



ORIENTAÇÕES PARA O CONTROLO E MITIGAÇÃO DA PANDEMIA POR SARS-COV-2 NO POLITÉCNICO DE LEIRIA

(versão 6.0 - 21 outubro 2020)



A 11 de março de 2020, a COVID-19 foi considerada uma Pandemia pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, **febre, tosse e dificuldade respiratória**, podendo também existir outros sintomas, entre os quais **dor de garganta e dores musculares** generalizadas. Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

O risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados, pelo que devem ser tomadas medidas adicionais para assegurar a minimização da transmissão do vírus nestes contextos.

Assim, para promover a saúde e segurança de todos, neste documento constam regras importantes na prevenção e controlo da transmissão da COVID-19 no Politécnico de Leiria que devem ser cumpridas por todos os membros da comunidade académica.

Estas regras e a preparação do ano letivo 2020-2021 assentam, tal como recomendado pelo MCTES a 4 de agosto de 2020, em três princípios base:

1. **Garantir atividades presenciais:** dimensão essencial do ensino superior que proporciona a educação integral dos estudantes, estimula a diversidade de percursos académicos, promove a equidade entre estudantes em termos de participação e avaliação e contribui para a coesão territorial;
2. **Adotar procedimentos realistas:** implementação de procedimentos de vigilância contínua da evolução da pandemia, com uma atualização regular do plano de contingência e monitorização permanente do seu impacto na comunidade académica, de forma a implementar, em tempo real, as medidas de segurança adequadas a cada momento, em articulação com as autoridades de saúde, designadamente na contenção e mitigação de eventuais surtos locais;
3. **Estimular a inovação e modernização pedagógica:** oportunidade deste período para estimular a experimentação e disseminação de práticas inovadoras de ensino e aprendizagem adaptadas a um sistema de ensino presencial apoiado por tecnologias digitais, assim como formas mistas/combinadas de ensino em todos os níveis de ensino superior.

A. Regras gerais

1. Deve ser cumprido o **distanciamento social**, com inibição do contacto físico e da partilha de objetos pessoais, e cumpridas as **regras gerais de higiene e etiqueta respiratória**;
2. O **uso de máscara é obrigatório** em todos os espaços fechados dos diferentes campi do Politécnico de Leiria;
3. Em espaço aberto, o uso de máscara é obrigatório sempre que não se puder **garantir a distância física de 2 metros** entre duas pessoas;
4. Todos os edifícios têm nos seus acessos dispensadores de álcool-gel, pelo que **na entrada e saída dos edifícios devem ser sempre desinfetadas as mãos**;
5. Todos os espaços letivos têm dispensadores de álcool-gel (de parede ou portáteis), pelo que **à entrada e saída de cada sessão letiva** ou em cada utilização do espaço, devem ser sempre **desinfetadas as mãos**;
6. Nos espaços onde haja utilização comum de equipamentos (e.g. equipamento informático), estes devem ser **desinfetados antes e após a utilização** individual com recurso aos produtos disponíveis e adequados para o efeito;
7. As **portas e portões de acesso devem permanecer abertos** de modo a evitar o toque frequente em superfícies e a permitir uma melhor circulação do ar dentro dos espaços;
8. Toda a comunidade académica **deve contribuir para a higienização dos equipamentos comuns**;
9. Evitar a utilização de elevadores.

B. Organização do espaço

1. Mobilidade nos edifícios e campi

- a. Nos fluxos dentro dos edifícios e dos diferentes espaços, a **mobilidade deve ser efetuada sempre pela direita** dos corredores, estando os trajetos identificados com indicadores de direção no chão ou suspensos, para cada sentido;
- b. **O docente deve garantir o acesso à sala de forma ordeira**. O acesso aos espaços letivos deverá ser efetuado na presença do professor ou de outro responsável indicado pelas Unidades Orgânicas ou Serviços.

2. Espaços letivos

- a. Os espaços têm a indicação da **lotação máxima permitida** na entrada;
- b. As salas de aula teóricas e teórico-práticas estão organizadas de acordo com as recomendações da DGS e do MCTES, de modo **deixar um lugar livre entre estudantes, e reduzindo a sua capacidade da ocupação habitual**. Os lugares em frente aos docentes devem permanecer desocupados, se tal for necessário para garantir o distanciamento aos docentes que ministram a aula;
- c. As salas de informática, para além da organização do mobiliário, de modo a garantir a orientação dos estudantes num só sentido, estão limitadas a **um estudante por mesa com um posto de trabalho individual**. Os lugares em frente aos docentes devem permanecer desocupados, se tal for necessário para garantir o distanciamento aos docentes que ministram a aula;

d. Os **laboratórios e oficinas têm lotações máximas definidas e regras para a utilização de equipamento de proteção individual específico** (luvas, batas, viseiras, etc.), de modo a minimizar os riscos de contaminação e permitir as atividades presenciais;

e. Nos **anfiteatros e auditórios são ocupadas todas as filas com lugares desencontrados**, deixando **um lugar de intervalo entre pessoas**, sem comprometer o normal funcionamento das atividades letivas. A primeira fila deve permanecer desocupada se tal for necessário para garantir a distância de 2 metros dos docentes que ministram a aula.

3. Organização de aulas e estágios em outros contextos fora dos campi

Deve ser sempre assegurada a correta informação aos estudantes sobre as medidas de segurança, prevenção e plano de contingência a adotar no contexto de estágios e aulas em entidades parceiras.

4. Atividades letivas ao ar livre

As atividades letivas ao ar livre devem cumprir na íntegra este regulamento, com as seguintes especificidades:

a. Deve ser cumprido o **distanciamento social** (pelo menos 2 metros), com inibição do contacto físico e da partilha de objetos pessoais, e cumpridas as regras gerais de higiene e etiqueta respiratória;

b. É **obrigatório** o uso de máscara;

c. É **proibida a partilha de equipamentos** (material para recolha e armazenagem de espécimes entre outros) entre elementos, devendo estes ser **desinfetados antes e após a utilização individual** com recurso aos produtos disponíveis e adequados para o efeito;

d. O professor/monitor responsável deve disponibilizar dispensadores de álcool-gel (portáteis), pelo que no **início** e no **fim** de cada ação ou na mudança de atividades na sessão, devem ser **sempre desinfetadas as mãos**;

e. O transporte de e para o local da atividade deve ser realizado de preferência por meios próprios de cada envolvido na atividade. No caso de mais de um envolvido utilizar o mesmo transporte, o uso de máscara durante o trajeto é obrigatório e deve-se desinfetar as mãos **antes da entrada na viatura** e à **saída da viatura**. Sempre que possível deve **manter a viatura arejada**, através da abertura de vidro e/ou acionar o botão de circulação do ar. No caso do transporte se realizar em viatura do Politécnico de Leiria, deverão ser cumpridos os procedimentos decretados para motoristas (ver seção Motoristas).

5. Serviços de apoio à comunidade académica

a. Sempre que disponível/adequado, será dada **preferência ao atendimento online**;

b. No atendimento presencial, o horário, sempre que possível, será alargado e existirão regras específicas para o acesso e utilização dos espaços que visam garantir a limitação do tempo e a proximidade física dos contactos.

5.1 Bibliotecas

- a. A **lotação máxima**, definida de modo a garantir o distanciamento físico entre os membros da comunidade acadêmica, está disponibilizada à entrada de cada edifício e sala;
- b. Serão **atribuídos lugares reservados** nas salas de leitura, de modo a controlar o distanciamento entre membros da comunidade acadêmica;
- c. A consulta de livros ou documentos será efetuada **apenas nos locais destinados para o efeito**, com garantia de distanciamento físico e medidas de higienização.

5.2 Cantinas e bares

- a. A **lotação máxima**, definida de forma a garantir o distanciamento físico entre os membros da comunidade acadêmica, está disponibilizada à entrada de cada cantina e bar (número de lugares sentados);
- b. Os horários de funcionamento são alargados, de modo a diminuir a pressão nos espaços;
- c. O **tempo de permanência nas instalações é limitado** de modo a permitir maior rotação e maior número de utilizadores;
- d. Cada utilizador deverá proceder à **higienização e desinfeção das mãos** na entrada e na saída do espaço;
- e. Para garantir a distância de segurança, **os espaços a ocupar nas mesas estão identificados**;
- f. **Não é permitido o consumo ao balcão**;
- g. **Os fluxos de mobilidade** devem ser escrupulosamente respeitados por todos os utilizadores dos espaços de alimentação;
- h. Toda a comunidade acadêmica deve contribuir para a **higienização dos equipamentos comuns**.

5.3. Residências

- a. É **obrigatório o uso de máscara** em todos os espaços comuns;
- b. De acordo com as recomendações do MCTES, será garantida uma distância lateral mínima de 2 metros entre camas em quartos com mais do que um estudante;
- b. A utilização de espaços comuns, incluindo cozinhas, copas ou áreas equivalentes, seguem um regime de escala, garantindo que a ocupação simultânea permita distanciamento físico de acordo com a **lotação do espaço** e com a consequente limpeza e desinfeção;
- c. Os espaços de lazer de usufruto comum, designadamente salas de convívio ou similares e salas de estudo ou estruturas de natureza similar, têm **lotação máxima** (número de lugares sentados) e o mobiliário de apoio deve ser higienizado regularmente;
- d. É **proibida a entrada de visitas**, bem como a entrada de outros residentes no quarto para se minimizar o risco de contágio;

e. Os **horários de acesso à lavandaria** são alargados e diferenciados (em escala definida pelos SAS) para evitar o cruzamento de residentes de diferentes grupos e espaços;

f. Todos os **estudantes devem contribuir para a higienização dos quartos e equipamentos comuns.**

5.4. Tunas e outras atividades organizadas por estudantes

As atividades organizadas por estudantes devem cumprir na íntegra este regulamento, com as seguintes especificidades:

a. Deve ser cumprido o **distanciamento social**, com inibição do contacto físico e da partilha de objetos pessoais, e cumpridas as regras gerais de higiene e etiqueta respiratória;

b. É **obrigatório** o uso de máscara;

c. Para os elementos que utilize a voz, a máscara poderá ser retirada no estrito tempo necessário, desde que esteja garantida uma **distância mínima de 3 metros** entre todos os elementos;

d. É **proibida a troca de equipamentos** (instrumentos musicais ou outros equipamentos) entre elementos, devendo estes ser **desinfetados antes e após a utilização individual** com recurso aos produtos disponíveis e adequados para o efeito;

e. Os espaços utilizados devem ter dispensadores de álcool-gel (de parede ou portáteis), pelo que à **entrada e saída** de cada ação ou em cada utilização do espaço, devem ser **sempre desinfetadas as mãos**;

f. Os espaços a utilizar devem ter indicado á entrada a lotação máxima do espaço que deve ser sempre respeitada;

g. Está **suspensa a realização de quaisquer atividades de praxe** académica presencial;

h. Aconselha-se ao respeito por estas orientações mesmo que a atividade decorra fora dos campi do Politécnico de Leiria.

6. Sistemas AVAC (aquecimento, ventilação e ar condicionado)

Será privilegiada a **renovação frequente do ar**, de acordo com as normas e orientações da DGS, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica (quando esta funcionalidade esteja disponível). Os sistemas AVAC poderão ser utilizados durante a pandemia COVID-19, desde que sejam cumpridas as seguintes regras:

1. **Direcionamento do ar para cima**, de forma a não incidir diretamente sobre os ocupantes do espaço;

2. **Renovação frequente do ar**, de forma a assegurar, sempre que possível, uma boa ventilação nos espaços (abrindo portas/janelas em momentos de menor calor exterior ou de menor incidência solar);

3. Estando o espaço ocupado, **garantir a máxima renovação de ar sempre que possível**. Se necessário, colocar em funcionamento as Unidades de Tratamento de Ar, no entanto só as unidades de 100% ar novo, as restantes deverão ser desligadas;

4. **A utilização dos equipamentos locais de ar condicionado** (unidades murais, de consola, de conduta ou cassetes, **deverá ser interdita quando no espaço estejam dois ou mais utilizadores em simultâneo**. Nas situações em que no mesmo espaço esteja apenas um utilizador, estes equipamentos podem ser utilizados, devendo o utilizador desligar o equipamento quando nesse espaço entrar outro ou outros utilizadores.

5. Nos espaços que tenham **Unidade de Tratamento de Ar exclusiva** (Auditórios e anfiteatros), **mas que façam recirculação de ar** (não sejam 100% ar novo), podem ser ligadas estas unidades **antes e no final da utilização dos espaços**, de modo a promover o tratamento térmico do ar e a respetiva renovação.

6. Manter os **sistemas de extração das instalações sanitárias** em funcionamento contínuo.

7. Procedimentos relativos a viaturas e motoristas

Todas as viaturas devem estar dotadas de material de desinfeção e Equipamentos de proteção Individual:

1. Um frasco de Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para higienização das mãos;
2. Um pulverizador com álcool a 70%;
3. Um maço de toalhetes;
4. Luvas não esterilizadas;
5. Sacos para resíduos;
6. Máscaras a utilizar em situações pontuais.

Procedimentos a seguir pelos motoristas:

1. Deve **evitar o contacto físico** com outros profissionais;
2. O uso de luvas diminui a possibilidade da transmissão dos agentes infecciosos, **não substituindo a necessidade de lavar as mãos**;
3. As luvas devem ser colocadas à saída do carro para prestar o serviço e removidas antes de voltar a entrar na viatura;
4. Deve **higienizar as mãos** com solução alcoólica no caso de não ter possibilidade de as lavar com água e sabão, antes de colocar as luvas e após a sua remoção. O procedimento de lavagem das mãos com água e sabão demora cerca de 40 a 60 segundos e o de higienização com solução alcoólica demora entre 20 a 30 segundos;
5. Todo o **material rececionado** deve ser pulverizado com álcool 70°, antes de ser colocado na viatura;
6. No transporte de outros profissionais compete ao Motorista assegurar que todos procedem à **higienização das mãos antes de entrar na viatura**. Sempre que possível deve manter a **viatura arejada**, através da abertura de vidro e/ou acionar o botão de circulação do ar;
7. O profissional deve garantir o procedimento de etiqueta respiratória, nomeadamente tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço

fletido ou usar lenço de papel. Deve higienizar as mãos após contacto com as secreções respiratórias;

8. O interior das viaturas deve ser higienizado pelo menos uma vez por dia com álcool a 70°.

C. Procedimento em situação de caso suspeito

1. Monitorização de fluxos e controlo da informação

a. O responsável de *campus* deve dispor de um **mapa permanentemente atualizado dos fluxos das turmas e dos grupos de colaboradores e estudantes**, bem como ter acesso à listagem de contactos telefónicos atualizados de todos os estudantes e colaboradores;

b. Compete ao responsável de campus a **articulação da comunicação** e a transmissão à comunidade das orientações determinadas pelas autoridades de saúde.

2. Contatos com responsáveis de campus

Área de responsabilidade	Contacto para informação esclarecimento COVID-19
Campus 1 (ESECS) Leiria	969 103 394
Campus 2 (ESSLei, SAS e BJS) Leiria	969 103 398
Campus 2 (ESTG) Leiria	969 103 397
Campus 3 (ESAD.CR) Caldas da Rainha	969 103 402
Campus 4 (ESTM) Peniche	969 103 387
Campus 5 Leiria	969 103 385
Núcleo de Formação de Torres Vedras	966 881 317
CDRsp Marinha Grande	969 103 400
CeteMares Peniche	966 881 282
Residências de Estudantes	969 103 386
Serviços Centrais Leiria	966 881 461

Os procedimentos e contactos devem estar disponibilizados no moodle em zona de destaque, de modo a facilitar o acesso à informação da parte dos estudantes (e docentes).

3. Plano de Contingência

O Politécnico de Leiria tem um Plano de Contingência adaptado à fase de mitigação, que tem em linha de conta as medidas de prevenção da disseminação perante a ocorrência de casos suspeitos/confirmados. Este plano visa garantir a continuidade da atividade da instituição, assegurando a segurança e a saúde de todos, com a implementação, em tempo real, das medidas de segurança adequadas em cada momento.

a. **Estão delineados os circuitos e procedimentos adequados** para os casos suspeitos que sejam identificados e o espaço para o isolamento destes casos, quando necessário;

- b. O **responsável de *campus*** é responsável pela **comunicação e articulação com a coordenação do Plano de Contingência**;
- c. Em todos os momentos devem assegurar o cumprimento dos **deveres de sigilo** de todos os que têm acesso à informação (estudantes, docentes, investigadores e corpo técnico);
- d. O responsável de *campus* deve assegurar a implementação, em tempo real, das **medidas de segurança adequadas a cada momento**, de acordo com as indicações das autoridades de saúde;
- e. Deve ser respeitado o seguinte fluxograma (página seguinte):

PROCEDIMENTO EM SITUAÇÃO DE CASO SUSPEITO



