
I. Introdução

Considerando a rápida propagação da variante Ómicron do vírus SARS-CoV-2, em Portugal, muito mais transmissível, o elevado número de casos na comunidade, a sobrecarga no sistema de saúde, a elevada taxa de vacinação da população e, por outro lado, a necessidade de minimizar a disfunção social, é necessário garantir o funcionamento da sociedade e dos serviços, nomeadamente os de saúde, assegurando, em simultâneo, a proteção das pessoas, e das comunidades, particularmente das pessoas mais vulneráveis e de maior risco para doença grave e morte.

Continua, portanto, a ser prioritária a proteção dos mais vulneráveis e das pessoas com maior risco de doença grave, onde estão incluídas:

- Pessoas imunocomprometidas, mesmo vacinadas, porque podem não ter a resposta imunitária adequada;
- Pessoas com idade mais avançada, pessoas com obesidade e com doenças graves (cardíacas, diabetes, neurológicas, ...);
- Pessoas não vacinadas, com esquema incompleto e pessoas sem dose de reforço;
- Grávidas.

Assim, no atual contexto epidemiológico é fundamental a responsabilização individual e coletiva para a adoção de comportamentos preventivos e de proteção de e para a comunidade na gestão e controlo da pandemia.

Acresce que as opções quanto aos isolamentos dos casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19 e isolamentos profiláticos dos seus contactos foram alteradas, com tempos encurtados.

Estas orientações são passíveis de serem modificadas em função da evolução da pandemia e da evolução da evidência científica disponível.

O aliviar de medidas como o isolamento profilático de turmas em escolas irá causar menor disfunção no funcionamento das escolas e na aprendizagem das crianças, mas poderá envolver um risco adicional de transmissão da infeção em meio escolar, especialmente se as medidas de prevenção/mitigação da transmissão não forem respeitadas por todos.

A grande mudança solicitada às comunidades educativas é o **reforço da responsabilização das pessoas, individualmente, das suas famílias, das comunidades e das escolas e instituições para:**

1. **Cumprir as medidas preventivas** (vacinação, máscara, testagem, ventilação de espaços, distanciamento, limitação das interações sociais, higienização das mãos);
2. **Detetar pessoas infetadas**, assintomáticos ou com doença ligeira, o mais precocemente possível, para **isolar rapidamente os casos e os seus contactos de alto risco**;
3. **Pessoas com sintomas, mesmo que ligeiros, devem ficar de imediato no domicílio**;
4. **Valorizar qualquer sintoma e fazer um teste adequado**: teste molecular (TAAN-PCR) para SARS-CoV-2 ou teste rápido de antigénio (TRAg) de uso profissional. É possível fazer um teste PCR em saliva num laboratório. Mesmo vacinadas, as pessoas podem ser infetadas e transmitir a doença. Pode haver pessoas com história de infeção anterior que contraem, de novo, a infeção (mesmo nos 180 dias seguintes à primeira infeção).
5. **Testar todos os contactos**, mesmo os de **baixo risco**.

Para que os espaços nas escolas permaneçam seguros, é fundamental respeitar e garantir, por parte de todas as pessoas das comunidades educativas, o escrupuloso cumprimento das medidas

preventivas e reativas previstas neste documento, uma rápida e boa comunicação da informação, e uma rapidez de atuação, com flexibilidade de respostas. A gestão desta crise deve ser feita em colaboração entre as Escolas e as Autoridades de Saúde e respetivas Unidades de Saúde Pública dos ACES.

II. Recomendações genéricas para a comunidade escolar neste 2º Período

Genericamente, é fundamental saber que a estirpe que predomina atualmente em Portugal é a **Ómicron**, muito mais transmissível, e que:

1. **O nível de transmissão da infeção na comunidade, atualmente, é muito elevado**, sendo o risco de contágio muito elevado também, incluindo nas escolas.
2. É essencial **o contributo e responsabilização de todos** para cumprir as medidas de proteção, em simultâneo:
 - 2.1. A **vacinação** é a melhor proteção individual contra a doença grave e morte – fazer a dose de reforço ou iniciar/completar a vacinação de todas as pessoas elegíveis (5 ou mais anos).
 - 2.2. **Uso adequado de máscara.**
 - 2.3. **Testagem regular**, mesmo em vacinados.
 - 2.4. **Redução de interações sociais** – conceito de bolha limitada ao agregado familiar, no local de trabalho ou em lazer, na turma ou grupos menores. Visitas de estudo devem ser evitadas nesta fase da epidemia.
 - 2.5. **Ventilação** adequada dos espaços (salas de aula, corredores de circulação, refeitórios, espaços comuns); reforçar agasalhos, em camadas.
 - 2.6. Ter especial **cuidado** nos momentos de convívio, de refeição e durante a prática de atividade física e durante a utilização do balneário.
 - 2.7. Privilegiar **modalidades desportivas individuais**, às coletivas, e **no exterior**. Evitar, ao máximo, o uso de balneários; se utilizados, cumprir regras sanitárias rigorosas.
 - 2.8. Ter especial **cuidado** nas aulas de música, não utilizando instrumentos de sopro, nesta fase.
3. **Se estiver doente ou se não se sentir bem ou se o seu educando está com sintomas, mesmo que ligeiros:** não vá para a escola ou para o trabalho e faça um teste.

