à alteração deste plano ao nível das condições de higienização;
2. Manter janelas e/ou porta abertas dos vários espaços para garantir a ventilação natural e permanente (6 a 12 ventilações por hora), sem originar correntes de ar prejudiciais à saúde dos ocupantes;
3. Minimizar a utilização dos equipamentos de ar condicionado;
4. Ao nível de processos administrativos, todos os documentos devem circular preferivelmente em formato digital, sendo de evitar a impressão e manuseamento de documentos em papel;
5. Quando não é possível a circulação em formato digital, assegurar que, previamente à entrega de qualquer documento ou recurso em papel, as mãos são devidamente higienizadas (ver 3.1.1. e 3.1.2.);
6. Disponibilizar solução antisséptica de base alcoólica (SABA) à entrada dos edifícios, salas, balcões/secretárias de atendimento;

Cofinanciado por:



**UNIÃO EUROPEIA**  
Fundo Social Europeu

7. Elaborar plano de higienização de todas instalações/equipamentos acordo com a orientação DGS n.º 014/2020 de 21/03/2020;
8. Reforçar a higienização com solução desinfetante adequada de todas as superfícies passíveis de contacto frequente por várias pessoas, pelo menos duas vezes por dia (instalações sanitárias, puxadores portas, interruptores, teclados, fotocopiadoras, etc);
9. Proceder à higienização antes da utilização todas as superfícies e equipamentos passíveis de contacto frequente e por várias pessoas (ver 3.1.6.) nomeadamente: mesas e cadeiras das salas, mesas e cadeiras da cantina, micro-ondas, teclados e ratos. Para tal existe uma solução desinfetante adequada e papel descartável junto destes equipamentos;
10. Aquando da receção de encomendas, nunca as colocar sobre a mesa sem antes higienizar a embalagem com papel descartável embebido em solução desinfetante adequada – caso a encomenda seja acidentalmente colocada sobre a mesa desinfetar a mesa após a remoção da encomenda;

### **2.3.5. RESÍDUOS**

Relativamente aos resíduos suspeitos de estarem contaminados por SARS-CoV-2, encontram-se dispostos recipientes, devidamente identificados, na sala de isolamento para a sua deposição. Estes recipientes estão acondicionados com duplo saco, de plástico e resistente.

## **2.4. CASO SUSPEITO de COVID-19**

### **2.4.1. Sintomas e procedimento individual de caso suspeito**

As pessoas infetadas podem apresentar sinais e sintomas semelhantes a uma gripe comum, incluindo febre, tosse seca, cansaço e dificuldade respiratória. Algumas pessoas podem ter ainda dores, congestão e/ou corrimento nasal, garganta inflamada ou diarreia.

Caso apresente um destes sintomas deve:

- Dirigir-se para o espaço de isolamento temporário: a localização da sala de isolamento é conhecida pela comunidade educativa, estando definida no Plano de contingência em vigor. Trata-se do Laboratório da Escola que está devidamente sinalizado.
- Contactar a Linha de Saúde 24 – 800 24 24 24
- Contactar com a Delegada de Segurança através dos colaboradores da escola;

Cofinanciado por:



- Seguir as orientações que lhe forem transmitidas;
- Seguir o procedimento conforme Plano de Contingência.

#### **2.4.2. Apoio ao suspeito de COVID-19**

Caso o suspeito de COVID-19 necessite de apoio deve-se:

##### Antes do apoio e antes de entrar no espaço de isolamento

- higienizar com papel embebido em SABA a maçaneta da porta;
- solicitar ao suspeito para se afastar o mais possível da porta;
- abrir e manter a porta fechada;
- higienizar as mãos;
- colocar a máscara cirúrgica;
- colocar as luvas descartáveis;
- manter a distância de segurança (mínimo 2 metros), se possível.

##### Depois do apoio e antes de sair do espaço de isolamento

- manter a distância de segurança (mínimo 2 metros)
- retirar as luvas pela parte interior junto ao pulso e colocar no contentor de resíduos;
- higienizar as mãos;
- retirar a máscara puxando pelos fios e nunca pela parte da frente da mesma, e colocar no contentor de resíduos;
- higienizar as mãos;

#### **2.4.3. Depois de sair do espaço de isolamento**

- fechar a porta;
- higienizar as mãos.

