



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de detecção de infecção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19 ANO LETIVO 2021/2022



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

Índice

1. Introdução	3
2. Objetivo	3
3. Medidas de Higiene e Segurança Implementadas	3
4. Boas práticas	5
5. Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2	10
6. Conclusão	11
Anexo I	13



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

1. Introdução

Inicia-se um novo ano letivo e apesar da maioria da população já se encontrar vacinada contra a COVID-19, importa ainda manter as medidas de prevenção em vigor durante a pandemia até serem conhecidos mais dados de efetividade vacinal e se atingir a imunidade de grupo.

No atual contexto epidemiológico de circulação de novas variantes do SARS-CoV-2 de preocupação, o cumprimento das Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS), continua a ser necessário para que o ano letivo decorra em segurança, contribuindo para a saúde da comunidade pessoana, das famílias e do país em geral.

Este plano é revisto e atualizado de acordo com as indicações da DGS e do Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior (MCTES) no âmbito do controlo da COVID-19.

2. Objetivo

Este documento pretende atualizar os procedimentos perante casos possíveis e/ou confirmados de infeção por SARS-CoV-2 na Universidade Fernando Pessoa e Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, entre alunos, de acordo com as novas Normas da DGS em vigor.

3. Medidas de Higiene e Segurança Implementadas

As medidas de Higiene e Segurança na UFP/ESS-FP para controlo da pandemia de COVID-19, seguem as orientações e normas da DGS e do MCTES nesse âmbito, nomeadamente:

- Garantir o uso de máscara por todos os ocupantes em espaços interiores e exteriores, excetuando-se o momento de toma de refeições nos locais apropriados para o efeito, colocando a máscara logo após a refeição, e atividades letivas não compatíveis com o uso de máscara, desde que seja assegurado um distanciamento superior a 1,5m;
- Todas as salas de aula e laboratórios, bem como espaços comuns dispõem de desinfetante de mãos. Os laboratórios para aulas práticas dispõem de desinfetante de



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

superfícies para ser usado pelos ocupantes aquando da partilha de materiais e superfícies. Está disponível desinfetante de superfícies nos Gabinetes dos Contínuos para ser requisitado para as salas;

- A limpeza e desinfecção dos espaços comuns e superfícies de toque frequente de acordo com o Plano de limpeza e desinfecção de espaços/superfícies (COVID-19) com data de 14-09-2020:
 - Superfícies de toque frequente (puxadores e maçanetas de portas, interruptores, botões de elevador, botões de multibanco, botões de máquinas fotocopiadoras de uso geral, corrimãos, etc.) devem ser higienizadas no mínimo 6 vezes por dia;
 - Instalações sanitárias (lavatório, torneira, botão do autoclismo, sanita, chão) devem ser higienizadas no mínimo 3 vezes por dia com um produto detergente com base desinfetante;
 - Locais para refeições e preparação de alimentos (mesas, cadeiras) devem ser higienizados antes e logo após o período de refeições pelo Serviço de Limpeza. Os utilizadores devem proceder à desinfecção das mesas antes do seu uso com o desinfetante de superfícies existente nesses locais.
 - Salas de espera dos atendimentos clínicos devem ser higienizadas com intervalos entre 1 a 2 horas (assegurar uma boa ventilação natural, abrindo portas e janelas);
 - Locais de atendimento ao público (ex.: secretaria, GCI), devem ser higienizados com intervalos entre 1 a 2 horas (cadeiras, barreiras físicas entre colaboradores e público – acrílicos, pavimento).
- A desinfecção das salas de aula, laboratórios, bibliotecas e áreas críticas é reforçada através de equipamento gerador de ozono;
- Pugnar para que seja mantido o distanciamento físico entre pessoas de 1,5m nas zonas comuns e de 1m em contexto de aula teórica, teórico-prática e prática laboratorial, sempre que possível, sem comprometer o normal funcionamento das atividades letivas. O lugar em frente ao professor em sala de aula não deve ser ocupado, de forma a garantir o distanciamento de 2m frente a frente;



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

- Manutenção trimestral do sistema de aquecimento, ventilação e ar condicionado (AVAC) e recurso sempre que possível à ventilação natural dos espaços;
- Barreiras em acrílico nos locais de atendimento ao público;
- Sinalética de prevenção e sinalização de circuitos de circulação na instituição;
- Está assegurado um elo de ligação com a Autoridade de Saúde Local.

