

Plano de Contingência Gripe A (H1N1)

**ESCOLA SECUNDÁRIA DE EÇA DE QUEIRÓS
DA PÓVOA DE VARZIM
Setembro 2009**

ÍNDICE

| | |
|---|-----------|
| Introdução | 3 |
| A gripe como doença pandémica | 4 |
| O vírus da Gripe A (H1N1) | |
| Sintomas da doença pelo vírus da Gripe A (H1N1) | |
| Infecção das pessoas com o vírus da Gripe A (H1N1) | |
| Período de incubação da doença | |
| Período de tempo em que uma pessoa infectada pode transmitir o vírus a outras | |
| Forma de evitar a disseminação do vírus, no caso de estar doente | |
| Lavagem das mãos | |
| Identificação do Coordenador e da Equipa Operativa | 6 |
| Actividades essenciais e prioritárias | 7 |
| Medidas de prevenção e controlo da Gripe | 8 |
| Divulgação do Plano | 9 |
| Medidas de manutenção da actividade escolar em situação de crise | 10 |
| Professores | |
| Funcionários | |
| Medidas de higiene do ambiente escolar | |
| Medidas de isolamento | |
| Medidas a adoptar na ESEQ | 11 |
| Manifestação de sintomas da doença (H1N1) | |
| Medidas a adoptar pelo funcionário da Sala de Isolamento | |
| Fluxograma do Plano de Contingência da Gripe A (H1N1) | |
| Medidas a adoptar pelo funcionário da Sector na limpeza/desinfecção | |
| Avaliação | 16 |
| Bibliografia | 17 |

Introdução

A evolução da pandemia em Portugal pode ter implicações sérias que resultam de um aumento acentuado do absentismo nos diversos sectores da sociedade.

A ESEQ deverá estar preparada para a «adopção de medidas adequadas de prevenção e contenção desta doença, em estreita articulação com os pais ou encarregados de educação e as Autoridades de Saúde locais» [1].

«Conhecer as manifestações da doença, bem como as suas formas de transmissão, constitui a melhor forma de, sem alarmismos, adoptar as medidas de prevenção mais adequadas». [1]

«Elaborar um Plano de Contingência permite que a Escola se prepare para enfrentar, de modo adequado, as possíveis consequências de uma pandemia de Gripe, em estreita articulação com as famílias, os serviços de saúde e outras estruturas pertinentes da comunidade educativa» [2].

O Plano identifica a Cadeia de Comando e Controlo e as Estruturas, aos vários níveis de intervenção.

O Plano de Contingência da ESEQ tem como objectivo principal a detecção precoce de suspeitas clínicas de Gripe A (H1N1) e a activação dos mecanismos de alerta previstos.

A gripe como doença pandémica

O vírus da Gripe A (H1N1)

O vírus da Gripe A (H1N1), é um novo subtipo de vírus que afecta os seres humanos e é transmissível entre estes.

Sintomas da doença pelo vírus da Gripe A (H1N1)

Os sintomas de infecção pelo vírus da Gripe A (H1N1) nos seres humanos são normalmente semelhantes aos provocados pela gripe sazonal: febre; sintomas respiratórios (tosse, nariz entupido); dor de garganta; dor corporais ou musculares; dor de cabeça; arrepios; fadiga; vómitos e diarreia.

Infecção das pessoas com o vírus da Gripe A (H1N1)

O vírus transmite-se de pessoa para pessoa através de gotículas libertadas quando uma pessoa fala, tosse ou espirra. Os contactos mais próximos (a menos de 1 metro) com uma pessoa infectada podem representar, por isso, uma situação de risco.

O contágio pode também verificar-se indirectamente quando há contacto com gotículas ou outras secreções do nariz e da garganta de uma pessoa infectada - por exemplo, através do contacto com maçanetas das portas, superfícies de utilização pública, etc.

Os estudos demonstram que o vírus da gripe pode sobreviver durante várias horas nas superfícies e, por isso, é importante mantê-las limpas, utilizando os produtos domésticos habituais de limpeza e desinfecção.

Período de incubação da doença

O período de incubação (o tempo que decorre entre o momento em que uma pessoa é infectada e o aparecimento dos primeiros sintomas) da Gripe A (H1N1), pode variar entre 1 e 7 dias.

Período de tempo em que uma pessoa infectada pode transmitir o vírus a outras

Um doente pode infectar outras pessoas por um período até 7 dias ou durante todo o tempo em que manifestar sintomas.

Forma de evitar a disseminação do vírus, no caso de estar doente

- Limitar o contacto com outras pessoas, tanto quanto possível.
- Manter-se em casa durante sete dias, ou até que os sintomas desapareçam, caso estes perdurem.
- Cobrir a boca e o nariz quando espirrar ou tossir, usando um lenço de papel. Nunca com as mãos.
- Utilizar lenços de papel uma única vez e colocar de imediato no lixo.
- Lavar frequentemente as mãos com água e sabão, em especial após tossir ou espirrar.
- Usar toalhetes descartáveis com soluções alcoólicas.

Lavagem das mãos

5

Lavar as mãos frequentemente ajuda a evitar o contágio por vírus da gripe e por outros germes.

Recomenda-se que use sabão e água, pelo menos durante 20 segundos. Quando tal não for possível, podem ser usados toalhetes descartáveis, soluções e gel de base alcoólica.

Se utilizar um gel, esfregue as mãos até secarem e não use água.

Identificação do Coordenador e da Equipa Operativa

Deverá existir uma atribuição clara de responsabilidades pela execução das diferentes actividades do Plano.

Coordenador do Plano

Director José Eduardo Lemos

Subdirectora Natália Pereira

Equipa Operativa

Saúde e Medidas do Controlo da Infecção – Teresa Cristino, Emília Subida, Maria José Frutuoso, Teresa Moreira e Vicente Craveiro, em colaboração com Centro de Saúde da Póvoa e Linha 24

Continuidade das Actividades Pedagógicas – Dulce Caseira e José Alberto Moreira

Instalações e Equipamentos – António Milhazes e Manuel Marques

Segurança – Vicente Craveiro

Serviço Social/ Alimentação – Fátima Azurara

Informação/Comunicação – Teresa Cristino

Actividades essenciais e prioritárias

Perante um cenário de elevado absentismo dos professores ou outros profissionais, verificar-se-á no funcionamento da ESEQ, provavelmente, diminuição de recursos humanos, impossibilidade de fornecimento de bens ou serviços e reorganização dos serviços considerados prioritários.

As condições mínimas para assegurar o funcionamento da ESEQ, neste cenário são as previstas no Plano Geral de Contingência da ESEQ.

Reforço dos stocks, nomeadamente, água engarrafada, alimentos não perecíveis e produtos de higiene.

Para a manutenção das actividades consideradas essenciais será assegurada a entrada dos fornecedores de bens ou serviços.

Medidas de prevenção e controlo da Gripe

Na prevenção e controlo da gripe a população escolar da ESEQ deve:

Evitar o contacto próximo de pessoas com sintomatologia gripal

Permanecer em casa se ficar doente

Se tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel

Lavar as mãos frequentemente com água e sabão

Evitar o contacto das mãos com os olhos, nariz e boca

Limpar frequentemente as superfícies ou objectos mais sujeitos a contacto com as mãos

Se manifestar sintomas de gripe na Escola, dirija-se para a Sala de Isolamento (Gab. Médico).

Na ESEQ deve ser feita a higienização das mãos com grande frequência: após a chegada à Escola, antes e após as refeições, após ida à casa de banho, após tossir ou espirrar, após utilizar lenços com secreções, após tocar em superfícies comuns como por exemplo manípulos de portas, corrimãos, cacifos e etc.

Divulgação do Plano

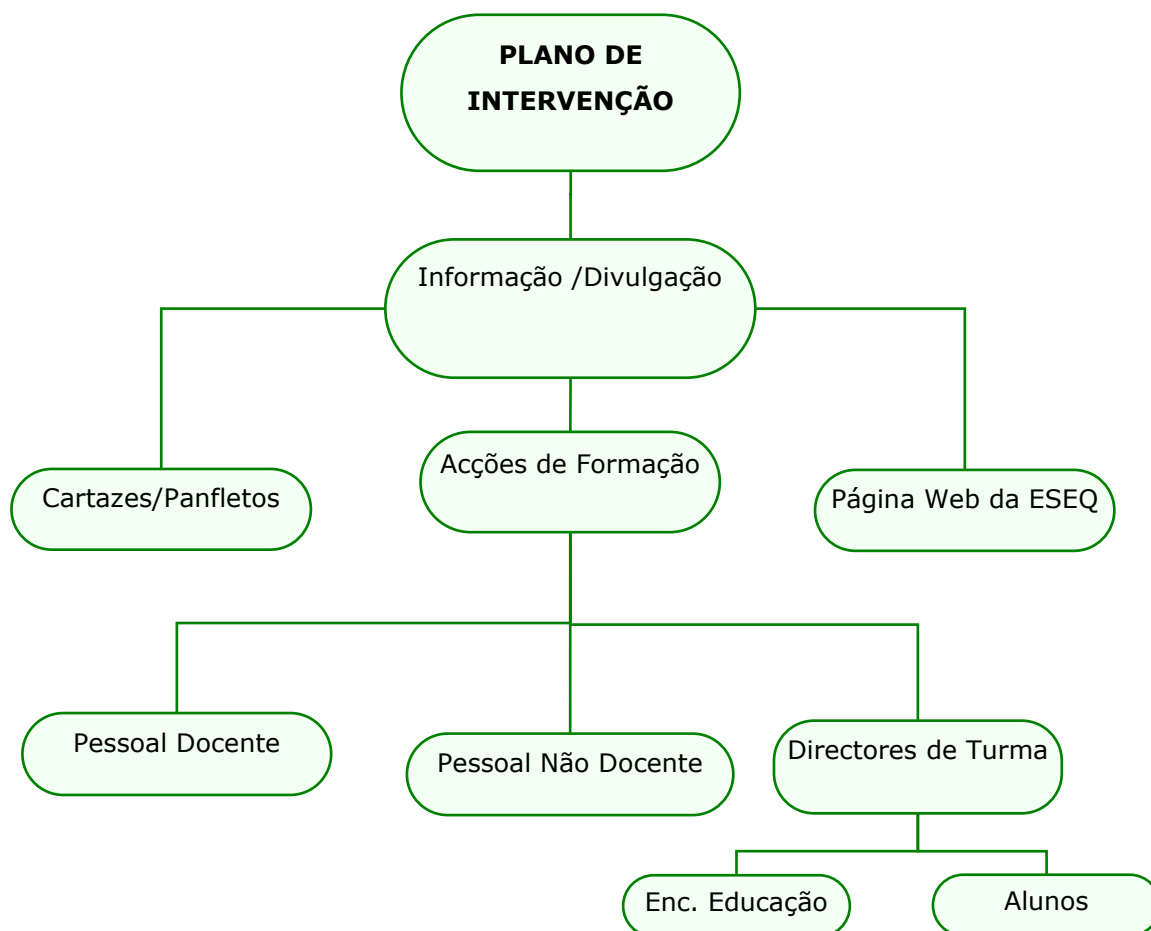
A divulgação do plano será feita junto da Comunidade Escolar através de:

Reuniões, no início do Ano Lectivo, pela Coordenadora da Educação para a Saúde, com Pessoal Docente e Não Docente; pelos Directores de Turma aos Pais e Encarregados de Educação e Alunos.

Sessões de esclarecimento e sensibilização ao longo do ano, sempre que necessário, por um profissional do Centro de Saúde da Póvoa de Varzim e pela Coordenadora da Educação para a Saúde, destinadas aos Alunos, Pessoal Docente e Não Docente, Pais e Encarregados de Educação.

Afixação de cartazes e distribuição de desdobráveis.

Página da ESEQ www.eseq.pt



Medidas de manutenção da actividade escolar em situação de crise

Professores

Substituição com recurso à bolsa de professores em substituição, no âmbito da componente não lectiva; permuta; compensação de aulas e uso da Plataforma Moodle, de forma a facilitar o contacto professor/aluno.

Funcionários

Organização de um plano de compensação relativo ao Pessoal Não Docente, assegurando linhas de substituição, adequadamente formadas e treinadas para o desempenho das funções a substituir/acumular.

Actualização de dados

No início do Ano Escolar, o Director de Turma procede à actualização dos dados com os contactos dos Pais e Encarregados de Educação, Centros de Saúde, número de utente dos alunos.

Medidas de higiene do ambiente escolar

Reforço da limpeza/higienização geral do espaço escolar, arejamento das salas de aula e corredores.

Medidas de isolamento

A sala de isolamento (Gab. Médico) deverá estar equipada com telefone; dispositivos de parede, com soluções de limpeza das mãos à base de álcool; lenços de papel; máscaras, luvas e batas descartáveis; termómetro digital; medicamentos (ben-u-ron 500) e balde de lixo com tampa de accionamento não manual.

Em caso de encerramento da ESEQ, o Director informará os Encarregados de Educação através de nota informativa, indicando o período de encerramento e medidas.

Medidas a adoptar na ESEQ

1 - Manifestação de sintomas da doença (H1N1)

SITUAÇÃO 1 – Aluno em contexto sala de aula

O aluno manifesta sintomas de gripe: tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garganta, arrepios de frio, cansaço generalizado, vómito e diarreia

Acção do Professor

- 1- Solicita o kit de protecção ao funcionário do sector
- 2- Fornece máscara (kit de protecção) ao aluno, de forma tranquila
- 3- O funcionário encaminha o aluno para a sala de isolamento
- 4- Desinfecta a mesa do aluno e as suas mãos (kit de protecção)
- 5- Nas salas com mesa dupla, manda o aluno companheiro desinfectar as mãos (kit de protecção)
- 6- Promove o arejamento imediato da sala.

11

Acção do Funcionário

- 7- O funcionário do sector acompanha o aluno até à sala de isolamento
- 8- O funcionário responsável pela sala de isolamento desinfecta as mãos, coloca bata, luvas e máscara
- 9- O aluno desinfecta as mãos, coloca luvas e bata
- 10- Estabelece-se contacto com o Encarregado de Educação
- 11- O funcionário mede a temperatura ao aluno

O Aluno com temperatura superior ou igual a 38°C

- 12- O funcionário liga para a linha de saúde 24 (808 24 24 24) e age em conformidade com as orientações recebidas
- 13- O funcionário informa o Coordenador
- 14- Chama o INEM caso o E.E. não esteja contactável ou se demorar muito tempo
- 15- Providencia a limpeza, arejamento e desinfectação da sala de isolamento, no final de cada utilização.

SITUAÇÃO 2 – Aluno fora do contexto sala de aula

O aluno manifesta sintomas de gripe: tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garganta, arrepios de frio, cansaço generalizado, vômito e diarreia

- 1- O aluno dirige-se ao funcionário responsável pela sala de isolamento
- 2- O funcionário desinfecta as mãos, coloca bata, luvas e máscara
- 3- O aluno desinfecta as mãos, coloca luvas e bata
- 4- Estabelece-se contacto com o encarregado de educação
- 5- O funcionário mede a temperatura ao aluno

O aluno com temperatura superior ou igual a 38°C

- 6- O funcionário liga para a linha de saúde 24 (808 24 24 24) e age em conformidade com as orientações recebidas
- 7- O funcionário informa o Coordenador
- 8- Chama o INEM caso o E.E. não esteja contactável ou se demorar muito tempo
- 9- Providencia a limpeza, arejamento e desinfecção da sala de isolamento, no final de cada utilização.

SITUAÇÃO 3 – Professor na sala de aula

O professor manifesta sintomas de gripe, solicita o Kit de protecção, coloca a máscara e dirige-se à Sala de Isolamento.

Ação do Funcionário

- 1- Vigia os alunos na ausência do professor até à sua substituição.

SITUAÇÃO 4 – Docente/não docente

Manifesta sintomas de gripe: tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garganta, arrepios de frio, cansaço generalizado, vômito e diarreia

- 1- Coloca a máscara
- 2- Dirige-se à Sala de Isolamento e dá conhecimento ao funcionário do PBX
- 3- Desinfecta as mãos, coloca bata e luvas
- 4- Mede a temperatura corporal

Temperatura superior ou igual a 38°C

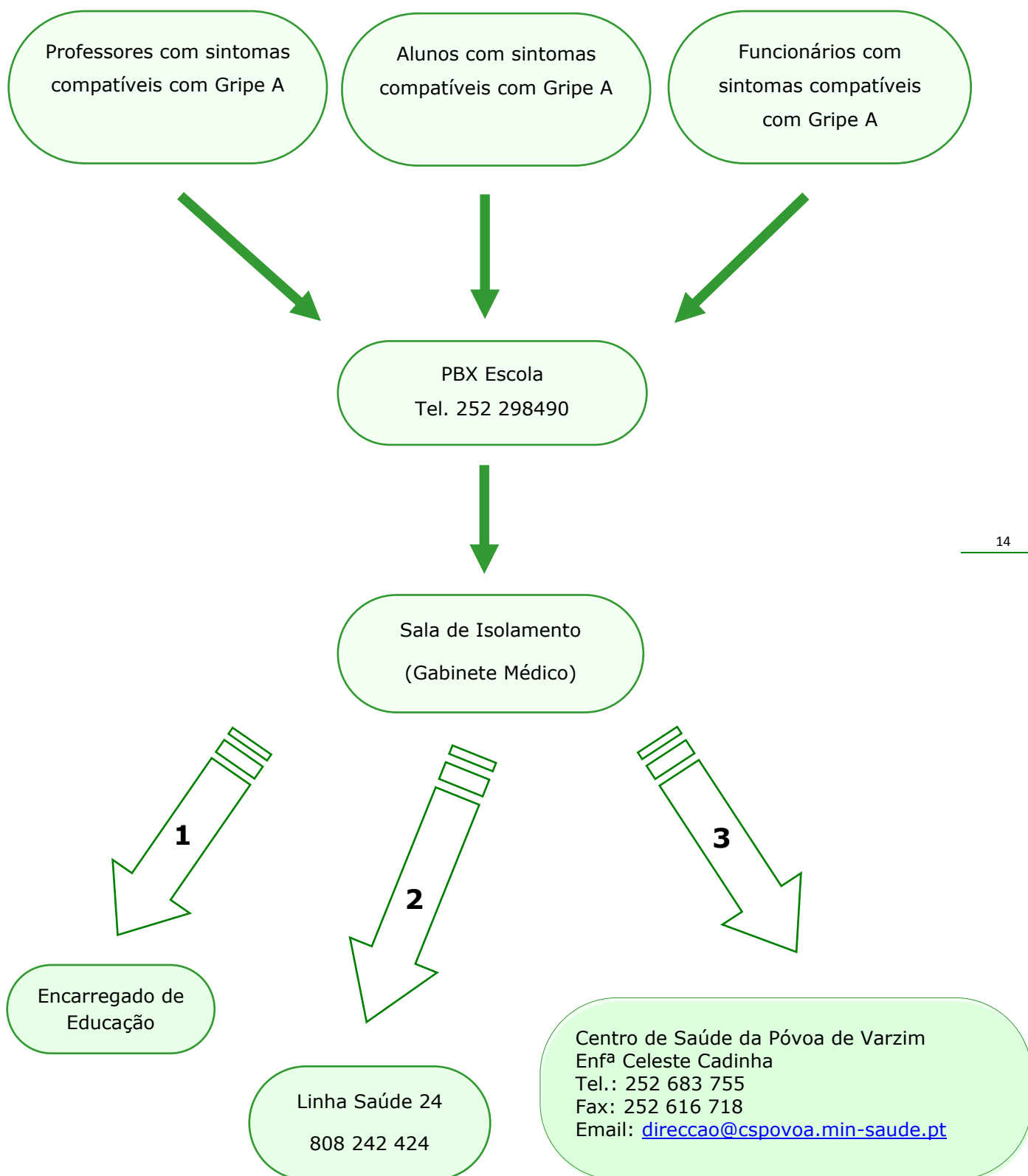
- 5- Liga para a linha de saúde 24 (808 24 24 24) e age em conformidade com as orientações recebidas.