#### **2.4.4. Tratamento do espaço de isolamento após saída do suspeito de COVID-19**

Após a saída do suspeito da área de isolamento a Escola deve providenciar a limpeza e desinfecção do espaço de acordo com as instruções presentes na Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020.

Os resíduos devem ser fechados no saco e encaminhados para operador autorizado de resíduos hospitalares categoria III.

#### **2.4.5. Acompanhamento do caso pela Equipa de Segurança**

A Equipa de Segurança que está encarregada da Gestão do Plano de Contingência Interno COVID-19 fará o acompanhamento dos casos suspeitos e validados mantendo sempre todos os dados anonimizados.

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

A Equipa manterá contacto com as autoridades de saúde para desencadear os procedimentos necessários em relação às pessoas que estiveram em contacto com o suspeito, à higiene dos espaços e outros procedimentos necessários.

### **3. INFORMAÇÃO E CONSCIENCIALIZAÇÃO**

Para assegurar o correto cumprimento deste plano devem ser promovidas ações de informação e consciencialização de toda a comunidade acerca das práticas definidas nos capítulos anteriores e dos vários procedimentos descritos neste ponto. Estas ações passam por:

- difusão via email para todo os elementos da Comunidade Educativa;
- disponibilização na página da internet;
- sensibilização feita nas aulas pelos docentes.

#### **3.1. PROCEDIMENTOS A ADOPTAR**

Todos os elementos da Comunidade Educativa conhecem e adotam as práticas que se seguem de forma a promover uma higienização adequada, minimizando os riscos de contaminação.

##### **3.1.1. Procedimento para higienização das mãos com SABA**

Para uma correta higienização das mãos solução antisséptica de base alcoólica (SABA) (adaptado de DGS Norma nº 007/2020 de 29/03/2020):

1. Colocar uma dose adequada de SABA que dê para espalhar em toda a superfície das mãos (utilizar o cotovelo para acionar o dispensador);
2. Esfregar a solução durante pelo menos 20 segundos nas palmas, costas com os dedos entrelaçados, polegares em sentido rotativo, pontas dos dedos de uma mão na palma da outra mão e pulsos;
3. Deixar evaporar a restante SABA.

##### **3.1.2. Procedimento para higienização das mãos com sabão/água**

Para uma correta higienização das mãos com sabonete e água proceder da seguinte forma (adaptado de DGS Norma nº 007/2020 de 29/03/2020):

1. Abrir a torneira;
2. Molhar as mãos e pulsos com água corrente;
3. Ensaboar bem as mãos e os pulsos;

Cofinanciado por:



**UNIÃO EUROPEIA**  
Fundo Social Europeu



*Propriedade de Norte Vida - Associação para a Promoção da Saúde*

4. Deixar atuar, esfregando, durante pelo menos 20 segundos nas palmas, costas com os dedos entrelaçados, polegares em sentido rotativo, pontas dos dedos de uma mão na palma da outra mão e pulsos;
5. Passar mãos e pulsos por água;
6. Fechar a torneira com papel;
7. Secar com toalhetes papel e colocar no contentor resíduos;
8. Retirar um novo papel para abrir a porta das instalações sanitárias, se estas estiverem fechadas.

### **3.1.3. Situações em que é necessário higienizar as mãos**

As mãos devem sempre ser higienizadas (com SABA ou água/sabão) nas seguintes situações:

1. à entrada e saída dos edifícios;
2. à entrada e saída das salas;
3. antes de calçar as luvas e depois de as remover;
4. antes e após comer ou beber;
5. após o uso das instalações sanitárias;
6. após o contacto com superfície de utilização comum por várias pessoas.