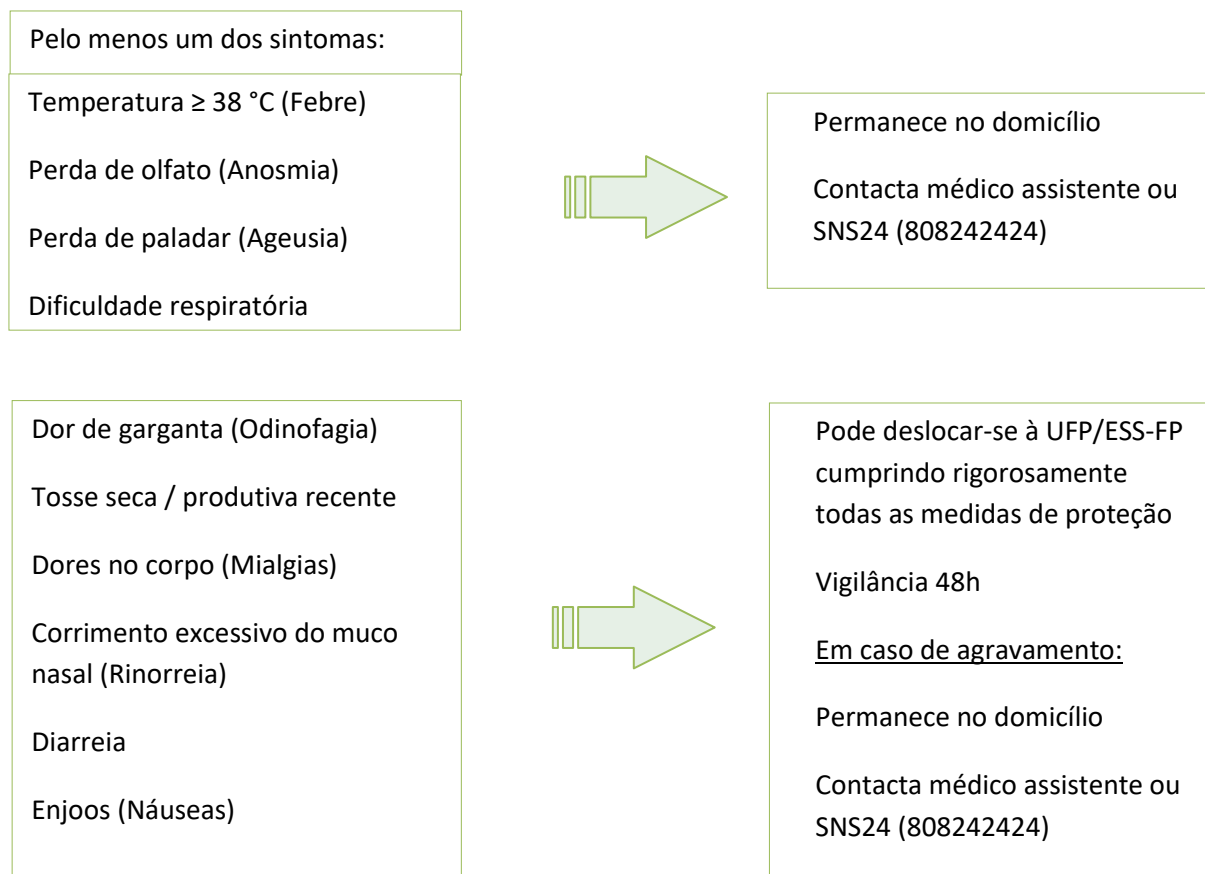
4. Boas práticas

4.1 Antes de se dirigir à UFP/ESS-FP

- Automonitorizar diariamente sintomas compatíveis com COVID-19 (Norma da DGS nº 020/2020 de 09/11/2020):
 - Tosse de novo ou agravamento do padrão habitual;
 - Febre (temperatura corporal $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$) sem outra causa atribuível;
 - Dispneia / dificuldade respiratória sem outra causa atribuível;
 - Anosmia de início súbito;
 - Disgeusia ou ageusia de início súbito.



