



PROTOCOLO DE PREVENÇÃO E CONTENÇÃO DA GRIPE A (H1N1)

I. CARACTERIZAÇÃO DA GRIPE A (H1N1)

Definição

A Gripe A é uma doença infecto-contagiosa que afecta o nariz, a garganta, e a árvore respiratória, provocada pelo novo vírus da gripe, o designado vírus da Gripe A (H1N1). Não é possível distinguir com exactidão os sintomas da gripe normal dos da Gripe A. O período de incubação da Gripe A pode variar entre 1 a 7 dias e os doentes podem contagiar outras pessoas por um período até 7 dias.

Formas de Transmissão	Sintomas
<ul style="list-style-type: none">▪ De pessoa a pessoa, através do contacto com indivíduos doentes, desde os primeiros sintomas, até cerca de 7 dias após o seu início.▪ Através do ar, em particular em espaços fechados e pouco ventilados, quando as pessoas doentes tosse ou espirram no seu interior.▪ Através do contacto das mãos com objectos, superfícies ou roupas contaminados por gotículas de saliva ou secreções nasais de uma pessoa doente*.	<ul style="list-style-type: none">▪ Febre - início súbito (superior a 38°).▪ Arrepios de frio▪ Tosse seca e contínua.▪ Leves dores de garganta.▪ Dores musculares intensas.▪ Dor de cabeça intensa▪ Cansaço.▪ Ardor de olhos intenso.▪ Diarreia ou vómitos.

* O vírus pode permanecer activo durante várias horas (2 a 8 horas) em superfícies ou objectos contaminados.

II. MEDIDAS DE PREVENÇÃO

A adoptar pelos/as Encarregados/as de Educação

1. Sempre que o/a educando/a apresente febre e sintomas de gripe não deve frequentar o Colégio, até a situação ser esclarecida por um profissional de saúde e ou através da Linha Saúde 24 - 808 24 24 24.
2. No caso de crianças do Pré-Escolar sugere-se a medição regular da temperatura corporal e que cada criança traga: a) um pacote de lenços de papel devidamente identificado; b) uma garrafa de água devidamente identificada; c) na lancheira, dois guardanapos de papel e uma colher, quando esta seja necessária; d) um conjunto de lençóis e respectiva fronha, no caso de dormir a sesta no Colégio. A lavagem dos dentes encontra-se suspensa.
3. Auxiliar o/a seu/sua educando/a a identificar os sintomas de gripe.
4. Providenciar para que o/a seu/sua educando/a tenha sempre consigo lenços de papel, uma garrafa de água e, se possível, toalhetes desinfectantes para usar nas situações em que não for possível lavar as mãos.
5. Promover no seu/sua educando/a medidas de higiene pessoal:
 - i. Lavagem frequente das mãos, com sabão, durante pelo menos 20 segundos, com destaque para os momentos das refeições, das idas à casa de banho, depois de assoar o nariz, espirrar ou tossir, e depois de mexer em objectos de utilização partilhada.
 - ii. Cobrir a boca e o nariz com lenço de papel quando tossir ou espirrar e colocá-lo no lixo, após cada utilização.
 - iii. Secar as mãos com toalhetes de papel.
 - iv. Evitar a partilha de bebidas, comida, copos e talheres.
 - v. Não mexer em lixo, terra, detritos ou dejectos de animais.
 - vi. Não manusear o telemóvel, consolas, portáteis no decurso das refeições.

