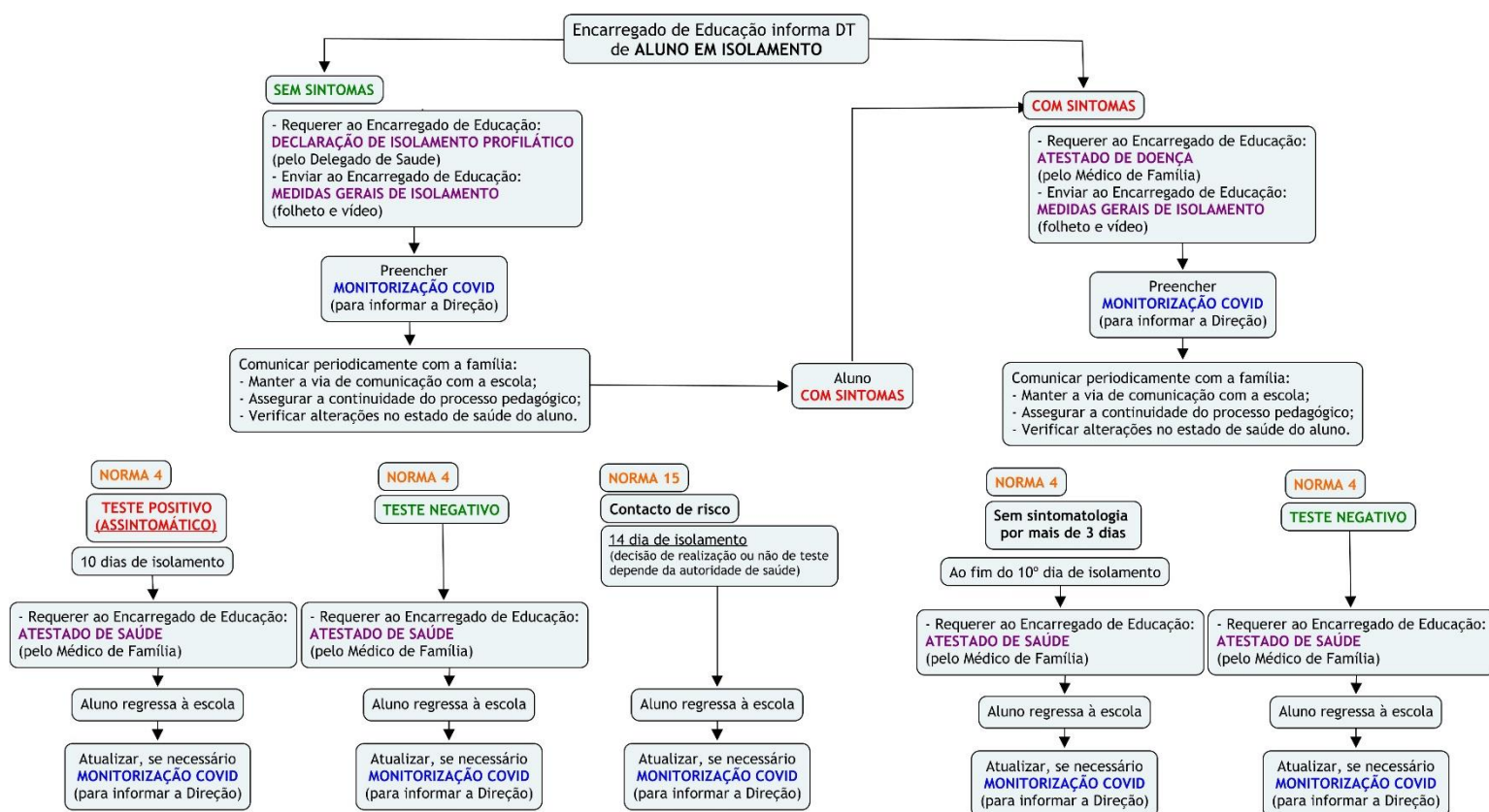


A toda a comunidade escolar

e em específico a todos os Professores Titulares e Diretores de Turma:

Face à atualização das normas de atuação da DGS, e ao recente declarado Estado de Emergência, sentimos a necessidade de adaptar e clarificar a nossa linha de comunicação. Assim, apresenta-se o novo fluxograma de comunicação de casos COVID-19.



O documento anterior (“Monitorização COVID”) destina-se a ser utilizado por PT/DT na reportação de casos de alunos, mas também de todo o pessoal docente e não docente, na declaração de casos pessoais.

Todas as informações, dúvidas e registos de casos (encaminhamento do documento referido), devem ser endereçados para: covid@acarvalhos.pt.

De forma gráfica, a norma sustenta que:

COVID-19

NORMA 004

COVID-19

NORMA 004

FIM DO ISOLAMENTO

Desde que esteja sem febre há três dias e com melhoria significativa dos sintomas.



