

Medidas de Higiene e Segurança adotadas para o regresso ao ensino presencial na Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa e Escola Superior de Saúde

1. Introdução

Estamos cientes de que o levantamento progressivo nas instituições de ensino superior das medidas de contenção motivadas pela COVID-19, anunciado pelo MCTES em 17 de Abril de 2020, só terá sucesso se estiverem garantidas todas as condições de higiene e segurança.

Nesse sentido, este documento pretende dar a conhecer as medidas gerais de higiene e segurança implementadas na Universidade Fernando Pessoa e Escola Superior de Saúde, bem como orientações sobre comportamentos de prevenção da COVID-19.

Este documento poderá ser alvo de alterações de acordo com a avaliação da eficácia das medidas e das eventuais novas orientações das Autoridades de Saúde.

Neste documento não estão contempladas medidas para espaços clínicos, que serão dadas a conhecer aos envolvidos em tempo oportuno.

2. Organização dos Espaços e acesso às instalações

- Os espaços como salas de aula, salas de exames, laboratórios, gabinetes de professores, gabinetes administrativos, secretarias, bibliotecas, etc., vão ter a sua ocupação reduzida para que seja cumprida uma distância entre mesas/postos de trabalho de 1,5m. As mesas, sempre que possível, devem estar dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique ter pessoas frente a frente;
- Todos os locais com atendimento ao público vão ter, sempre que aplicável, uma barreira de proteção em acrílico para limitar a proximidade entre o colaborador e o aluno/candidato;
- Os locais de espera de público estão sinalizados com informações sobre distanciamento físico e medidas preventivas da COVID-19, e deve ser garantido que o espaço comporte apenas 1/3 da sua capacidade normal. Papéis, como revistas, folhetos e jornais, foram retirados destes locais para evitar o seu manuseamento;
- Os espaços comuns suscetíveis de formação de filas estão sinalizados com fitas delimitadoras de distância no pavimento;

- Os espaços para refeições estão limitados a uma ocupação máxima que permita uma distância de 2m entre pessoas;
- As instalações sanitárias estão limitadas à permanência de uma pessoa no seu interior;
- Os Pisos dos edifícios onde não decorrem aulas presenciais/exames vão estar interditados a alunos;
- O Edifício administrativo da FCS vai estar interditado a alunos. O atendimento com os professores deve ser previamente solicitado;
- As portas e as janelas vão estar, sempre que possível, abertas, para evitar toques desnecessários em superfícies e manter os espaços arejados;
- As Salas de isolamento estão sinalizadas e os percursos definidos, de acordo com o plano de contingência estabelecido;
- Em todos os pisos e entradas dos edifícios existe Solução Antisséptica de Base Alcoólica (SABA) para desinfeção de mãos e junto aos lavatórios existem instruções sobre a correta lavagem de mãos.

3. Organização funcional

- Os alunos só devem permanecer no *Campus* da Universidade Fernando Pessoa e Escola Superior de Saúde durante o período efetivo de aulas presenciais/exames ou para uso das bibliotecas;
- Os alunos deverão, sempre que possível, utilizar os meios digitais e à distância para comunicar com os vários serviços da Universidade;
- O atendimento deverá ser efetuado preferencialmente com marcação prévia;
- Não devem ser promovidos eventos não letivos com mais de 10 pessoas.

4. Higiene dos espaços

- A limpeza e a desinfeção das superfícies e espaços foi reforçada tendo em consideração a Orientação nº 14/2020 da Direção Geral da Saúde - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares;
- Após o término de qualquer atividade com presença de estudantes, colaboradores fora dos seus postos de trabalho, público externo (ex: aula laboratorial; aula prática de fisioterapia; exame; defesa pública de dissertação de mestrado; reunião de trabalho, etc.) o local será desinfetado e arejado (abrindo janelas e portas);

- A frequência da limpeza e desinfecção das superfícies de toque frequente (puxadores e maçanetas de portas, interruptores, botões de elevador, botões de multibanco, Botões de máquinas fotocopadoras de uso geral, corrimãos, etc.) será no mínimo de 6 vezes por dia;
- A frequência da limpeza e desinfecção das Instalações sanitárias será no mínimo de 3 vezes por dia e sempre que necessário;
- Os Locais para refeições serão higienizados antes e logo após o período de refeições e os utilizadores devem proceder à desinfecção das mesas antes e após o seu uso;
- Os Locais de atendimento ao público, serão higienizados com intervalos entre 1 a 2 horas (será assegurada uma boa ventilação natural, abrindo portas e janelas);
- Os registos da higienização dos locais estão afixados em locais visíveis.

5. Comportamento preventivos

- Obrigatório o uso de máscara por todos os ocupantes para poderem entrar e circular no *campus* da Universidade;
- Evitar tocar na parte da frente da máscara e, em momento algum, a máscara deve ser guardada à volta do pescoço para ser reutilizada;
- Lavagem frequente das mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos:
 - À entrada e saída das instalações;
 - Antes de colocar a máscara;
 - Antes e após as refeições;
 - À entrada e à saída da sala de aula/do laboratório;
 - Antes e após o uso da casa de banho;
 - Sempre que se encontrem sujas;
- Se não for possível a lavagem das mãos, utilizar SABA, friccionando bem as mãos;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e de seguida lavar as mãos com água e sabão;
- Prática da etiqueta respiratória (tossir ou espirrar para a zona interior do braço, com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos);
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;
- Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc, com as mãos;
- Manter o distanciamento físico, sempre que possível.

6. Plano de Contingência

- Se o aluno se encontrar dentro das instalações da Universidade Fernando Pessoa ou Escola Superior de Saúde e desenvolver sintomas compatíveis com a COVID-19:
 - quadro respiratório agudo com tosse (de novo ou agravamento da tosse habitual), ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), ou dispneia/dificuldade respiratória

Deve informar o docente ou funcionário que ativará o plano de contingência, sendo o aluno acompanhado à sala de isolamento mais próxima.