- vii. Evitar a partilha de material escolar, do telemóvel, dos auriculares, consolas de jogos e de brinquedos.
 - viii. Evitar os cumprimentos através de abraços e beijos.
 - ix. Evitar, sempre que possível, o contacto próximo com pessoas que apresentem sintomas de gripe, guardando uma distância mínima de 1 metro.
 - x. Não trazer os brinquedos para o Colégio.
 - xi. Limpar, ao fim do dia, o telemóvel, lancheira e outros objectos que utilizou no Colégio.
 - xii. No Refeitório e Bar aguardar a sua vez em fila indiana.
 - xiii. Aconselhar o/a seu/sua educando/a a contactar de imediato um/a professor/a, funcionário/a ou irmã caso identifique algum sintoma gripal.
6. Caso tenha tido um contacto próximo com um/a doente portador/a da Gripe A (H1N1) ou uma situação suspeita dessa doença deve telefonar para a Linha Saúde 24, seguir as instruções que lhe forem transmitidas e informar o Colégio.
7. No caso de ser diagnosticada a Gripe A ao/à seu/sua educando/a informe de imediato o Colégio.

A adoptar pelo Colégio

1. No início do ano lectivo, divulgar o Protocolo junto de toda a Comunidade Educativa, afixando-o em local visível, nomeadamente portão de entrada e portaria e disponibilizando-o na Secretaria e na Página do Colégio: www.colegioteresianobraga.com
2. Afixar nas salas de aula o cartaz "Gripe, Como se proteger a si e aos outros".
3. Afixar nas casas de banho, no refeitório e bar o cartaz "Como lavar as mãos".

4. Exercer uma acção preventiva, mediante uma acção de formação, junto do pessoal docente e não docente, e de todos/as os/as alunos/as, nomeadamente através das Educadoras (Pré-escolar), Professoras Titulares (1.º Ciclo) e Director/as de Turma (2.º e 3.º Ciclos), explicando as formas de transmissão da gripe e os seus sintomas, e divulgando as medidas gerais de higiene para evitar a propagação da doença:
- i. Ensinar a lavar correctamente as mãos.
 - ii. Lavar com frequência as mãos, com sabão, durante pelo menos 20 segundos, com destaque para os momentos das refeições, das idas à casa de banho, depois de assoar o nariz, espirrar ou tossir, e depois de mexer em objectos de utilização partilhada.
 - iii. Cobrir a boca e o nariz com lenço de papel quando tossir ou espirrar e colocá-lo no lixo, após cada utilização.
 - iv. Secar as mãos com toalhetes de papel.
 - v. Evitar a partilha de bebidas, comida, copos e talheres.
 - vi. Não mexer em lixo, terra, detritos ou dejectos de animais.
 - vii. Não manusear o telemóvel, consolas, portáteis no decurso das refeições.
 - viii. Evitar a partilha de material escolar, do telemóvel, dos auriculares, consolas de jogos e de brinquedos.
 - ix. Evitar os cumprimentos através de abraços e beijos.
 - x. Evitar, sempre que possível, o contacto próximo com pessoas que apresentem sintomas de gripe, guardando uma distância mínima de 1 metro.
 - xi. No Refeitório e Bar aguardar a sua vez em fila indiana.

xii. Contactar de imediato um/a professor/a, funcionário/a ou irmã caso identifique algum sintoma gripal e seguir as instruções que lhe forem comunicadas.

5. Medidas gerais de higiene a implementar no Colégio:

- i. Promover o arejamento dos espaços fechados do Colégio, mantendo as janelas abertas, sempre que possível.
- ii. Manter as portas das salas abertas.
- iii. Em cada sala haverá um caixote do lixo, accionado a pedal, só para os lenços de mão usados.
- iv. Higienização dos teclados e ratos dos computadores após cada utilização.
- v. Limpar diariamente puxadores das portas, corrimões, torneiras, cadeiras, mesas e objectos de trabalho, brinquedos e outras superfícies que estão mais vezes em contacto com as mãos, com desinfectante ou detergente doméstico comum.
- vi. Limpar frequentemente os quartos de banho com desinfectante ou detergente doméstico comum.
- vii. Equipar os locais de lavagem das mãos com sabonete líquido, toalhetes de papel e cartazes com a demonstração da técnica de higienização das mãos.
- viii. Proceder à venda de lenços de papel na Papelaria, no Bar e nos sectores da Pré-Escolar (Ana Leonor) e do 1º Ciclo (Ana Coelho).
- ix. No Bar e Refeitório reforçar as medidas de higiene, com limpezas ainda mais frequentes.
- x. Os profissionais que manusearem alimentos terão cuidados especiais de higiene, os quais implicam a lavagem frequente

das mãos, de todas as superfícies de trabalho e objectos com desinfectante ou detergente doméstico comum.

6. Este protocolo poderá a qualquer momento ser actualizado com outras medidas que entretanto venham a ser aconselhadas pela Direcção Geral de Saúde e/ou Ministério da Educação. Essa actualização será comunicada pela página oficial do Colégio, fixada na portaria e no portão de entrada.

II. MEDIDAS DE CONTENÇÃO

A adoptar pelo/a Encarregado/a de Educação

1. Caso tenha tido um contacto próximo com um/a doente portador/a da Gripe A (H1N1) ou uma situação suspeita dessa doença, deve telefonar para a Linha Saúde 24, seguir as instruções que lhe forem transmitidas e informar o Colégio.
2. Caso seja contactado/a pelo Colégio relativamente a uma suspeita que incida sobre o/a seu/sua educando/a deve colaborar de forma pronta e responsável.
3. Caso se confirme a suspeita, o/a seu/sua educando/a terá de permanecer em casa durante um período mínimo de sete dias, ou até que lhe seja dada alta clínica, e seguir as medidas profiláticas indicadas.

A adoptar pelo Colégio

1. Sempre que um/a aluno/a ou profissional apresente sintomas de gripe durante a permanência no Colégio, promover-se-á o seu afastamento da restante comunidade, sendo encaminhado/a para um espaço criado e equipado para o efeito "Espaço de Triagem H1N1" (Cf: Anexo 1), no qual se procederá à colocação de uma máscara no/a aluno/a, desinfecção das

mãos, medição da temperatura e identificação de outros sintomas (*Cf.*: Anexo 2). O/a aluno/a será acompanhado nesse processo por uma funcionária.

2. Contactar-se-á o/a encarregado/a de educação ou familiares a fim de dar conhecimento da situação e obter informação que se possa revelar pertinente (*Cf.*: Anexo 3)
3. Contactar-se-á a Linha de Saúde 24 ou o Centro de Consulta da Gripe A e seguir-se-á as instruções transmitidas.
4. Todos os contactos supra mencionados serão efectuados pela Secretaria no horário de expediente e pelas Coordenadoras de cada sector, pelo/as Director/as de Turma ou outra pessoa a quem tenha sido delegada essa função, no intervalo de almoço.
5. O Colégio poderá encerrar se houver o risco de propagação da doença devido à existência de diagnósticos confirmados entre profissionais e alunos/as, e após uma adequada avaliação epidemiológica, por parte da Autoridade Local de Saúde.

A adoptar pela Pessoa Afectada

1. Caso se confirme a suspeita de um/a profissional do Colégio, este/a terá de permanecer em casa durante um período mínimo de sete dias, ou até que lhe seja dada alta clínica, e seguir as medidas profiláticas indicadas.
2. Deve, de modo responsável, informar as pessoas ou instituições com quem teve contacto, desde os primeiros sintomas até cerca de 7 dias após o seu início, de modo a poderem ser accionados as medidas profiláticas adequadas.

III. COMISSÃO DE ACOMPANHAMENTO DO PLANO DE PREVENÇÃO E CONTENÇÃO DA GRIPE A

1. Composição da Comissão

- ✓ Coordenadora - Isabel Maria Roque dos Santos.
- ✓ Subcoordenadora - Ana Paula Barroso Vieira.
- ✓ Equipa Operativa:
 - Sara Cristina Pereira machado Viana - Professora de Ciências Naturais;
 - Maria da Conceição da Silva Freitas - Coordenadora da Pré-escolar;
 - Guilhermina de Oliveira Novais - Coordenadora do 1.º Ciclo;
 - Maria de Lurdes da Mota Quintãos - Administradora;
 - Maria Clara Vidal Faria de Araújo - Chefe dos serviços Administrativos;
 - Isabel Maria Rodrigues Ferreira - Auxiliar de Acção Educativa da Pré-escolar;
 - Ana Maria da Cunha Coelho - Auxiliar de Acção Educativa do 1.º Ciclo;
 - Susana Maria Silva Ferreira Xavier - Auxiliar de Acção Educativa do 2.º e 3.º Ciclos.