Com doença ligeira a moderada:
ao fim de 10 dias



Com doença grave ou crítica:
ao fim de 20 dias



COVID-19

NORMA 004

ASSINTOMÁTICOS

(pessoas com teste positivo para COVID-19 mas que não têm nem desenvolvem sintomas)

O isolamento termina 10 dias depois do teste
que confirmou COVID-19



COVID-19

NORMA 004

PORQUE NÃO SE REALIZA TESTE DE CURA?

- Tal como na maior parte das infeções respiratórias virais, não é necessário realizar um "teste de cura" na COVID-19
- A DGS está em linha com a evidência científica mais recente e com as recomendações internacionais da OMS e do ECDC



PORQUE NÃO SE REALIZA TESTE DE CURA?

- A partir do 8º - 10º dia de doença, a **transmissão do vírus é quase nula** nos assintomáticos e doentes ligeiros ou moderados
- Mesmo que existam partículas do vírus detetadas nos testes, **isso não significa que exista transmissão do vírus para outras pessoas**



Ainda assim, não é demais referir que a decisão última na gestão de todos os casos é da Autoridade de Saúde, na pessoa dos Delegados de Saúde.

De forma a que o isolamento seja cumprido e vivido da melhor forma, seguem também vários documentos (“Durante o período de isolamento”; “Manual de isolamento”), que dão forma às orientações emanadas pela DGS e ideias para viver este momento da maneira mais saudável possível. E, ainda, um vídeo (<https://www.youtube.com/watch?v=lfRqkR-1gp8>) explicativo sobre cuidados neste período.

Reforçamos o pedido, aos PT e DT, de que estes recursos sejam enviados aos Encarregados de Educação, como reforço e objeto de um aumento da literacia em saúde.

Voltamos a frisar a necessidade e a urgência do preenchimento do **Formulário** com os dados dos alunos, de cada turma, que foi dirigido aos PT e DT.

Além das questões associadas ao isolamento, queremos reforçar inequivocamente a necessidade do estabelecimento das medidas de proteção individual, o plano de contingência e de higienização, em vigor.

Assim, as medidas gerais, que já várias vezes ouvimos e vimos, são:

- Manter o distanciamento físico;
- Usar máscara corretamente;
- Lavar ou desinfetar as mãos, periodicamente;
- Manter a etiqueta respiratória;
- Instalar a aplicação StayAway COVID.

No âmbito escolar, estas medidas implicam:

- Não partilhar objetos pessoais (ex. material escolar, lenços, comida, ...);
- Não estabelecer contacto físico (ex. cumprimentos diários, ...), sem equipamento de proteção (ex. luvas);
- Evitar aglomerados (mais de cinco pessoas a distâncias inferiores a 1 metro);
- Desfazer as idas à casa de banho;
- Não circular enquanto se come;
- Sair de espaços com aglomerados (ex. sala de aula, sala dos professores, refeitório) para se assoar;
- Sempre que esteja sem máscara (ex. às refeições), cumprir escrupulosamente o distanciamento de 2 metros;
- Não partilhar falsas informações;
- Seguir os circuitos de circulação;
- Cumprir o arejamento das salas;
- Assegurar a limpeza das salas, sempre que há mudança de turmas;
- Higienizar, regularmente, superfícies de contacto (ex. computadores, maçanetas, lavatórios, corrimãos, sanitas e urinóis).



É responsabilidade de TODOS cumprir e fazer cumprir as medidas anteriores. Como diz o Governo, devemos ser AGENTES DE SAÚDE PÚBLICA! Mais uma vez, e face à situação epidemiológica do País, reforcem junto dos alunos estes comportamentos. Os professores na sala de aula e todos em todos os espaços, dentro e fora da escola.

Se tiverem dúvidas, a Equipa de saúde em articulação com a Direção, de bom grado respondem às vossas questões, basta contactar através do e-mail covid@aecarvalhos.pt.

Por fim, e não menos importante, sempre que um aluno ou outro elemento da comunidade escolar apresentar sintomatologia suspeita - *ver imagem* -, deve ser encaminhado para a sala de isolamento e contactado o SNS24 (808 24 24 24) e o Encarregado de Educação, sem alarmismos.

Já que, apenas é considerado um contacto de alto risco, quando houver contacto frente a frente, desprotegido (sem máscara), durante mais de 15 minutos; ou quando houver contacto físico. Em ambas as situações, o doente deve estar sintomático, para se manter o nível de risco.

Mais uma vez, repetimos a classificação da exposição ao risco é da responsabilidade única da Autoridade de Saúde, na pessoa dos Delegados de Saúde Pública.

SINTOMAS:

Sintomas de infeção respiratória aguda

Tosse (que pode estar associada a dores musculares ou dor de cabeça)

Febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$)

Dificuldade respiratória

Perda do olfato*

Perda ou diminuição do paladar de início súbito*

*sintomas incluídos na revisão da norma



JUNTOS PODEMOS FAZER MAIS E MELHOR!

Agradecemos o empenho e disponibilidade demonstrada.