### **3.1.4. Procedimento para colocação e remoção da máscara**

Para colocar a máscara deve-se (adaptado de DGS Orientação nº 003/2014 de 28/04/2014):

1. Higienizar as mãos de acordo com os pontos 3.1.1 ou 3.1.2;
2. Pegue na máscara pelas laterais (junto aos elásticos) e colocar o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
3. Passe um elástico pela primeira orelha e o outro pela segunda;
4. Usando os dedos indicadores de ambas as mãos adaptar a peça metálica ou parte superior da máscara ao nariz;
5. Verificar a correta colocação da máscara da seguinte forma (aplicável nas máscaras cirúrgicas):
  - a. Expiração vigorosa – se a máscara estiver colocada de forma correta deverá sentir pressão positiva dentro da máscara;
  - b. Inspiração profunda – se a máscara estiver colocada de forma correta deverá colapsar sobre a face.
6. A máscara deve ser usada 4 a 6 horas e nessa altura substituída, e substituir sempre que estiver húmida (DGS Norma nº 007/2020 de 29/03/2020);

Cofinanciado por:

*Propriedade de Norte Vida - Associação para a Promoção da Saúde*

7. Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização, caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente a higienização das mãos.

Para retirar a máscara deve-se (adaptado de DGS Orientação nº 003/2014 de 28/04/2014):

1. Higienizar as mãos de acordo com pontos 3.1.1. ou 3.1.2;
2. Retirar a máscara pelos elásticos e nunca tocando na parte da frente porque pode estar contaminada;
3. Colocar a máscara nos contentores de resíduos destinados para o efeito;
4. Higienizar as mãos de acordo com pontos 3.1.1 ou 3.1.2.

### **3.1.5. Procedimento para colocação e remoção de luvas**

As luvas não substituem a lavagem das mãos ou a higiene das mãos!

Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção. O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas durante uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada **quatro horas** ou sempre que necessário.

Para colocar as luvas deve-se:

1. Higienizar as mãos de acordo com os pontos 3.1.1 ou 3.1.2;
2. Colocar as luvas;
3. Realizar a atividade de forma ininterrupta.

Para remover as luvas deve-se:

1. Higienizar as mãos de acordo com os pontos 3.1.1 ou 3.1.2;
2. Retirar as luvas pela parte junto ao pulso e interior (a parte exterior pode estar contaminada);
3. Colocar a máscara nos contentores de resíduos destinados para o efeito;
4. Higienizar as mãos de acordo com os pontos 3.1.1 ou 3.1.2

### **3.1.6. Procedimento para desinfeção de superfícies pelo utilizador**

Todas as superfícies passíveis de contacto por vários utilizadores devem ser desinfectadas pelo utilizador. Exemplo dessas situações: equipamentos, mesas e cadeiras nas salas, teclado e ratos de computadores, teclados das máquinas de vending, etc.

1. Embeber, de forma abundante, papel descartável em solução desinfetante adequada;

Cofinanciado por:

2. Passar em todas as superfícies utilizadas;
3. Descartar o papel no contentor de resíduos.

#### **4. DOCUMENTAÇÃO CONSULTADA**

- DGS Orientação nº 003/2014 de 28/04/2014 - Equipamentos de proteção individual para agentes biológicos de tipo 4.
- DGS Orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020 - Infeção por SARS-CoV-2 Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.
- Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 - Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) Limpeza e desinfecção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares.
- DGS Orientação nº 024/2020\_Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino
- DGS Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo corona vírus (COVID-19); 2020.

#### **5. RESUMO BREVE DAS REGRAS “EXCEPCIONAIS” NO REGRESSO À ESCOLA**

- Não acudir à Escola se tem sintomas ou esteve próximo a alguma pessoa infectada;
- Deve manter desde antes da entrada a distancia de segurança (2 m);
- Medição voluntária de temperatura à entrada da EPTPP;
- Só pode entrar na EPTPP de máscara;
- Só tem acesso à Sala de aula e WC, todos os restantes espaços estão restringidos;
- Só pode entrar na sala de aula após higienização das mãos – dispensador parede;
- Numa situação de fila para entrar deve manter a distância de segurança de 2 m;
- Ocupar apenas os lugares marcados com o seu nome desde o primeiro dia;
- Não está permitido sair ao pátio nos intervalos, deve permanecer na sala no seu lugar;
- Para ir ao WC deve dar a volta pelo pátio desportivo e entrar na porta lateral que vai dar em frente aos WCs e não entrar ou permanecer noutra espaço;
- No WC deve lavar as mãos com sabão durante 20 segundos e secá-las bem com toalhetes de papel;
- Os Serviços Administrativos e Giva devem ser contactados via email, Teams, telefónica e não presencialmente.

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu