



# **MANUAL DE PROCEDIMENTOS COVID-19**

---

## **Reabertura e funcionamento da Resposta Social - Creche**

# Índice

Preparação e Planeamento – Considerações Gerais .....	1
Impedir a propagação do COVID-19.....	1
Formação e informação .....	2
Plano para situação de sintomatologia COVID-19: .....	3
COVID-19 confirmado numa Criança ou Colaborador: .....	3
Monitorização e planeamento do absentismo de colaboradores .....	3
Creche - Reabertura .....	4
Procedimentos prévios à reabertura do estabelecimento .....	4
Implementação de estratégias de distanciamento social.....	4
Horário de funcionamento.....	4
Organização geral.....	5
Sala de Atividades .....	5
Acolhimento e Saída.....	6
Medição de Temperatura.....	7
Exemplos de métodos de triagem .....	7
Confiança no Distanciamento Social .....	7
Confiança nos controlos de barreira / partição .....	7
Confiança no equipamento de proteção individual.....	8
Limpeza, higienização e desinfeção de rotina (Anexo 1) .....	9
Base Justificativa .....	9
Limpar e Higienizar brinquedos .....	10
Limpar e desinfetar a roupa de cama (dormitório).....	11
Cuidar de Bebés e Crianças pequenas .....	11
Cuidados genéricos nas rotinas das crianças .....	12
Refeições .....	12
Comportamento saudável de higiene das mãos.....	13
Preparação de Alimentos e Serviço de Refeições .....	13
Condições do transporte.....	14
Grupos vulneráveis / de alto risco (de acordo com a DGS).....	14
Tratamento COVID-19.....	15
Referências Bibliográficas/Sitográficas .....	24



# **MANUAL DE PROCEDIMENTOS – COVID-19**

---

## **Reabertura e funcionamento da Resposta Social - Creche**

### **Preparação e Planeamento – Considerações Gerais**

Antecipando e definindo o procedimento, com o qual a Instituição lidará com o impacto do COVID-19, o mesmo será elaborado de acordo com as indicações das autoridades de saúde locais, Instituto da Segurança Social, Direção Geral de Saúde, Município de Vale de Cambra e outros parceiros da comunidade, para determinar o plano de ação mais adequado.

Este documento tem como objetivo definir procedimentos e adaptá-los, ao nível de cuidados a ter, na prevenção da transmissão COVID-19, na Santa Casa da Misericórdia de Vale de Cambra – Valência Creche (Área Infância).

O presente manual será incluído no Plano de Contingência SARS-COV-2 (COVID-19) da SCM VLC.

### **Impedir a propagação do COVID-19**

Com uma taxa de infeção muito expressiva, um planeamento antecipado permitirá garantir equipamentos e meios adequados para apoiar comportamentos de higienização, definição de rotinas de limpeza de objetos e superfícies.

Caso se verifique pelos serviços, a dificuldade na obtenção de Equipamentos de Proteção Individual e/ou produtos, dever-se-á entrar em contacto com o Diretor da resposta, o qual deverá contactar a responsável pelas Compras da Instituição.

Todos os colaboradores afetos à creche serão submetidos a testes de rastreio COVID-19 em parceria com o Instituto de Segurança Social.

A SCM VLC deverá incentivar as suas equipas a adotarem ações preventivas diárias, para evitar a propagação do COVID-19:

- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão. Se a água e sabão não estiverem prontamente disponíveis, usar um desinfetante para as mãos à base de álcool, com pelo menos 60% de álcool;
- Supervisionar crianças pequenas ao usarem desinfetante para as mãos, para evitar a ingestão de álcool;
- Evitar uso de joias (anéis, pulseiras, ...) no local de trabalho;

- Limpar e desinfetar as superfícies sempre que forem usadas;
- Cobrir com o cotovelo sempre que tossir e espirrar;
- Se usar um lenço de papel para tossir ou espirrar, deita-lo no lixo após cada utilização;
- **EM NENHUMA SITUAÇÃO as máscaras devem ser colocadas em bebés e crianças menores de dois anos devido ao perigo de asfixia;**
- Obrigatoriedade da permanência de Crianças e Funcionários doentes em casa:
  - Comunicação aos pais da importância de manter os filhos em casa quando estiverem doentes;
  - Sensibilização dos funcionários da importância da vigilância de sintomas e articular com a Direção da valência quando verificarem indícios de doença;
  - Após verificação de indícios de COVID-19, deverá a criança ser isolada, no espaço definido para o efeito, e contactado o Encarregado, diligenciando o seu regresso a casa;
- Estabelecimento de procedimentos à chegada, de crianças e funcionários, às Instalações da SCMVL:
  - Verificação de temperatura corporal;
  - Troca de roupa/calçado.
- Manter crianças e funcionários doentes separados de crianças e funcionários saudáveis até que possam ser enviados para casa, utilizando a efeito a Sala de Isolamento definida anteriormente no Plano de Contingência da Instituição;
- Implementação de procedimentos de vigilância ativa e cumprimento rigoroso de todas as orientações da DGS;
- Reorganização de processos, optando pela desmaterialização e privilegiando os meios digitais.

## Formação e informação

Todos os profissionais e pais com crianças nestas respostas sociais devem ser informados sobre o Plano de Contingência COVID-19 da instituição, alterações à organização e funcionamento, assim como instruções para a informação sempre que a criança ou alguém com quem a mesma tenha estado em contacto recente, apresente sintomas sugestivos de COVID-19.

Deve ser privilegiado o contacto, sempre que possível, através de canais digitais.

Formação aos profissionais:

- Forma de atuação caso exista uma situação de suspeita de contágio; acompanhamento durante isolamento e encaminhamento para os serviços de saúde competentes;
- Utilização correta de EPI's;

## **Plano para situação de sintomatologia COVID-19:**

- A Instituição definiu, no seu Plano de Contingência, uma sala ou área de isolamento, equipada com um berço/catre, para que possa ser usado para isolar uma criança doente.
- Informações adicionais sobre isolamento e orientações de como proceder à desinfecção dos espaços deverão ser consultadas no Plano de Contingência da Instituição.
- Se uma criança doente tiver sido isolada nas instalações da Instituição, dever-se-á proceder à limpeza e desinfecção das superfícies na sua sala de origem, e posteriormente na Sala de isolamento após a saída da criança.

## **COVID-19 confirmado numa Criança ou Colaborador:**

- Fechar as áreas que foram usadas pela pessoa doente.
- Proceder à abertura de portas e janelas externas para aumentar a circulação de ar nas áreas afetadas.  
Aguardar até 24 horas, ou o maior tempo possível, antes de limpar ou desinfetar para permitir que as gotas respiratórias assentem;
- Limpar e desinfetar todas as áreas usadas pela pessoa doente, como salas de atividades, escritórios, casas de banho e áreas comuns.

## **Monitorização e planeamento do absentismo de colaboradores**

A SCMVLC deve prever a substituição de profissionais em caso de absentismo.

Deverá, a Direção da valência, agir em total coordenação com o Gestor de Recursos Humanos perante a identificação de casos de falta de colaboradores, que possam colocar em causa o normal funcionamento dos serviços.

Sempre que possível deverão ser identificados trabalhadores, docentes e não docentes, que possam acautelar a indisponibilidade dos funcionários que necessitem ficar em casa, se estiverem doentes ou a cuidar dos seus familiares.

Recomendar que indivíduos com maior risco de contágio de doença COVID-19 (idosos e pessoas de qualquer idade que tenham sérias condições médicas subjacentes), consultem o seu médico para avaliar o risco e determinar se devem ficar em casa, no caso de contágio nas instalações da creche.

## **Creche - Reabertura**

As valências de apoio à infância, que serão reabertas durante a pandemia do COVID-19, devem abordar as seguintes considerações:

- Implementar estratégias de distanciamento social
- Intensificar os esforços de limpeza e desinfeção
- Modificar procedimentos de entrega à entrada e saída
- Implementar procedimentos de triagem à chegada
- Manter um rácio adequado de funcionários / crianças para garantir a segurança.

A Instituição deverá planear com antecedência e identificar pessoas, com experiência, para garantir uma lista de profissionais que possam substituir elementos da equipa que estiverem doentes ou ficarem em casa para cuidar de familiares doentes.

O Governo definiu, no âmbito das suas medidas de apoio aos colaboradores do setor social, que algumas escolas procedam ao acolhimento dos filhos menores destes, em caso de requisição civil. No concelho de Vale de Cambra, encontra-se definido o Agrupamento de Escolas do Búzio.

### **Procedimentos prévios à reabertura do estabelecimento**

Assegurar a limpeza geral das instalações, em edifícios com funcionamento exclusivo de respostas sociais da área da infância;

A higienização dos espaços deve ser feita em conformidade com a orientação 014/2020 da DGS;

### **Implementação de estratégias de distanciamento social**

O distanciamento social determina permanecer fora do ambiente da congregação, evitando reuniões e mantendo distância dos outros quando possível.

### **Horário de funcionamento**

O horário de funcionamento das creches deve ser flexibilizado, adequando-o às necessidades dos pais/encarregados de educação, não devendo a criança permanecer na mesma por período superior ao estritamente necessário.

## **Organização geral**

As estratégias de distanciamento social encontram-se definidas pelas orientações da DGS.

A Instituição deverá considerar as seguintes estratégias de distanciamento social:

- Cancelar ou adiar eventos especiais, como festas, convívios, visitas de estudo, quando não for possível garantir a segurança das crianças e adultos;
- Alterar ou cessar as atividades de grupo que possam promover a transmissão;
- Manter, sempre que possível, os grupos de crianças em salas separadas.
- Promover, sempre que possível, o distanciamento de 1,5 a 2 metros entre crianças;
- Definir circuitos de entrada e saída dos espaços e limitar o cruzamento de crianças nos espaços comuns, corredores, átrios, parque infantil, relvado ou em espaços exteriores da Instituição;
- Manter grupos separados nas atividades de sala desenvolvidas, expressão plástica, físico-motora ou música;
- Quando possível, na hora da sesta, distribuir berços, camas e/ou catres espaçados o máximo possível, de preferência a 1,5 a 2 metros. Colocar as crianças, cabeça com pés para reduzir ainda mais o potencial de disseminação viral;
- Manter a ventilação e arejamento das salas e corredores.

## **Sala de Atividades**

- a. Quando possível, as salas devem, diariamente, incluir o mesmo grupo de crianças, educadoras e auxiliares;
- b. Não é permitido entrar nas salas de atividades com o calçado usado no exterior;
- c. Assegurar, sempre que possível, que as crianças não partilham objetos;
- d. Garantir, sempre que possível, material individual necessário para cada atividade.
- e. Remover todos os acessórios não essenciais para as atividades lúdico-pedagógicas;
- f. Berços e espreguiçadeiras devem ser usados sempre pela mesma criança;
- g. Limpeza e descontaminação devem ser reforçadas antes e depois da sesta, se acordo com a orientação 014/2020 da DGS.
- h. O projeto pedagógico da creche, previsto nos artigos 6.º da Portaria n.º262/2011, de 31 de agosto e artigo 9.º da Portaria n.º232/2015, de 6 de agosto deve sofrer as devidas adaptações, sendo eliminadas todas as atividades extracurriculares com participantes externos à instituição.

## Acolhimento e Saída

- Definir horários de chegada e de saída em conjunto com os Encarregados de Educação;
- Definir procedimentos de acolhimento com auxiliares e/ou educadoras de infância, preferencialmente o mesmo profissional;
- Limitar o espaço de permanência dos encarregados de educação, individualmente, ao hall de entrada da creche, mantendo as recomendações de distanciamento social;
- Identificar e definir circuitos isoláveis;
- Uso de máscara obrigatória, por qualquer elemento externo, dentro das instalações da SCMVLC;
- As crianças devem sempre ter duas mudas de roupa lavada disponíveis no estabelecimento;
- Profissionais devem ter sempre uma muda de roupa lavada no estabelecimento;
- Não permitir brinquedos ou mochilas/sacos de casa;
- A roupa suja deve ir para casa em saco de plástico, fechado.

Doseadores para higiene das mãos encontram-se instalados na entrada da Creche, para que quem chega possa limpar as mãos antes de entrar.

A Instituição deverá fornecer um desinfetante para as mãos, com pelo menos 60% de álcool, junto às folhas de registo dos pais. O desinfetante para as mãos deverá estar fora do alcance das crianças e quando utilizado por elas deve ser vigiado o seu uso.

O uso de canetas disponibilizadas pela instituição é da responsabilidade de quem as usa. Entre cada uso deverá desinfetar as mãos antes e depois.

Deve ser limitado o contacto direto com os pais o máximo possível.

Apenas os bebés podem ser transportados no “Ovo”, este deve ser guardado e isolado até à hora de ir embora.

Idealmente, a mesma pessoa deve deixar e buscar a criança todos os dias. Se possível, evitar que pessoas mais velhas, como avós ou pessoas com problemas de saúde, entrem neste processo, pois correm maior risco perante o contágio por COVID-19.



## **Medição de Temperatura**

Pessoas que apresentem 38°C febre ou mais, ou outros sinais de doença não devem ser admitidas na instituição.

Os pais deverão ser incentivados a ficarem alerta a sinais de doença nos seus educandos e a mantê-los em casa quando estiverem doentes.

O elemento da SCMVLC, aquando da receção da Criança, deverá obrigatoriamente rastrear a mesma.

Ao realizar medições de temperatura deverão ter em conta a proteção pessoal. Os métodos mais eficazes incorporam o distanciamento social (mantendo uma distância de um metro e meio dos outros) ou barreiras físicas para eliminar ou minimizar as exposições devido ao contacto próximo com uma criança durante a triagem.

## **Exemplos de métodos de triagem**

### **Confiança no Distanciamento Social**

- Solicitar aos pais / responsáveis para medir a temperatura dos seus filhos antes de chegar às instalações ou na chegada às instalações. Após a chegada, mantenha-se a pelo menos 1,5 metro de distância dos pais / responsável e da criança.
- Solicitar aos pais / responsáveis para confirmar que a criança não tem febre, falta de ar ou tosse.
- Fazer uma inspeção visual da criança quanto a sinais de doença, que podem incluir bochechas coradas, respiração rápida ou dificuldade em respirar (sem atividade física recente), fadiga ou agitação extrema.

### **Confiança nos controles de barreira / partição**

- Ficar atrás da barreira física existente, usar viseira e máscara para proteger o rosto e as mucosas contra gotículas respiratórias que podem ser produzidas se a criança que estiver a ser rastreada espirrar, tossir ou falar.
- Realizar a triagem de temperatura (seguir as etapas abaixo)
  - Realize a higiene das mãos
  - Lave as mãos com água e sabão por 20 segundos. Se não houver água e sabão, use um desinfetante para as mãos com pelo menos 60% de álcool.
- Coloque luvas descartáveis.
- Verifique a temperatura da criança, alcançando a divisória ou pela janela.
- Verifique se o seu rosto fica atrás da barreira durante a triagem.

- Ao verificar a temperatura a várias pessoas, use um par limpo de luvas para cada criança e verifique que o termômetro esteja limpo entre cada medição.
- No caso de termômetros sem contacto, os mesmos devem ser limpos com um pano embebido em álcool (ou álcool isopropílico num cotonete) entre cada medição.

### **Confiança no equipamento de proteção individual**

- Se o distanciamento social ou os controlos com barreira física não puderem ser implementados durante a triagem, o equipamento de proteção individual (EPI) poderá ser usado a menos de um metro e meio de uma criança. No entanto, o uso apenas dos EPI's é um controlo menos eficaz e mais difícil de implementar, devido à escassez de EPIs e aos requisitos de formação.
- Antes de começar, lave as mãos e coloque uma máscara facial, proteção para os olhos (óculos ou protetor facial descartável que cubra totalmente a frente e os lados do rosto) e um par de luvas descartáveis. Uma bata descartável pode ser considerada se for previsto um contacto extenso com uma criança.
- Faça uma inspeção visual da criança quanto a sinais de doença, que podem incluir bochechas coradas, respiração rápida ou dificuldade em respirar (sem atividade física recente), fadiga ou agitação extrema e confirme que a criança não está com tosse ou falta de ar.
- Proceda à medição da temperatura da criança.
  - Ao verificar a temperatura a várias pessoas, use um par limpo de luvas por cada criança e verifique que o termômetro esteja limpo entre cada medição.
  - Ao usar termômetros sem contacto (temporal) e se não teve contacto físico com um indivíduo, não é necessário trocar as luvas antes da próxima verificação.
  - Ao usar termômetros sem contacto, limpe-os com um pano embebido em álcool (ou álcool isopropílico ou num cotonete) entre cada medição.
- Após cada triagem, remova e coloque no lixo, próprio para o efeito, o EPI e lave as mãos.
- Use um desinfetante para as mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool ou lave as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos.
- Se as mãos estiverem visivelmente sujas, use água e sabão antes de usar um desinfetante para as mãos à base de álcool.
- Se não possuir experiência no uso de EPI:
  - Verifique nas suas instalações as orientações sobre como usar e retirar o EPI. O procedimento para vestir e despir deve ser adaptado ao tipo específico de EPI disponível nas instalações da Creche.

## Limpeza, higienização e desinfecção de rotina (Anexo 1)

- Manter objetos e superfícies constantemente limpos e desinfetados. Para garantir este cuidado:
  - a) Limpeza frequente;
  - b) Quando necessário, aplicação de um desinfetante.
- As instalações devem seguir uma planificação de rotina de limpeza, higienização e desinfecção.
- Os produtos de limpeza e desinfecção não devem ser usados próximo de crianças, e deve ser mantida ventilação adequada durante qualquer procedimento de limpeza, higienização ou desinfecção.

### Base Justificativa

As crianças pequenas espirram, tosse, babam, usam fraldas e estão a começar a aprender a usar os sanitários. Eles pegam e tocam em tudo e colocam objetos na boca. As doenças podem espalhar-se de várias maneiras, através da tosse, espirros, contacto direto com a pele ou tocar num objeto ou superfície contaminada.

As secreções do trato respiratório que podem conter vírus, contaminam as superfícies e podem ser um foco de contaminação através do contacto.

### COMENTÁRIOS

Os termos limpeza, higienização e desinfecção são às vezes confundidos, o que pode resultar em procedimentos de limpeza que não são eficazes.

Por exemplo, se houver sujidade visível na superfície da mesa/banca de troca de fraldas, limpe-a com detergente e água antes de pulverizar a superfície com um desinfetante. O uso de um desinfetante para a limpeza da sujidade não é eficaz porque o objetivo da solução é higienizar ou desinfetar. Cada termo tem um objetivo específico e existem muitos métodos que podem ser usados para atingir esse objetivo.

Tarefa	Objetivo
Limpar	Remover a sujidade e detritos esfregando e lavando com uma solução detergente e enxaguando com água. A limpeza remove a maioria dos germes e expõe os restantes aos efeitos do desinfetante usado posteriormente.
Higienizar	Reduzir os germes em superfícies para níveis considerados seguros pelos códigos ou regulamentos de saúde pública.
Desinfetar	Destruir ou inativar a maioria dos germes em qualquer objeto.

Nota: O termo "germes" refere-se a bactérias, vírus, fungos e fungos que podem causar doenças infecciosas.

Os brinquedos, que podem eventualmente ser colocados na boca, devem ser limpos e higienizados.

Outras superfícies duras, incluindo fraldários, maçanetas de portas e pisos, devem ser desinfetadas.

Rotineiramente limpe e desinfete superfícies e objetos que são frequentemente tocados, especialmente brinquedos e jogos.

Limpeza de objetos/superfícies que normalmente não são limpos diariamente, como maçanetas, interruptores de luz, torneiras de sala de aula, bancadas, almofadas para sestras, sanitas, mesas, cadeiras, e estruturas de playground.

Os produtos de limpeza devem ser manuseados e usados de acordo com as instruções na etiqueta. Devem ser utilizados produtos aprovados para uso contra o vírus que causa o COVID-19. Se as superfícies estiverem sujas, elas devem ser limpas com detergente ou sabão e água antes da desinfecção. Siga as instruções do fabricante sobre a concentração, método de aplicação e tempo de contacto para todos os produtos de limpeza e desinfecção.

Se possível, forneça toalhetes descartáveis aos colaboradores, para que superfícies usualmente usadas, como computadores, teclados, mesas e comandos, possam ser limpas antes do uso.

Todos os materiais de limpeza devem ser mantidos em segurança e fora do alcance das crianças.

Os produtos de limpeza não devem ser usados perto de crianças, e a equipa deve garantir que haja ventilação adequada.

### **Limpar e Higienizar brinquedos**

Brinquedos que não podem ser limpos e higienizados não devem ser usados.

Os brinquedos que as crianças colocaram na boca ou que estão contaminados por secreções ou excreções corporais devem ser deixados de lado até que sejam limpos à mão por uma pessoa usando luvas. Limpe com água e detergente, enxague, desinfete com um desinfetante adequado, enxague novamente e deixe secar ao ar. Também se poderá limpar utilizando máquina de lavar louça mecânica.

Os brinquedos de pano laváveis à máquina devem ser usados por uma pessoa de cada vez ou não devem ser utilizados. Estes brinquedos devem ser lavados antes de serem utilizados por outra criança.

Não se deverão compartilhar brinquedos com outros grupos de bebés ou crianças pequenas, a menos que sejam lavados e higienizados antes de serem transferidos de um grupo para outro.

Dever-se-á separar os brinquedos que precisam ser limpos. Coloque num recipiente separado marcado para “brinquedos sujos”. Mantenha o recipiente

fora do alcance das crianças. Lavar com água e sabão é o método ideal para a limpeza. Tente ter brinquedos suficientes para que eles possam ser substituídos entre as limpezas.

Os livros infantis, como outros materiais em papel, não são considerados de alto risco para transmissão e não precisam de procedimentos adicionais de limpeza ou desinfecção.

### **Limpar e desinfetar a roupa de cama (dormitório)**

A roupa de cama usada deve poder ser lavada. (lençóis, almofadas, cobertores, sacos-cama)

Mantenha a roupa de cama de cada criança separada e individualmente rotulada.

Berços devem ser identificados para cada criança.

Roupas de cama que tocam a pele de uma criança devem ser limpas duas vezes por semana ou antes do uso por outra criança.

### **Cuidar de Bebés e Crianças pequenas**

- Fraldas (Anexo 2)
  - Ao trocar a fralda, lave as mãos e lave as mãos da criança antes de começar e use luvas.
  - Siga os procedimentos seguros de troca de fraldas. Os procedimentos devem ser publicados em todas as áreas de troca de fraldas. Os passos incluem:
    - Preparar (inclui calçar luvas)
    - Limpe a criança
    - Retire o lixo (fraldas e toalhetes sujos)
    - Substitua a fralda
    - Lave as mãos da criança
    - Limpar o fraldário
    - Lavar as mãos

Após a troca da fralda, lave as mãos (mesmo usando luvas) e desinfete a área usada com um desinfetante. Se outros produtos forem usados para higienizar ou desinfetar, eles também deverão estar livres de fragrâncias. Se a superfície estiver suja, ela deve ser limpa com detergente ou sabão e água antes da desinfecção.

Se fraldas de pano reutilizáveis forem usadas, elas não deverão ser lavadas ou limpas na instalação. A fralda de pano suja e seu conteúdo (sem esvaziar ou enxaguar) devem ser colocados em um saco plástico, para enviar para casa ou serviço de lavanderia.

## **Cuidados genéricos nas rotinas das crianças**

É importante confortar bebés e crianças chorosos, tristes e / ou ansiosos, e eles geralmente precisam ser assistidos.

Quando possível, ao lavar, alimentar ou segurar crianças muito pequenas:

- a. Educadores/auxiliares proteger-se vestindo uma bata de mangas compridas e apanhar o cabelo, por exemplo, utilizando rabo-de-cavalo;
- b. Evitar tocar a face, olhos ou boca da criança sem ter as mãos higienizadas ou com luvas descartáveis em cada criança;
- c. Os educadores/auxiliares devem lavar as mãos, o pescoço e qualquer lugar tocado pelas secreções de uma criança;
- d. Os educadores/auxiliares devem trocar as roupas/bata da criança se houver secreções e lavar as mãos novamente.

Roupas contaminadas devem ser colocadas num saco plástico ou lavadas numa máquina de lavar.

Bebés, crianças pequenas devem ter várias trocas de roupas à mão na creche.

Os educadores/auxiliares devem lavar as mãos antes e depois do manuseio de biberons preparados em casa ou nas instalações. Garrafas, tampas de biberons, tetinas e outros equipamentos usados para alimentar devem ser cuidadosamente limpos após cada uso, lavando-os numa máquina de lavar louça ou com uma escova de biberon, sabão e água.

## **Refeições**

Durante o período de refeições as medidas de distanciamento e higiene devem ser mantidas:

- Evitar cruzamento de crianças nas deslocações;
- Considerar fazer as refeições nas salas de atividades;
- Acompanhar a lavagem das mãos de forma correta, de todas as crianças;
- Os lugares devem estar marcados, de forma a assegurar o máximo distanciamento possível (1,5 a 2 metros) entre pessoas.
- Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos;



## **Comportamento saudável de higiene das mãos**

Todas as salas e espaços da creche deverão possuir um dispensador de gel desinfetante, colocado em local estrategicamente definido, de modo a impedir o contacto pelas crianças.

Todas as crianças, funcionários e voluntários devem praticar a higiene das mãos nos seguintes horários:

- Chegada à instalação e após os intervalos
- Antes e depois de preparar alimentos ou bebidas
- Antes e depois de comer ou manusear alimentos ou alimentar crianças
- Antes e depois da administração de medicação ou pomada médica
- Antes e depois da muda da fralda
- Depois de usar a casa de banho
- Depois de ajudar uma criança a usar a casa de banho
- Depois de entrar em contacto com o fluido corporal
- Depois de manusear animais ou limpar resíduos de animais
- Depois de brincar ao ar-livre ou na areia
- Depois de manusear lixo.

Lave as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos (Anexo 5). Se as mãos não estiverem visivelmente sujas, podem ser usados desinfetantes para as mãos à base de álcool com pelo menos 60% de álcool, se água e sabão não estiverem prontamente disponíveis.

Supervisione as crianças quando usarem desinfetante para as mãos para evitar a ingestão.

Ajude as crianças a lavar as mãos, incluindo crianças que não podem lavar as mãos sozinhas.

Depois de ajudar as crianças a lavar as mãos, também deve lavar as mãos.

Coloque informações com as instruções das etapas de lavagem das mãos perto de pias.

## **Preparação de Alimentos e Serviço de Refeições**

Se o refeitório for regularmente usado, dê preferência a servir refeições nas próprias salas de aula. Caso tal não seja possível, deverá a Instituição promover o distanciamento entre crianças nas deslocações, nas pausas e espaços de refeição.

A preparação dos alimentos não deve ser feita pelas mesmas pessoas que trocam as fraldas às crianças.

As pias usadas para a preparação de alimentos não devem ser usadas para outros fins.

Os cuidadores devem garantir que as crianças lavem as mãos antes e imediatamente após comer.

Os cuidadores devem lavar as mãos antes de preparar a comida e depois de ajudar as crianças a comer.

### **Condições do transporte**

- Sempre que possível deve ser privilegiado o transporte individual das crianças pelos encarregados de educação;
- No caso do transporte coletivo de crianças, este deve seguir as orientações da DGS, assegurando:
  - a) Cumprimento do intervalo e da distância de segurança entre passageiros (ex. um banco);
  - b) Redução da lotação máxima de acordo com a legislação vigente (Decreto de Lei n.º 20/2020 de 1 de maio);
  - c) Disponibilização de solução à base de álcool à entrada e saída da viatura;
  - d) Descontaminação da viatura após cada viagem, segundo as orientações da DGS (Orientação 014/2020 de 21 de março da DGS)
- As cadeirinhas ou “ovo” utilizadas no transporte das crianças não devem entrar nas instalações da creche.

### **Grupos vulneráveis / de alto risco (de acordo com a DGS)**

Os grupos de risco são as pessoas com:

Idade avançada (65 anos ou mais)

Doenças crónicas pré-existentes como:

- doenças cardiovasculares
- diabetes
- doença crónica respiratória
- hipertensão
- doença oncológica
- sistema imunitário comprometido como doentes:
- tratamentos de quimioterapia
- tratamentos para doenças autoimunes (artrite reumatoide, lúpus, esclerose múltipla ou algumas doenças inflamatórias do intestino)
- infeção VIH/sida

Para proteger estes grupos de risco, é importante que todos pratiquem as recomendações de distanciamento social e comportamentos de higiene saudáveis.



Colaboradores incluídos nestes grupos de risco, devem consultar o seu médico para avaliar o risco e determinar se devem ficar em casa.

As informações sobre o COVID-19 em crianças são um pouco limitadas, mas as informações disponíveis sugerem que muitas crianças apresentam sintomas leves. No entanto, foi relatada uma pequena percentagem de crianças com doenças mais graves.

Se existirem crianças com problemas de saúde subjacentes, dever-se-á conversar com os pais e/ou responsáveis sobre os riscos. Deverão os E.E. disponibilizarem, de acordo com as orientações do médico, os cuidados e procedimentos a ter em cada caso. (ex. Asma)

### **Tratamento COVID-19**

Neste momento, o tratamento para a infeção pelo COVID-19 é dirigido aos sinais e sintomas presentes. Ainda não existe tratamento específico nem vacina. A melhor maneira de prevenir o contágio é evitar a exposição ao vírus.



# ANEXOS

## Anexos

### Anexo 1 - Cronograma de limpeza e desinfecção:

- As instalações devem desenvolver um cronograma para limpeza e desinfecção.

Área	Antes da Utilização	Depois de cada Utilização	Diário (final dia)	Semanal	Mensal	Comentários
<b>Áreas de Refeição</b>						
Superfícies de preparação de comida	L+H	L+H				Use um desinfetante seguro para contacto com alimentos
Utensílios e pratos para refeições		L+H				Se lavar a louça e os utensílios à mão, use um desinfetante seguro para contacto com os alimentos; O uso de uma máquina de lavar louça automática higieniza.
Mesas cadeiras	L+H	L+H				
Bancadas		L	L+H			Use um desinfetante seguro para contacto com alimentos
Aparelhos para preparação de alimentos		L	L+H			
Mesas de uso misto	L+H					Antes da utilização
Frigorífico					L	
<b>Áreas de Assistência à Criança</b>						
Brinquedos plásticos e de borracha		L	L+H			
Chupetas (Uso individual)		L	L+H			Use a máquina de lavar louça ou ferva por um minuto
Chapéus			L			Limpe após cada uso se houver piolhos
Maçanetas para portas e armários			L+D			
Chão			L			Varrer ou aspirar, passar esfregona húmida (de microfibra)
Brinquedos de pano laváveis à máquina				L		Lavagem
Vestuário				L		Lavagem
Jogos - Centros de atividades				L		
Bebedouros			L+D			
Teclados de computador		L+H				Use toalhetes higienizantes, não use spray
Telefones		L				
<b>Casas de Banho e Fraldários</b>						
Mesas de Mudança		L+D				Limpe com detergente, enxague, desinfete
Sanitas		L+D				
Lavatórios e torneiras			L+D			
Bancadas			L+D			
Casa de Banho			L+D			
Baldes de fraldas			L+D			
Chão			L+D			Esfregão húmido com desinfetante
<b>Dormitórios</b>						
Lençóis e fronhas				L		Limpe antes de usar por outra criança
Berços, berços e tapetes				L		Limpe antes de usar por outra criança
Cobertores					L	

L- Limpar D – Desinfetar H- Higienizar

## Anexo 2 - Etapas de troca de fraldas

Fralda segura e saudável para reduzir a propagação de germes



### 1. PREPARAR

- Cubra a superfície de troca de fraldas com revestimento descartável.
- Se você usar creme para fraldas, distribua-o agora sobre um lenço de papel.
- Junte o que precisa (por exemplo, fralda limpa, toalhetes, creme para fraldas, luvas, saco plástico ou impermeável de roupas sujas, roupas extras) para a área de fraldas.



### 2. LIMPEZA DA CRIANÇA

- Coloque a criança na superfície da fralda e desaperte a fralda.
- Limpe a área da fralda da criança com lenços descartáveis. Limpe sempre da frente para trás!
- Mantenha a fralda / roupa suja longe de qualquer superfície que não possa ser facilmente limpa. Saco com segurança roupas sujas.



### 3. REMOVER LIXO

- Coloque lenços usados na fralda suja.
- Deposite a fralda suja no lixo.
- Remova e descarte as luvas, se usadas.



### 4. SUBSTITUA A FRALDA

- Coloque uma fralda nova sob a criança.
- Aplique creme de fraldas, se necessário, com um lenço de papel ou um dedo dentro da luva.
- Aperte a fralda e vista a criança.



### 5. LAVAR AS MÃOS DA CRIANÇA

- Use água e sabão para lavar a mão da criança com firmeza.
- Devolva a criança a uma área supervisionada.



### 6. LIMPEZA

- Remova o revestimento da superfície e coloque-o no lixo.
- Limpe qualquer superfície visível com toalhas de papel húmidas ou um lenço de bebê.
- Molhe toda a superfície com desinfetante; certifique-se de ler e seguir as instruções do produto aplicado.
- Escolha desinfetante apropriado para o material da superfície.



### 7. LAVE SUAS MÃOS

- Lave bem as mãos com água e sabão.

## Anexo 3 – Cartaz “Informação à comunidade escolar”

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

### O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)) e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

#### PRINCIPAIS SINTOMAS:

**FEBRE****TOSSE****DIFICULDADE RESPIRATÓRIA**

#### PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

#### MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lâpis, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações







# CORONAVÍRUS (COVID-19)

## INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR


### SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU TOSSIRES TAPA A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO




LAVA AS MÃOS MUITO BEM E MUITAS VEZES  
O TEU PROFESSOR ENSINA-TE




NÃO PARTILHES OS TEUS  
OBJETOS NEM A COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO  
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA




REPÚBLICA  
PORTUGUESA


Saúde



SNS  
Sistema Nacional  
de Saúde




120  
DGS  
Direção-Geral da Saúde




REPÚBLICA  
PORTUGUESA

Educação



Ministério da  
Educação



## Anexo 5 – Cartaz “Como lavar as mãos”



## Anexo 6 – Cartaz “Não partilhe artigos pessoais”







# ATENÇÃO

## CoronaVírus CÓVID-19



# PROÍBIDA A ENTRADA!

# AGUARDE

**um colaborador virá buscar/trazer o seu educando**

**Se esteve num local de risco ou em contacto próximo com doentes com infeção respiratória** informe a os serviços da SCMVLG;

**Lave as mãos** ao entrar no estabelecimento e sempre que se assoar, espirrar ou tossir;

**Em caso de Tosse, Febre ou Dificuldade Respiratória** - Contacte os serviços de saúde

## Referências Bibliográficas/Sitográficas

### **Guidance for Child Care Programs that Remain Open**

Supplemental Guidance

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-childcare.html#pickup>

### **Direção Geral da Saúde**

[www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

**Guião orientador das respostas sociais da creche, creche familiar e ama,**  
Gabinete da Secretaria de Estado da Ação Social