



Protocolos Sanitários Covid-19

NOTURNO

Atualizado em 19/08/2021



A doença

A Covid-19 é uma doença causada por um tipo de coronavírus chamado SARS-CoV-2. Apresenta um espectro clínico variado, que vai de infecções assintomáticas (sem sintomas) a quadros bem graves.

Formas de transmissão

As pesquisas científicas indicam que há duas formas principais de transmissão de Covid-19: **gotículas de saliva e contato pessoal**.

Quando uma pessoa tosse, espirra e até mesmo apenas quando fala, pequenas gotas de saliva são eliminadas. Essas gotículas se espalham pelo ar e se depositam sobre as superfícies, contaminando-as.

Quando entramos em contato com essas gotículas através da proximidade física, ampliamos a chance de contrairmos o vírus. Também é possível nos contaminarmos após tocar em objetos impregnados de gotículas e, em seguida, levarmos as mãos aos olhos, nariz ou boca.

A OMS reconheceu que há evidências que confirmam a transmissão do coronavírus pelo ar em alguns locais específicos e sob determinadas condições.

Por isso, é fundamental a adoção de medidas de proteção e higiene, como o distanciamento social, o uso de máscaras e a higienização frequente das mãos.

Sintomas

À medida que evoluem as pesquisas sobre a Covid-19, são identificados novos sintomas associados à doença. Hoje, já se conhece uma variedade de quadros clínicos que podem surgir caso a pessoa contraia o vírus. Fique atento caso apresente algum dos sintomas abaixo:

- **febre (temperatura igual ou superior a 37,5°C)**
- **tosse**
- **coriza**
- **espirros**
- **falta de ar**
- **ausência de olfato**
- **alteração no paladar**
- **dor de garganta**
- **rouquidão**
- **dor abdominal**
- **conjuntivite**
- **dor torácica**
- **dor de cabeça**
- **dor no corpo**
- **náusea**
- **vômito**
- **diarreia**
- **cansaço extremo**
- **feridas ou descoloração dos dedos de pés e mãos**

Caso o estudante apresente algum desses sintomas, pedimos que não venha ao Colégio. O responsável deve fazer contato com a Coordenação de Série, que tomará as medidas indicadas no protocolo de casos suspeitos, detalhadas mais à frente. Também recomendamos que o aluno procure atendimento médico.

Medidas de prevenção

Listamos aqui algumas regras básicas para ajudar na prevenção à Covid-19. É importante que todos cumpram rigorosamente essas medidas. Manter a Covid-19 longe é uma responsabilidade de todos!



Use máscara



Lave as mãos com frequência ou higienize-as com álcool 70°



Ao tossir ou espirrar, cubra totalmente a boca com um lenço de papel ou com o antebraço



Não toque olhos, boca ou nariz com as mãos sujas



Mantenha o distanciamento social (1,0 m)



Não compartilhe objetos de uso pessoal

Sugerimos que seja evitado o uso de anéis, pulseiras, brincos e relógios, pois podem se tornar pontos de contato e contaminação.

a) Uso de máscara

O uso de máscaras é **obrigatório em todas as dependências do CSI.**

A máscara, que pode ser descartável ou de tecido 100% algodão, deve **cobrir completamente nariz e boca**, chegando até o queixo. Ela é de **uso individual**, portanto não pode ser compartilhada nem emprestada a outras pessoas!



Troca

Seguindo recomendação dos órgãos de saúde, as máscaras devem ser **trocadas a cada três horas**. Após esse tempo, elas ficam úmidas e sua eficácia fica reduzida.

As máscaras de tecido não podem ser reutilizadas antes de serem lavadas. Após o uso, elas devem ser guardadas em um saco plástico, preferencialmente com zíper ou fechamento, para evitar contaminar outros objetos.



Maneira correta de uso

1. Lave as mãos com água e sabão ou higienize-as com álcool 70° antes de colocar a máscara



2. Segure a máscara pelas alças laterais e coloque-a sobre o rosto, cobrindo nariz e boca, chegando até o queixo

3. A máscara deve ficar justa ao rosto, sem espaço nas laterais



4. Não toque no pano da máscara nem a retire para falar



5. Na hora de retirar a máscara, faça isso segurando apenas pelas alças laterais



6. Depois que manusear a máscara, lave as mãos com água e sabão ou higienize-as com álcool 70°



Maneira correta de lavar a máscara

As máscaras de tecido devem ser higienizadas a cada uso, separadamente de outras peças.

Lave em água, com sabão neutro e sem amaciante. Depois, coloque de molho por 30 minutos em um recipiente com 1 litro de água e duas colheres de sopa de água sanitária. Ao final, enxágue bem. Depois de seca, passe o ferro nos dois lados da máscara.

b) Lavagem correta das mãos

É preciso garantir a limpeza das palmas, dorsos, entre os dedos e, também, das unhas. Abaixo, você confere o passo a passo recomendado pela Anvisa:



1 Molhe as mãos com água



2 Espalhe o sabonete por todas as superfícies das mãos



3 Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si



4 Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos



5 Repita o processo anterior com a mão esquerda contra o dorso da mão direita



6 Entrelace os dedos e friccione os espaços entre eles



7 Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem



8 Esfregue os polegares com o auxílio da palma da mão oposta, utilizando movimento circular



9 Friccione as polpas digitais e unhas de uma mão contra a palma da mão oposta, fechada em concha e fazendo movimento circular



10 Enxágue primeiro os punhos



11 Enxágue, agora, as mãos, evitando contato direto da mão ensaboada com a torneira (procure usar os cotovelos na hora de abrir)



12 Seque-as com uma toalha de papel descartável ou de uso único quando estiver em casa

Após a secagem das mãos, use o mesmo papel para segurar a maçaneta ao abrir a porta do banheiro.

c) Álcool 70°

Quando você não puder fazer a higienização das mãos com água e sabão, é possível fazê-la usando álcool etílico 70° INPM, que pode ser encontrado tanto em líquido como em gel.

O CSI disponibiliza *dispensers* de álcool 70° em gel ao lado de todas as salas de aula e em diversos pontos de maior circulação, como nas entradas do Colégio.

d) Ventilação dos ambientes

Seguindo orientações dos órgãos competentes, os aparelhos de ar-condicionado das salas de aula e ambientes administrativos do CSI podem ser ligados. Embora permitido, o uso do ar-condicionado deve ser evitado, mas pode ser feito caso a temperatura ambiente esteja elevada, para prevenir indisposição e mal-estar físico. As portas e janelas devem ser obrigatoriamente mantidas abertas para garantir a circulação e renovação do ar.

e) Distanciamento social

O distanciamento social, junto com as medidas de higiene pessoal e o uso de máscara, é uma das principais formas de prevenção à Covid-19. Em todas as atividades, nas instalações do Colégio, deve ser mantida a distância mínima de 1,0 m entre as pessoas. Essa distância deve ser observada na entrada, em filas para banheiro, bebedouros, elevadores, entre outros. Nas salas de aula, as carteiras também são organizadas de forma a respeitar a distância de 1,0 m entre cada aluno e em relação ao professor.

Protocolos de saúde

a) Medição de temperatura

Em casa

Recomendamos que, antes de sair de casa, o aluno meça a sua temperatura. Caso a medida seja igual ou superior a **37,5°C**, ele deve ficar em casa. Pedimos que, nesse caso, contacte a Assessoria Pedagógica, Orientação Educacional ou Coordenação Pedagógica e informe seu estado de saúde. Em seguida, deve procurar atendimento em uma unidade de saúde. Caso o médico suspeite de Covid-19, confira como proceder no item “casos suspeitos e confirmados”.

No CSI

Todas as pessoas que entrarem nas dependências do Colégio passarão por uma triagem, **com medição de temperatura**. Haverá postos de triagem em todos os acessos ao CSI: Rua São Clemente (carros e pedestres), corredor lateral da Igreja e Rua Eduardo Guinle.

Aqueles que apresentarem temperatura igual ou superior a **37,5°C** e/ou sintomas compatíveis com a Covid-19 serão encaminhados para atendimento pela equipe de Enfermagem. Alguns minutos depois, será feita nova medição. Caso a temperatura permaneça alta, a equipe fará uma investigação sobre o estado de saúde do aluno.

Caso o estudante apresente outros sintomas que possam estar relacionados à Covid-19 (ver item “Sintomas”) ou, se não houver causa aparente para a febre, deve ser encaminhado para atendimento em uma unidade de saúde. Se houver suspeita de Covid-19, o aluno deverá ficar em isolamento social até a liberação do resultado do exame de Covid-19 (ver o item “Casos suspeitos e

confirmados”). Após o atendimento médico, lembre-se de entrar em contato com a Assessoria Pedagógica, Orientação Educacional ou Coordenação Pedagógica para informar o tratamento prescrito e as orientações dadas pelo profissional de saúde.

Também não será permitida a permanência de colaboradores ou visitantes (terceirizados ou prestadores de serviço) nas dependências do Colégio caso apresentem temperatura acima de 37,5°C ou sintomas que possam estar relacionados à Covid-19.

b) Mal-estar durante as aulas

Caso o aluno não se sinta bem durante as aulas, apresentando qualquer um dos sintomas relacionados à Covid-19, deve avisar imediatamente ao professor. Ele será levado ao Setor de Enfermagem, onde a equipe fará uma análise do seu quadro clínico e fará encaminhamento a uma unidade de saúde.

c) Casos suspeitos e confirmados de alunos

O aluno com suspeita de Covid-19 será orientado a fazer **isolamento até a liberação do resultado** do exame de Covid-19. Recomendamos que o estudante faça o teste tipo RT-PCR (idealmente entre o 3º e o 7º dia do início dos sintomas).

Caso o resultado dê **negativo**, ele poderá interromper o isolamento e retornar às aulas.

Caso dê **positivo**, o aluno deverá ficar afastado por 14 dias (a partir do primeiro dia dos seus sintomas) dependendo da sua evolução. Ele só poderá retornar às atividades com liberação médica. Caso ele não faça o teste, deverá permanecer em isolamento por 14 dias (a partir do primeiro dia dos seus sintomas) e o seu retorno às aulas só

será autorizado após apresentação de liberação médica. Protocolo semelhante será aplicado aos colaboradores.

Se houver suspeita de Covid-19 em aluno, o Setor de Enfermagem fará o **mapeamento das pessoas que tiveram contato próximo** (outros alunos e/ou colaboradores que ficaram à distância menor ou igual a 1,0 m por pelo menos 15 minutos desde o período de 2 dias antes até 14 dias depois do início dos sintomas do caso suspeito).

A Equipe de Enfermagem fará contato com todas essas pessoas, para que iniciem imediatamente o isolamento de 14 dias. Caso o resultado do teste do paciente com suspeita seja positivo, todos os contatos próximos deverão cumprir isolamento por 14 dias a contar da data do último contato com a pessoa e observar eventuais sintomas.

O isolamento de 14 dias é obrigatório mesmo que o contato faça exame para Covid-19 e o resultado seja negativo, pois a doença ainda poderá se manifestar nos dias subsequentes.

Caso a testagem do paciente com suspeita seja negativa, todos os contatos próximos poderão retornar ao Colégio. Caso o aluno suspeito não realize o teste, todos os contatos próximos deverão cumprir o isolamento de 14 dias. **Em todos os casos, os estudantes só poderão retornar à escola mediante apresentação de liberação médica.**

É fundamental que qualquer surgimento de sintomas seja prontamente avisado ao Colégio para que as medidas de rastreamento sejam feitas com agilidade, evitando, assim, a disseminação do vírus em nossa comunidade!

d) Casos suspeitos de parentes de alunos

Caso um aluno tenha um familiar que apresente os sintomas sugestivos de Covid-19 mencionados neste manual ou tenha tido

contato com alguma pessoa com esses sintomas, ele deverá avisar imediatamente a Assessoria Pedagógica, Orientação Educacional ou Coordenação Pedagógica.

Ele deverá ficar em isolamento social até a liberação do resultado do RT-PCR do seu familiar/conhecido. Caso o familiar/conhecido não realize o teste, o aluno será monitorado clinicamente por 14 dias (a contar do dia em que iniciou os sintomas em seu parente/conhecido, caso more com ele, ou a partir do último dia em que teve contato com a pessoa, caso não more com ela).

O isolamento de 14 dias é obrigatório mesmo que o aluno faça exame para Covid-19 e o resultado seja negativo, pois a doença ainda poderá se manifestar nos dias subsequentes.

e) Casos confirmados de parentes de alunos

Caso algum aluno tenha parente próximo com confirmação de Covid-19, pedimos que avise imediatamente o Colégio. A equipe de Enfermagem fará contato para acompanhar o estado de saúde do estudante. Ele deverá ficar em isolamento social por 14 dias (a contar do dia em que iniciou os sintomas em seu parente/conhecido, caso more com ele, ou a partir do último dia em que teve contato com a pessoa, caso não more com ela), observando as orientações a seguir e recomendamos que faça o exame tipo RT-PCR. O aluno será monitorado clinicamente por esse período.

O isolamento de 14 dias é obrigatório mesmo que o aluno faça exame para Covid-19 e o resultado seja negativo, pois a doença ainda poderá se manifestar nos dias subsequentes

f) Isolamento domiciliar

Caso você ou algum parente precise fazer isolamento domiciliar, seguem algumas dicas práticas, recomendadas pela OMS:

- O paciente deve permanecer em quarto isolado. As janelas do cômodo devem ficar abertas para facilitar a circulação do ar dentro dele e a porta deve ficar fechada para evitar a contaminação de outros moradores da casa.
- Caso não seja possível isolar o paciente em um quarto único o tempo inteiro, os demais moradores devem manter pelo menos 1,0 m de distância do paciente.
- Os locais da casa com compartilhamento, como cozinha e banheiro, devem estar bem ventilados.
- Todos os moradores devem usar máscara o tempo inteiro.
- As maçanetas das portas devem ser limpas frequentemente.
- Depois que o paciente usar o banheiro, vaso sanitário, pia e outras superfícies devem ser desinfetadas.
- Toalhas e outros objetos, incluindo sofás e cadeiras, não podem ser compartilhados.
- Copos e talheres do paciente devem ser separados e não podem ser usados por outros moradores mesmo depois de serem lavados.
- É importante realizar higiene frequente das mãos, com água e sabão ou álcool em gel, especialmente antes de comer ou cozinhar e após ir ao banheiro.
- Se o paciente infectado precisar cozinhar, deve usar máscara de proteção.
- Os móveis da casa devem ser limpos frequentemente com água sanitária ou álcool 70°.

Mudanças adotadas

a) Movimentação de terceiros

Deve ser evitado o ingresso de pessoas que não sejam alunos ou colaboradores.

Prestadores de serviço ou terceirizados só podem entrar no campus em casos de emergência ou para entregas de insumos e materiais necessários ao dia a dia do Colégio. O recebimento de insumos e materiais é feito seguindo protocolo rígido de prevenção e higienização de embalagens.

b) Limpeza e sanitização dos ambientes

No prédio do Sino, a higienização ocorre pelo menos entre os turnos e após o turno da noite. No prédio do Fundamental 1, entre os turnos da manhã e da tarde e após o turno da tarde. Nos demais espaços, é feita ao menos três vezes.

São desinfetados regularmente com álcool 70° os equipamentos de uso contínuo, como teclados, bancadas de trabalho e telefones. Também são desinfetados os materiais utilizados pelas equipes de limpeza, como vassouras, baldes, pranchetas, aspiradores de pó etc. Segue intensificada a limpeza e desinfecção de objetos e locais de uso comum, como corrimãos, botões de elevador, maçanetas, bebedouros e interruptores.

Uma vez por semana, em horário sem ocorrência de aulas, é feita sanitização de todas as instalações com quaternário de amônio por empresa especializada.

Recomendamos que os alunos façam higienização regular de seus pertences pessoais, como celular, material escolar e chaves.

c) Bebedouros

Para evitar contágio, todos os bebedouros do Colégio foram adaptados. Os esguichos do tipo jato (para uso direto com a boca) foram removidos e substituídos por esguichos do tipo coluna. Por isso, **todos deverão trazer de casa seus copos ou garrafinhas.**