2. Funções

a) Coordenadora:

- ✓ Responsável pela implementação das medidas de prevenção e contenção.
- ✓ Implementa as medidas que o Delegado de Saúde, eventualmente, venha a aconselhar.

- ✓ Encerra o colégio, de acordo com as recomendações das entidades competentes.
 - ✓ Garante a articulação com a Direcção Regional de Educação do Norte.
 - ✓ Gere a comunicação interna e externa.
 - ✓ Define os recursos humanos mínimos para cada uma das áreas prioritárias, assegurando a sua substituição em caso de necessidade.
 - ✓ Monitoriza o cumprimento do presente Protocolo, sua revisão e, se necessário, alteração do mesmo.
 - ✓ Monitoriza as faltas dos/as funcionários/as, professores/as e alunos/as por motivo da Gripe A.
- b) Subcoordenadora - substitui a Coordenadora na sua ausência.
- c) Equipa Operativa:
- *Professora de Ciências Naturais
 - *Coordenadora da Pré-escolar
 - *Coordenadora do 1.º Ciclo
- ✓ Assessoria a Coordenadora na implementação das medidas de prevenção e contenção.
- d) Chefe dos Serviços Administrativos:
- ✓ Estabelece contacto com os/as Encarregados/as de Educação.
 - ✓ Contacta com a Saúde 24 ou o Centro de Consulta da Gripe A.
 - ✓ Preenche a Ficha de Registo dos Casos Suspeitos de Gripe A.
 - ✓ Informa a Coordenadora (Cf.: Anexos 3 e 4).
- e) Auxiliares de Acção Educativa
- ✓ Acompanham os/as alunos/as que apresentem sintomas gripais ao Espaço de Triagem H1N1 e accionam as medidas previstas (Cf.: Anexo 2).

f) Administradora

- ✓ Assegura que se cumpram as medidas de limpeza e higiene nos diversos espaços e objectos.
- ✓ Diligencia a aquisição e a reserva de produtos de higiene e limpeza.

IV. GESTÃO DOS RECURSOS HUMANOS EM CASO DE ABSENTISMO

1. Actividades lectivas

- ✓ Em contexto de baixo e moderado absentismo dos/as professores/as serão accionados os mecanismos de substituição previstos no Regulamento Interno.
- ✓ Caso se verifique o encerramento do Colégio ou isolamento profilático de alguma turma poderão ser realizadas algumas actividades através do *email*.

2. Serviços

- ✓ Definição de actividades prioritárias.
- ✓ Mobilização de funcionários/as de áreas não prioritárias.
- ✓ Redução do número de horas de atendimento.
- ✓ Encerramento do Bar.
- ✓ Atendimento apenas por telefone ou *email*.
- ✓ Fornecimento de refeições no Refeitório por uma empresa contratada para o efeito.
- ✓ Reposição de reservas de bens alimentares e produtos de higiene recorrendo a fornecedores alternativos.

ANEXOS

ANEXO 1

EQUIPAMENTO DO ESPAÇO DE TRIAGEM H1N1

Mobiliário:

- ✓ 1 Mesa;
- ✓ 2 Sofás;
- ✓ 1 Cadeira;
- ✓ 1 caixote do lixo accionado por pedal e forrado com saco.

Material Informativo:

- ✓ Cartazes que explicitam:
 - Sintomas da gripe A;
 - Formas de Contágio;
 - Formas de lavar as mãos.
- ✓ Formulário com a descrição das acções a desencadear neste espaço.

Material de Protecção

- ✓ Luvas;
- ✓ Desinfectante de mãos;
- ✓ Máscaras cirúrgicas;
- ✓ Álcool;
- ✓ Algodão.