Revisão	Data	Alterações na revisão	Autor	Aprovado
3	28/01/2022	Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2	Serviço de Saúde e Risco Ocupacional	Reitoria



4.2 Permanência na UFP/ESS-FP

A permanência na UFP/ESS-FP deve restringir-se ao período necessário para o exercício das atividades programadas letivas, não letivas, laborais e de estudo.

Deve ser privilegiada a utilização dos serviços online disponibilizados pela Fundação Fernando Pessoa.

Não é permitido fumar no recinto da UFP/ESS-FP, nos espaços interiores e exteriores.

Devem ser cumpridas as regras de circulação (circule sempre pela direita) de acesso aos edifícios e no interior dos mesmos, observando a sinalética presente na instituição.

É desaconselhada a partilha de objetos pessoais.



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

Adote comportamentos preventivos dentro e fora das instalações, mantendo as distâncias de segurança preconizadas e cumprindo com os procedimentos de prevenção. Se tiver necessidade de retirar a máscara, mantenha um distanciamento físico de pelo menos 1,5 m.

Procedimentos específicos:

Procedimentos básicos para higienização das mãos (instruções da DGS afixadas em todas as instalações sanitárias):

- lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos;
- se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;
- sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas.

Procedimentos de etiqueta respiratória:

- evitar tossir ou espirrar para as mãos;
- tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel de uso único;
- higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias.

Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica:

- higienizar as mãos antes de colocar e após remover a máscara;
- a máscara deve ser colocada pelo próprio;
- deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida - máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel);
- sempre que a máscara estiver húmida, deve se substituída por outra.



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

4.3 Utilização dos espaços

- *Salas de aula*
 - Sempre que possível e sem comprometer o normal funcionamento das atividades letivas presenciais, deve garantir-se o distanciamento físico adequado entre os estudantes;
 - Desinfetar as mãos à entrada e saída (desinfetante disponível no interior do espaço);
 - Uso obrigatório de máscara ou viseira;
 - A fila em frente ao professor não deve ser utilizada;
 - Não podem ser mudadas as disposições das salas de aula e é proibida a deslocação de mobiliário entre salas de aula.
- *Laboratórios específicos*
 - As aulas laboratoriais assegurarão o distanciamento físico adequado entre postos de aprendizagem;
 - Desinfetar as mãos à entrada e saída (desinfetante disponível no interior do espaço);
 - Desinfetar com desinfetante de superfícies disponível as superfícies partilhadas após o uso;
 - Uso obrigatório de máscara ou viseira;
 - Obrigatório o uso dos EPI's adequados à tarefa a desenvolver no âmbito da aula prática;
- *Bibliotecas*
 - Uso obrigatório de máscara ou viseira;
 - Desinfetar as mão à entrada e saída (desinfetante disponível no interior do espaço);
 - Desinfetar as mesas antes e após utilização com o desinfetante de superfícies;
 - Não é permitido mudar as cadeiras ou as mesas de sítio.
- *Espaços de refeição*
 - Ter em atenção a lotação dos espaços afixada à entrada dos mesmos e ao distanciamento de segurança de 1,5m;
 - Não podem ser mudadas as disposições das salas, é proibida a deslocação de cadeiras;