2 - Medidas a adoptar pelo funcionário da Sala de Isolamento

O aluno manifesta sintomas de gripe: tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garganta, arrepios de frio, cansaço generalizado, vômito e diarreia.

- 1- Conduz o aluno para a Sala de Isolamento
- 2- Desinfecta as mãos, coloca bata, luvas e máscara
- 3- Certifica que o aluno desinfecta as mãos, coloca a máscara, as luvas e a bata
- 4- Providencia o contacto com o encarregado de educação
- 5- Mede a temperatura ao aluno
- 6- Caso o aluno tenha temperatura superior ou igual a 38°C, liga para a linha de saúde 24 (808 24 24 24) e age em conformidade com as orientações recebidas
- 7- Informa o coordenador
- 8- Chama o INEM caso o Encarregado de Educação não esteja contactável ou se demorar muito tempo
- 9- Providencia a limpeza da Sala de Isolamento no final de cada utilização
- 10- Faz o registo o registo da ocorrência em impresso próprio.

Fluxograma do Plano de Contingência da Gripe A (H1N1)



3-Medidas a adoptar pelo funcionário do sector na limpeza/desinfecção

Salas de Aula, de Professores, de Estudo, de DT, Biblioteca e Secretaria

- 1- Reforçar a limpeza (maçanetas das portas, tampos das mesas, computadores e ratos)
- 2- Esvaziar os caixotes do lixo no final de cada turno (manhã e tarde)
- 3- Promover o arejamento, abrindo completamente as janelas em todos os intervalos.

Corredor

- 1- Manter as bandeiras das janelas abertas
- 2- Fazer limpeza frequente do tampo da secretária, dos corrimãos e cacifos.

Casas de banho

- 1- Reforçar a limpeza/desinfecção (torneiras, autoclismos e maçanetas das portas) após os intervalos
- 2- Repor frequentemente os toalhetes de papel e o sabonete líquido.

Balneários

- 1- Reforçar frequentemente a limpeza, especialmente torneiras, cabides, estrados e cacifos
- 2- Promover o arejamento frequente.

Ginásios

- 1- Efectuar frequentemente a limpeza dos colchões de ginástica e outro material
- 2- Promover o arejamento frequente.

Refeitório, Cozinha e Bar

- 1- Desinfectar com frequência o balcão, mesas e cadeiras
- 2- Lavar os tabuleiros após cada utilização
- 3- Repor os toalhetes de papel sempre que necessário
- 4- Promover o arejamento frequente
- 5- Esvaziar os caixotes do lixo com frequência.

Avaliação

O plano será reavaliado e reajustado caso seja necessário.

Terminada a fase pandémica a Equipa de Coordenação elaborará um breve relatório sobre a aplicabilidade do Plano.

Bibliografia

[1] Gripe A (H1N1) Informação e Recomendações para Escolas e Outros Estabelecimentos de Ensino, DGS

[2] Gripe A (H1N1)v Planos de Contingência para Creches, Jardins de Infância, Escolas e Outros Estabelecimentos de Ensino, DGS

Sítios recomendados para Informação actualizada

Direcção-Geral da Saúde – micro site da gripe | <http://www.dgs.pt>

Instituto Gulbenkian de Ciência – <http://www.gripenet.pt>

Confederação Nacional das Associações de Pais (CONFAP) –

http://www.confap.pt/desenv_noticias.php?ntid=1339

Organização Mundial de Saúde (OMS) – <http://www.who.int/en/>

European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC) –

<http://ecdc.europa.eu/>

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) - <http://www.cdc.gov/>

Portal da Saúde –

<http://www.portaldasaude.pt/portal/conteudos/enciclopedia+da+saude/saude+publica/gripe>