Material de apoio:

- ✓ Dois termómetros digitais;
- ✓ Lenços de papel;
- ✓ Garrafas de água;
- ✓ Antipiréticos "*Ben-u-ron*" infantil.

ANEXO 2 ACÇÕES A DESENCADear PELA FUNCIONÁRIA NO ESPAÇO DE TRIAGEM H1N1

1. Coloca uma máscara cirúrgica no/a aluno/a.
2. Dá indicação ao/à aluno/a para proceder a desinfectação das mãos.
3. Desinfecta as suas próprias mãos;
4. Coloca umas luvas;
5. Pega no termómetro e desinfecta-o com algodão e álcool.
6. Mede a temperatura ao/à aluno/a.
7. Procura identificar outros sintomas no/a aluno/a (para além da febre - superior a 38°):
 - i. Arrepios de frio
 - ii. Tosse seca e contínua.
 - iii. Leves dores de garganta.
 - iv. Dores musculares intensas.
 - v. Dor de cabeça intensa
 - vi. Cansaço.
 - vii. Ardor de olhos intenso.
 - viii. Diarreia ou vómitos.
8. Desinfecta o termómetro com algodão e álcool e guarda-o.
9. Pede ao/à aluno/a que permaneça no espaço.
10. Retira as luvas.
11. Dirige-se à Secretaria, identifica o/a aluno/a e indica os sintomas de que este/a é portador/a.
12. Regressa para junto do/a aluno/a e aguarda por novas instruções.

Nota: O antipirético só será administrado ao/à aluno/a se houver uma indicação nesse sentido por parte do/a Encarregado/a de Educação, da Linha Saúde 24 ou Centro de Consulta da Gripe A.

Após cada utilização o "Espaço de Triagem H1N1" tem de ser devidamente desinfectado e o lixo produzido selado e colocado no contentor do lixo.

A. Contacto com o/a Encarregado/a de Educação:

1. Telefonar ao/à Encarregado/a de Educação;
2. Identificar-se;
3. Perguntar-lhe se o/a seu/sua educando/a manifestou em casa algum sintoma de mal-estar;
4. Perguntar-lhe se tem problemas de alergia, sinusite, asma ou outros de natureza respiratória;
5. Indicar-lhe os sintomas que manifesta;
6. Perguntar-lhe se o/a seu/sua educando/a esteve em contacto com alguém com sintomas de gripe ou infectadas;
7. Pedir ao/à Encarregado/a de Educação que se dirija ao Colégio ou mande alguém que o represente para acompanhar o/a aluno/a, pois este não voltará para junto dos colegas enquanto a sua situação clínica não for devidamente esclarecida;
8. Indicar-lhe que em seguida irá contactar a Linha Saúde 24 ou o Centro de Consulta da Gripe A.

B. Contacto com a Linha Saúde 24 ou Centro de Consulta da Gripe A:

1. Identificar a instituição e identificar-se;
2. Descrever a situação;
3. Responder às questões colocadas;
4. Registrar as instruções transmitidas;
5. Comunicar à Auxiliar de Acção Educativa as instruções recebidas.

C. Diligências finais:

1. Comunicar o caso à Coordenadora;
2. Comunicar ao/à Encarregado/a de Educação, quando ele/a chegar ao Colégio as indicações recebidas da Linha de Saúde 24;
3. Preencher a Ficha de Registo dos Casos Suspeitos de Gripe A (H1N1).

Data: ____/____/____; Hora _____

Funcionária que acompanhou o caso:

Identificação do/a aluno/a _____

Data de nascimento: ____/____/____ Ano/Turma _____

Sintomas

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Identificação do/a progenitor/a contactado/a _____

Hora de contacto : _____. Hora de chegada ao Colégio: _____

Informações que transmitiu:

Contactos realizados:

Instruções transmitidas pela Linha Saúde 24 ou Centro de Consulta da Gripe A:

Diagnóstico Médico: