



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

CONSERVATÓRIO DE MÚSICA DE OLHÃO

09/03/2020

ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO	3
1.1. NOVO CORONAVÍRUS COVID-19, O QUE É? COMO SE TRANSMITE?	3
1.2. DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO E PRINCIPAIS SINTOMAS	4
1.3. PERÍODO DE INCUBAÇÃO	5
2. PLANO DE CONTIGÊNCIA.....	5
2.1 OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	6
2.1.1 COORDENADORES RESPONSÁVEIS POR ORDEM DE SUBSTITUIÇÃO.....	6
2.2 PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS	7
2.3 MEDIDAS DE ISOLAMENTO	10
3. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS PARA UM CASO SUSPEITO (consultar o anexo 4) ..	11
4. PROCEDIMENTO PERANTE CASO SUSPEITO VALIDADO	13
5. PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	14
6. DIVULGAÇÃO	15
7. BIBLIOGRAFIA	15
ANEXOS	17
ANEXO 1 - MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA REGRESSADA DE DESLOCAÇÕES AO ESTRANGEIRO	18
ANEXO 2 - MODELO DE AUTO-REGISTO DE TEMPERATURA E SINTOMAS	19
ANEXO 3- MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA COM CONTACTO COM CASO CONFIRMADO	20
ANEXO 4 - ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO NUMA ENTIDADE.....	21
ANEXO 5- CARTAZ COMUNIDADE ESCOLAR	22
ANEXO 6 INFORMAÇÃO COVID-19_COMUNIDADE ESCOLAR	23

1. ENQUADRAMENTO

A Associação do Conservatório de Música de Olhão perante o risco atual emanado pelas Autoridades de Saúde Nacionais e a sua responsabilidade perante toda a comunidade escolar que lhe diz respeito elaborou o presente plano de contingência seguindo as orientações nacionais da Direção-Geral de Saúde (DGS). A sua aplicação deverá permitir a preparação e adequação da resposta desta escola, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, trabalhadores não docentes e visitantes, assegurando a continuidade da atividade.

1.1. NOVO CORONAVÍRUS COVID-19, O QUE É? COMO SE TRANSMITE?

O novo coronavírus, intitulado COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

Ainda está em investigação a via de transmissão. A transmissão pessoa a pessoa foi confirmada, embora não se conheçam ainda mais pormenores

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contato direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre

durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas e ainda através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos).

1.2 DEFINIÇÃO DE CASO SUSPEITO E PRINCIPAIS SINTOMAS

A definição seguidamente apresentada é baseada na informação disponível, à data, no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença Transmissíveis (ECDC), e deve ser adotada pelas empresas.

Critérios clínicos	Critérios epidemiológicos
Infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) requerendo ou não hospitalização	História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas. OU Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas. OU Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

Resumindo, os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- ✓ febre
- ✓ tosse
- ✓ falta de ar (dificuldade respiratória)
- ✓ cansaço

1.3 PERÍODO DE INCUBAÇÃO

O período de incubação (até ao aparecimento de sintomas) situa-se entre 2 a 12 dias, segundo as últimas informações publicadas pelas Autoridades de Saúde.

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

As medidas preventivas no âmbito do COVID-19 têm em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

2. PLANO DE CONTINGÊNCIA

Este Plano de Contingência tem em conta os efeitos que esta infeção pode ter para a comunidade discente, docente, trabalhadores não docentes e visitantes desta escola. A normalidade das atividades letivas e não letivas pode ser afetada, e visa nesse sentido minimizar e ponderar sobre as situações possíveis de ocorrer.

O quadro 1 serve de apoio à adoção de medidas proporcionais ao nível de risco local e nacional e as respetivas fases de resposta, definidos pelo Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças (ECDC).

Quadro 1: Fases de resposta considerando o nível de risco definido pelo ECDC.

Nível de risco	Descrição	Resposta
Nível 0	Situação sem casos identificados no país, mas casos identificados e/ou transmissão na comunidade em outros países Europeus	Vigilância
Nível 1	Situação de múltiplos casos importados e transmissão local limitada, com apenas 2 gerações de casos ou clusters. aparente ausência de transmissão sustentada.	Prevenção
Nível 2	Situação de aumento de número de casos importados e de transmissão localizadas, com mais de 2 gerações de casos com ligação epidemiológica.	Controlo
Nível 3	Situação com surtos localizados, podendo evoluir para um surto generalizado. Situação de transmissão sustentada na comunidade.	Mitigação
Nível 4	Situação de recuperação pós epidémica	Recuperação

2.1 OPERACIONALIZAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

Parcerias na Escola:

- ✓ Administração
- ✓ Direção Pedagógica
- ✓ Delegados de Disciplina
- ✓ Professores
- ✓ Funcionários não docentes

Parcerias na Comunidade:

- ✓ Serviço Nacional de Saúde
- ✓ Direção Geral de Saúde
- ✓ Autoridade Regional de Saúde (ARS) do Algarve
- ✓ Segurança no trabalho (Asanitrab)
- ✓ INEM
- ✓ UCSP Olhão - Delegado de Saúde
- ✓ Direção Regional de Educação

2.1.1 COORDENADORES RESPONSÁVEIS POR ORDEM DE SUBSTITUIÇÃO

Grupo Coordenador do Plano:

- ✓ Professor Rui Gonçalves (Presidente da Direção)
- ✓ Professora Anabela Silva (Diretora Pedagógica)

Outros elementos da Equipa:

- ✓ Alzira Sousa (Técnica administrativa)
- ✓ Susana Pardal (Assistente administrativa)
- ✓ Olga Kruglova (Assistente Educativa)
- ✓ Professora Ana Moura
- ✓ Professora Catarina Cameira
- ✓ Professor Rui Martins

O presidente da direção deve ser avisado assim que houver um caso suspeito, que por sua vez acionará as medidas constantes neste plano.

No caso de ausência do presidente, a responsabilidade de acionar o plano seguirá a ordem de substituição indicada anteriormente.

2.2 PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS

MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA REGRESSADA DE DESLOCAÇÕES AO ESTRANGEIRO (consultar anexo 1)

Não tendo sido decretada pela DGS, até ao presente momento, qualquer restrição a deslocações ao estrangeiro, recomenda-se a devida ponderação relativamente à conveniência dessas deslocações, principalmente para países ou zonas em que a propagação do vírus se mostra mais ativa, identificados pelas Autoridades de Saúde.

Os docentes, alunos e demais acompanhantes que tenham regressado ou que tenham estado em contacto próximo e direto com quem tenha regressado de país ou zona de risco para a infeção pelo COVID-19, identificados pela DGS, devem, nos 14 dias subsequentes, monitorizar o seu estado de saúde, medindo a temperatura corporal duas vezes ao dia, registando os valores e estar atentos a tosse ou a dificuldades respiratórias. Devem ainda evitar cumprimentos sociais com contacto físico.

Para além das medidas básicas de higiene a pessoa deve ainda:

- ✓ Realizar a autovigilância de sintomas nomeadamente:
- ✓ Medir e registar da temperatura duas vezes ao dia, de manhã antes de sair de casa e à noite, depois de chegar (**consultar anexo 2: Modelo de auto-registo de temperatura e sintomas**);
- ✓ Manter as atividades letivas e profissionais, enquanto assintomático;
- ✓ A nível social, evitar permanecer em locais muito frequentados e fechados se não houver necessidade absoluta.

MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA COM CONTACTO COM CASO CONFIRMADO (consultar o anexo 3)

Para além das medidas básicas de higiene a pessoa deve ainda:

Realizar a autovigilância de sintomas nomeadamente:

- ✓ Medir e registar da temperatura duas vezes ao dia, de manhã antes de sair de casa e à noite, depois de chegar (**consultar anexo 2: Modelo de auto-registo de temperatura e sintomas**);
- ✓ Ficar em isolamento profilático certificado pela Autoridade de Saúde durante 14 dias, informando o responsável definido pela entidade
- ✓ Ligar para a Linha SNS24 informando do contacto com o caso confirmado; caso desenvolva sintomas a ida aos serviços de saúde só deve ser feita se aconselhada pela Linha SNS24.

Quaisquer alterações ao estado de saúde devem ser comunicadas de imediato à linha SNS 24 (808 24 24 24) que analisará o risco em concreto e dará as devidas recomendações/orientações.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO DIÁRIA

- ✓ Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- ✓ Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
- ✓ Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- ✓ Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida;
- ✓ Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- ✓ Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

- ✓ A frequência de limpeza e desinfecção de superfícies, nomeadamente tampos de mesas, teclados, corrimãos, maçanetas de portas, é recomendada para ser feita com frequência.
- ✓ Os alunos que utilizam instrumentos partilhados, tais como pianos, acordeão, ou outros, devem de desinfetar as mãos com uma solução contendo álcool no mínimo de 70°, que estará na sala de aula.
- ✓ Os docentes terão o cuidado de tratar da desinfecção das superfícies dos instrumentos em cada troca de aluno.
- ✓ Será garantida a disponibilidade de água, sabonete líquido e toalhetes de papel para secagem das mãos em todas as instalações sanitárias e outros pontos de lavagem das mãos.
- ✓ Efetuar a limpeza/desinfecção das casas de banho mais do que uma vez por dia.
- ✓ Limpar e desinfetar diariamente telefones, teclados, balcão de atendimento e outras superfícies.
- ✓ Se for detetado algum caso suspeito nas instalações, devem ser realizados procedimentos excepcionais de limpeza e desinfecção das áreas afetadas.
- ✓ Os resíduos que resultem da higienização corrente podem ser descartados como habitualmente.

MEDIDAS EXCEPCIONAIS

De acordo com a avaliação de risco e com as orientações governamentais poderão ser consideradas:

- ✓ O reforço das medidas de limpeza e desinfecção das superfícies;
- ✓ A suspensão de eventos, atividades letivas e de serviços com atendimento presencial;
- ✓ O encerramento das instalações.

2.3 MEDIDAS DE ISOLAMENTO

A área de isolamento (sala ou gabinete fechado) tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com casos suspeitos.

Cada escola deve definir uma área ou sala de “isolamento” (gabinete ou sala), devidamente identificada e comunicada a toda a escola, que tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto com quem apresente os sintomas acima descritos.

Esta sala estará identificada com indicação para não ser utilizada a não ser para este fim, e deve estar disponível para ser acionada para qualquer caso suspeito. Sempre que possível, a localização da área de isolamento deve permitir um circuito de e até ao local com o menor contacto possível com outros indivíduos. Nesta área, ou próxima desta, deve existir uma instalação sanitária devidamente equipada para a utilização exclusiva do caso suspeito.

O responsável definido pela entidade deve garantir que a área de isolamento deve ter:

- ventilação natural, ou sistema de ventilação mecânica;
- revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados)
- telefone ou telemóvel (no caso de o próprio não ter o seu consigo)
- cadeira ou marquesa;
- água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- toalhetes de papel;
- máscaras cirúrgicas;
- luvas descartáveis;
- termómetro.

3. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS PARA UM CASO SUSPEITO

(consultar o anexo 4)

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a direção da escola (preferencialmente por via telefónica) e, caso se encontre na escola, dirige-se para a área de “isolamento”, definida no plano de contingência. Já na área de “isolamento” contacta a linha SNS 24 (**808 24 24 24**) se maior de idade. Se o suspeito for menor de idade terá de ter acompanhamento de um responsável e o contacto com o SNS 24 será feito por esse responsável que monitorizará o processo até à passagem às entidades competentes e que também fará o contacto com os encarregados de educação.

Quem acompanhe o aluno, docente ou trabalhador não docente com sintomas, deve cumprir as precauções básicas de controlo de infeção e sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente. Quem presta assistência ou entre na área de isolamento, deve colocar, momentos antes, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das medidas básicas quanto à higiene das mãos, após o contacto.

O caso suspeito, já na área de isolamento, logo que possível deve colocar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá 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). Sempre que a máscara estiver húmida, deve ser substituída por outra.

Na possibilidade de haver mais do que um caso suspeito em simultâneo o responsável definido pela entidade deve ponderar a definição de uma segunda

área de isolamento temporária, ou colocação na mesma área garantindo uma distância superior a 2 metros entre os casos.

O profissional de saúde do SNS 24 questiona o doente (ou acompanhante) quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19.

Após avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica;
- Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

- a) Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente, visitante ou trabalhador não docente.
- b) Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) para evacuação, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos de acordo com orientações nacionais.

O (a) Diretor(a) / Presidente de CAP informa de imediato o delegado regional de educação da respetiva área de circunscrição sobre a existência do caso suspeito validado.

4. PROCEDIMENTO PERANTE CASO SUSPEITO VALIDADO

A DGS (Direção Geral de Saúde) informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local.

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do plano de contingência;
- Se o caso for confirmado: a área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

Na situação de caso confirmado:

A escola deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

5. PROCEDIMENTO DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com um caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

1. “Alto risco de exposição”:

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até 2 metros) do caso;
- Quem esteve face-a-face com o caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;
- Quem partilhou com o caso confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expetoração, sangue, gotículas respiratórias.

2. “Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

- Quem teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada de meios de contenção respiratória; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado. Usar o modelo para auto-registo de temperatura e sintomas. **(consultar anexo 2)**

6. DIVULGAÇÃO

O Conservatório de Música de Olhão pretende divulgar as recomendações da DGS e o presente plano através dos seus canais habituais de comunicação a toda a sua comunidade docente, discente e funcionários não docentes:

- ✓ E-mail;
- ✓ Página Web ;
- ✓ Nos expositores da Escola
- ✓ Presencialmente

7. BIBLIOGRAFIA

European Centre for Disease Prevention and Control. Outbreak of novel coronavirus disease 2019 (COVID-19): increased transmission globally - ffth update, 2 March 2020. ECDC: Stockholm; 2020.

Direção-Geral da Saúde. Microsite Covid-19. Website: <https://www.dgs.pt/corona-virus/home.aspx>. Consultado a: 06 de março de 2020.

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 003/2020 de 30/01/2020. Prevenção e Controlo de Infeção por novo Coronavírus (2019-nCoV).

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 005/2020 de 26/02/2020. Infeção por SARS--CoV-2 (COVID-19). Procedimentos para portos e viajantes por via marítima.

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 006/2020 de 26/02/2020. Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.

Direção-Geral da Saúde. Informação número 005/2020 de

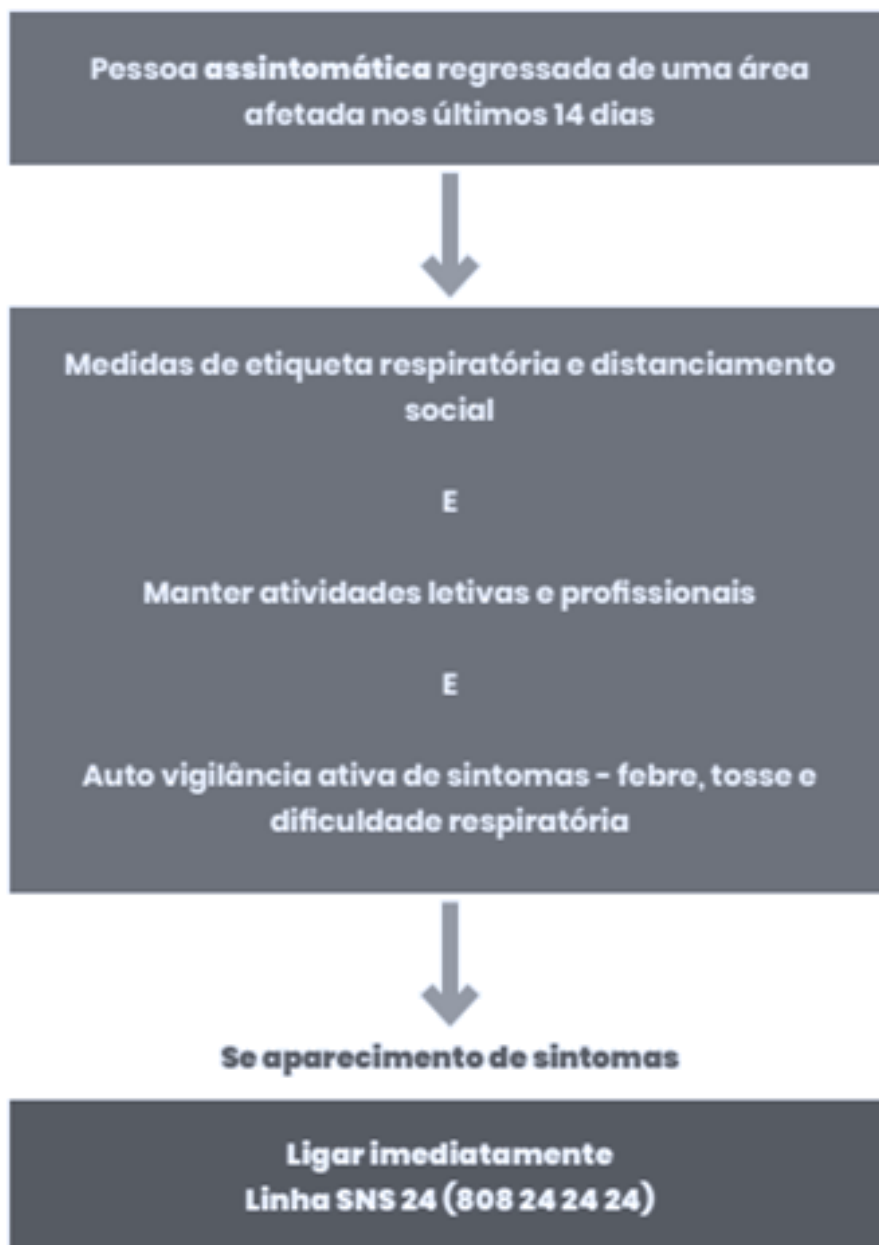
27/02/2020. Cidadãos regressados de uma área com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus.

Direção-Geral da Saúde. Informação número 006/2020 de 28/02/2020. COVID-19: Recomendação para eventos públicos e eventos de massas.

Despacho n.º 2836-A/2020 de 2020-03-02

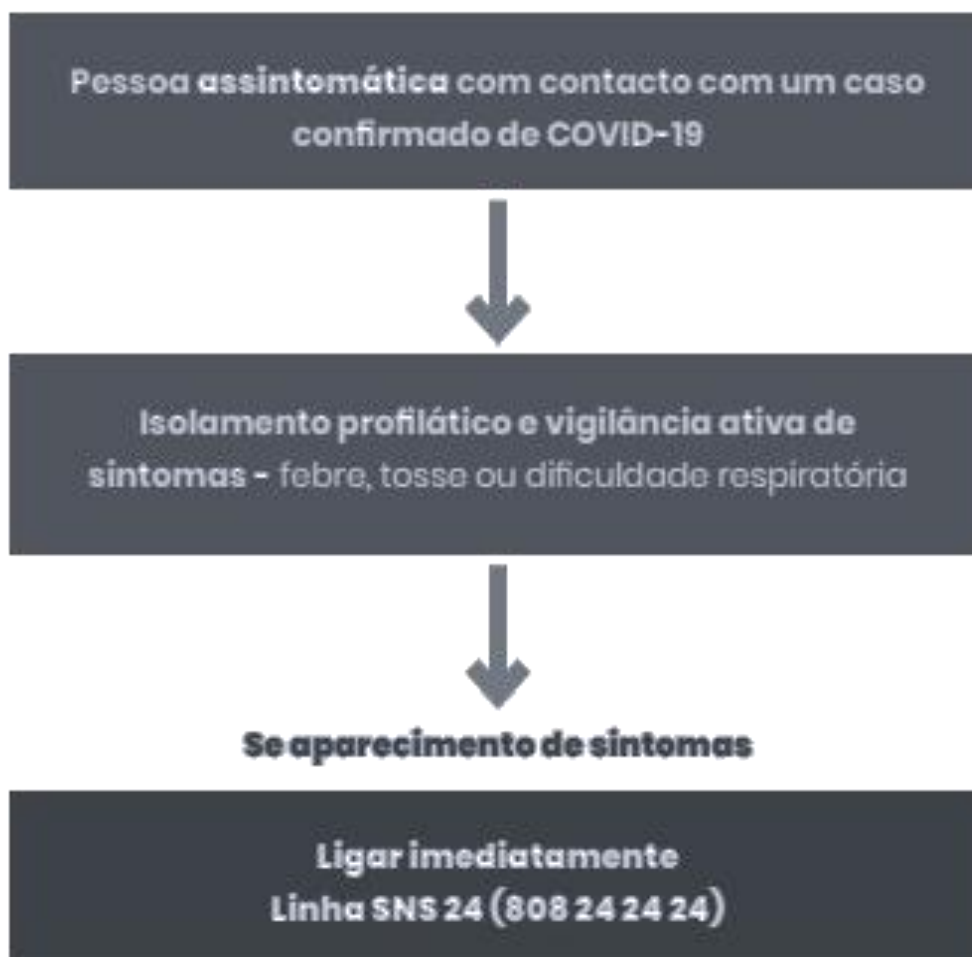
ANEXOS

ANEXO 1

MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA REGRESSADA DE
DESLOCAÇÕES AO ESTRANGEIRO

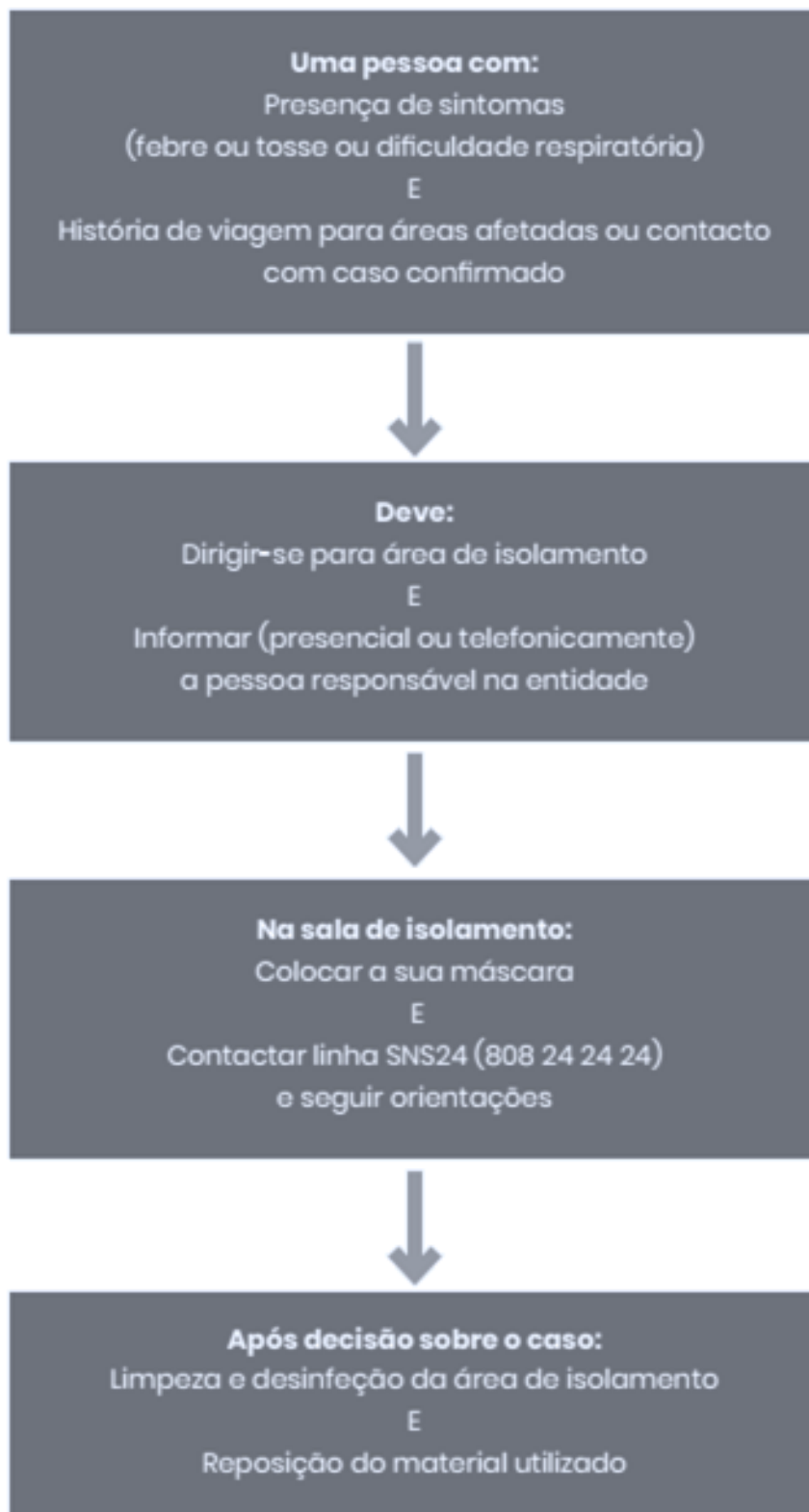
ANEXO 3

MEDIDAS PERANTE PESSOA ASSINTOMÁTICA COM CONTACTO COM CASO CONFIRMADO



ANEXO 4

ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO NUMA ENTIDADE



ANEXO 5

CARTAZ COMUNIDADE ESCOLAR

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



ANEXO 6

INFORMAÇÃO COVID-19_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) 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



Conservatório de Música de Olhão



Olhão

09/03/2020