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

- Desinfetar as mesas e cadeiras antes e após utilização com o desinfetante de superfícies;
- Os espaços de refeição devem ser utilizados exclusivamente para esse efeito e devem ser desocupados após a toma da refeição;
- As refeições trazidas de casa devem ser consumidas nos espaços de refeição devidamente identificados. É proibido o consumo destas refeições nos bares/cantina.
- *Instalações sanitárias*
 - Ter em atenção a lotação afixada à entrada e ao distanciamento de segurança de 1,5m;
 - Não esquecer a lavagem das mãos de acordo com procedimento afixado;
 - Manter um comportamento cívico deixando o espaço com condições para ser utilizado pelo próximo.
- *Clínicas Pedagógicas e Academia de Saúde e Lazer*
 - Normas de funcionamento em documentos próprios que podem ser solicitados aos respetivos diretores/coordenadores.
 - Para acesso ao ginásio e piscina no âmbito da Academia de Saúde e Lazer é obrigatória a apresentação de:
 - De Certificado Digital COVID da UE admitido nos termos do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho; ou
 - De comprovativo de vacinação que ateste o esquema vacinal completo nos termos do n.º 2 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho, há pelo menos 14 dias, com uma vacina contra a COVID-19 com autorização de introdução no mercado nos termos do Regulamento (CE) n.º 726/2004 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 31 de março de 2004, cujo reconhecimento tenha sido determinado pelo despacho previsto no n.º 2 do artigo 5.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho; ou
 - De comprovativo de realização laboratorial de teste com resultado negativo, devendo este teste cumprir os requisitos previstos nas subalíneas i) ou ii), conforme aplicável, da alínea b)



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho.

5. Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2

5.1 Se o surgimento de sintomas ocorrer nas instalações da UFP/ESS-FP

- Perante algum aluno que apresente sintomas compatíveis com COVID-19 nas instalações deverá auto isolar-se, preferencialmente deslocar-se para o domicílio, contactar o SNS24 e seguir as orientações fornecidas;
- Em alternativa poderá efetuar um teste rápido de antigénio de uso profissional (TRAg);
- Na deslocação devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas, mantendo um distanciamento físico. Esta deve ser feita em viatura própria. Se tal não for possível, deve ser utilizada uma viatura de transporte individual, não devendo recorrer-se a transporte público coletivo. Durante todo o percurso o caso possível deve manter a máscara cirúrgica devidamente colocada.

5.2 Se a deteção for fora das instalações da UFP/ESS-FP

- Permanecer no domicílio em isolamento e seguir as instruções do SNS24/Ministério da Saúde;
- Preencher o formulário de casos e contactos (FCC) enviado pelo Ministério da Saúde, após integração por profissional de saúde do resultado positivo do teste para SARS-CoV-2 na plataforma Trace-COVID-19, via SINAVElab, identificando os contactos de alto-risco (Ex: coabitantes sem dose de reforço da vacina - **Ver anexo I**);
- Os contactos de baixo risco deverão efetuar um TRAg após a última exposição ao caso confirmado até ao 3º dia (**Ver Anexo I**).
- Para justificar faltas e pedido de remarcação de exames, efetuar um requerimento através da secretaria virtual (<https://portal.ufp.pt/authentication.aspx>) e anexar respetivo comprovativo (relatório com resultado do teste ou declaração provisória de isolamento, etc);
- Pessoas com teste positivo sem sintomas ou com sintomas ligeiros, desde que não se agrave a situação clínica, ao fim de 7 dias de isolamento, poderão retomar a atividade



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

presencial na UFP/ESS-FP. Caso os sintomas sejam moderados ou graves deverão contactar o SNS24 ou o médico assistente e o isolamento poderá ser prolongado até 10 dias (**Ver anexo I**).

5.3 Isolamento profilático dos contactos de alto risco:

Consultar a [Norma da DGS nº 015/2020 de 24/07/2020 atualizada a 24/01/2021](#)

5.4 Vigilância dos contactos de alto e baixo risco:

- Todos os contactos estão sujeitos a autovigilância durante 14 dias desde a data da última exposição;
- Devem adotar as seguintes medidas:
 - Durante o isolamento profilático (se aplicável) evitar todos os contactos possíveis com outras pessoas, incluindo dentro da mesma habitação;
 - Utilizar máscara cirúrgica, em qualquer circunstância, em espaços interiores e exteriores, nos termos da Orientação 011/2021 da DGS;
 - Automonitorizar e registar diariamente sintomas compatíveis com COVID-19, bem como medir e registar a temperatura corporal, pelo menos uma vez por dia;
 - Contactar o SNS 24 se surgirem sinais e/ou sintomas compatíveis com COVID-19, e cumprir o disposto na Norma 004/2020 da DGS, podendo ser realizado um Teste Rápido de Antígeno de uso profissional (TRAg) antes do contacto com o SNS 24, nas entidades definidas na Circular Conjunta DGS/INFARMED/INSA n.º 005/CD/100.20.200.

6. Conclusão

Este será mais um ano letivo que vai exigir de toda a comunidade esforços acrescidos para que possa ser vivido em segurança e sem grandes alterações no percurso académico dos estudantes e na atividade docente e não docente dos colaboradores da Fundação Fernando Pessoa.



<i>Revisão</i>	<i>Data</i>	<i>Alterações na revisão</i>	<i>Autor</i>	<i>Aprovado</i>
3	28/01/2022	<i>Procedimentos em caso de detecção de infecção por SARS-CoV-2</i>	<i>Serviço de Saúde e Risco Ocupacional</i>	<i>Reitoria</i>

Para que seja possível controlar a Pandemia da COVID-19, prevenir o surgimento de doença grave, hospitalização e morte, bem como diminuir a probabilidade de transmissão, está ao alcance de toda a comunidade pessoana efetuar a vacinação contra a COVID-19.

Pela saúde de todos, VACINE-SE!



Revisão	Data	Alterações na revisão	Autor	Aprovado
3	28/01/2022	Procedimentos em caso de deteção de infeção por SARS-CoV-2	Serviço de Saúde e Risco Ocupacional	Reitoria

Anexo I

COVID-19

REPÚBLICA PORTUGUESA | SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE | DGS Direção-Geral da Saúde

NOVAS REGRAS DE ISOLAMENTO

PESSOA COM TESTE POSITIVO

Sem sintomas ou com sintomas **Ligeiros** | **7 dias de isolamento**, desde que não se agrave a situação clínica. Sem teste para terminar o isolamento

Com sintomas Moderados ou **Graves** | **Pelo menos 10 dias de isolamento**. Sem teste para terminar o isolamento

CONTACTO DE ALTO RISCO

- Coabitante de caso confirmado
- Pessoa que resida ou trabalhe em Estruturas Residenciais para Idosos e/ou instituições similares e que contactou com um caso confirmado
- Profissional de saúde que preste cuidados de saúde diretos e de maior risco de contágio e que contactou com um caso confirmado

Excetuam-se dos pontos anteriores as pessoas que tiveram COVID-19 há menos de 6 meses ou que já receberam a dose de reforço há pelo menos 14 dias

7 dias de isolamento profilático.

- Terá de fazer **dois testes** - Teste rápido de antígeno de uso profissional (TRAg) ou teste molecular (PCR) - após a última exposição ao caso confirmado: um até ao **3.º dia** e outro ao **7.º dia** - se este último for negativo retoma a sua atividade, mantendo as medidas de prevenção habituais

CONTACTO DE BAIXO RISCO

- Pessoa que contactou com um caso confirmado e não se enquadra na classificação de alto risco

- Não fica em isolamento.**
- Terá de fazer **teste** rápido de antígeno de uso profissional (TRAg) ou teste molecular (PCR), idealmente **até ao 3.º dia** após a data da última exposição. Se estiver recuperado da infeção há menos de 6 meses não tem de fazer teste

Legenda:

- Data de início dos sintomas ou data de teste positivo e primeiro dia de isolamento
- Dias de isolamento
- Isolamento com teste
- Teste para sair de isolamento
- Sem isolamento
- Sem isolamento com teste

DECLARAÇÃO PROVISÓRIA DE ISOLAMENTO (DPI)

Se for um caso positivo para COVID-19, preencha o formulário eletrónico, enviado por mensagem.

Após o preenchimento terá acesso à Declaração Provisória de Isolamento (DPI). Aceda à declaração através do seguinte link: <https://covid19.min-saude.pt/certelet>

Como justificar a ausência ao local de trabalho/escola? Pode entregar a DPI, que é obtida na sequência do preenchimento do Formulário eletrónico ou após contacto com o SNS24.

Se se justificar, pela sua situação clínica, será emitido um Certificado de Incapacidade Temporária (CIT) pelo médico.

De acordo com a Norma 015/2020 na sua atual versão.