O teste deve ser PCR, num laboratório, ou TRAg de uso profissional, numa farmácia. É possível fazer um teste PCR em saliva, desde que a criança colabore, combinando com o laboratório.
4. **Os casos confirmados de infeção SARS-CoV-2/COVID-19** podem não ter sintomas ou ter sintomas ligeiros. O **período de isolamento** para as **pessoas infetadas** com COVID-19:
 - 4.1. **Assintomáticas ou com sintomas ligeiros**, é de **7 dias**. Estas pessoas não precisam de realizar teste no 7º dia para saírem do isolamento.
 - 4.2. **Com sintomas moderados ou graves** devem contactar o SNS 24 (808 24 24 24), o médico assistente ou o 112. O tempo de isolamento **é de 10 dias, pelo menos**. Estas pessoas não precisam de realizar teste para saírem do isolamento.
5. **Isolar profilaticamente os contactos de alto risco, isto é, coabitantes:**
 - 5.1. São **contactos de alto risco as pessoas que coabitam** com um caso positivo de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19 (exceto se tiveram doença há menos de 180 dias ou tenham

reforço da vacina contra a COVID-19). Portanto, se partilha a mesma habitação com um caso confirmado, deve ficar em casa, salvo nas exceções previstas anteriormente.

- 5.2. **Os contactos de alto risco** ficam em **isolamento profilático durante 7 dias** e devem fazer um primeiro teste até ao 3.º dia e um outro ao 7º dia. Se se mantiverem assintomáticos e ambos os testes forem negativos, podem ter alta do isolamento profilático.

Devem **vigiar** sinais e sintomas durante os 7 dias do isolamento profilático (IP) e nos 7 dias seguintes, até perfazer 14 dias. Se desenvolverem sinais ou sintomas, devem contactar a Linha SNS 24 e fazer teste. Devem continuar a manter medidas de precaução adequadas depois de saírem do isolamento.

6. **Os contactos de baixo risco** mantêm a sua atividade diária habitual, reforçando as medidas de proteção adequadas (uso de máscara, distanciamento, evitar aglomerações e contacto com pessoas de risco acrescido para doença grave, higienização das mãos), e devem fazer um teste o mais cedo possível, idealmente até ao 3.º dia.

Deve ser um teste PCR, realizado num laboratório, ou em alternativa um TRAg de uso profissional.

Se desenvolverem sinais ou sintomas, devem isolar-se imediatamente e contactar a Linha SNS 24 e fazer teste.

7. **É fundamental continuar a proteger-se**, a proteger os colegas, as famílias e as comunidades e os mais vulneráveis: pessoas com doenças crónicas, mais idosos, grávidas e pessoas não vacinadas ou com vacinação incompleta ou sem dose de reforço da vacina contra a COVID-19.
8. Recomenda-se fortemente que os elementos da comunidade educativa (crianças e jovens ou profissionais) **com risco de doença grave**, mesmo vacinados ou que coabitem com pessoas com risco de doença grave, mesmo vacinados, nesta fase, tenham acesso a ensino/aprendizagem não presencial .

III. Obrigações da Escola

1. Garantir que tem o Plano de Contingência atualizado.
2. Garantir que todos cumprem as medidas de prevenção, como o uso obrigatório de máscara, no âmbito das Orientações em vigor.
3. Garantir a boa ventilação das salas e o maior distanciamento possível.
4. Garantir meios de lavagem e higienização das mãos.
5. A escola não deve aceitar a entrada ou permanência de alunos, docentes ou não docentes com doença aguda sugestiva de COVID-19, com sintomatologia respiratória ou gastrointestinal.
6. Todos os diretores de turma (DT), professores ou educadores devem enviar, de imediato, aos pais/Encarregados de Educação (EE), as FAQ – Anexo 1.
7. Sempre que ocorra, **na turma, um novo caso confirmado de SARS-CoV-2/COVID-19**, deve ser comunicado aos EE, o mais rapidamente possível, pelo DT, Professor ou Educador, utilizando o email-tipo - Anexo 2.
8. Quando surge um **caso suspeito em meio escolar**, providenciar para o seu encaminhamento, em segurança, para o local de isolamento na escola e o mais rapidamente possível para o domicílio; se for aluno, contactar o EE.
9. Após terminado o período de isolamento, as **pessoas que tenham estado infetadas com SARS-CoV-2/COVID-19** devem apresentar a Declaração Provisória de Isolamento ou,

eventualmente, o Certificado de Incapacidade Temporária, no caso dos doentes que tiveram que prolongar o isolamento por motivos clínicos.

10. Os **contactos de alto risco de COVID-19** (coabitantes de casos confirmados, exceto se tiveram doença há menos de 180 dias ou tenham dose de reforço da vacina contra a COVID-19) devem apresentar:
 - 10.1. Declaração Provisória de Isolamento ou Declaração de Isolamento Profilático, se eventualmente tiveram de prolongar o período de isolamento;
 - 10.2. Resultado **negativo do teste PCR ou TRAg de uso profissional** (autoteste não é válido para este efeito), **realizado ao 7º dia desde a data da última exposição ao caso confirmado**. Em situações pontuais em que o teste não é realizado ao 7º dia, o período de isolamento prolonga-se -se e o contacto deve:
 - **Efetuar teste até ao 13º dia**. Basta apresentar o resultado do teste PCR ou TRAg de uso profissional (o autoteste não é válido para este efeito), com resultado negativo, para regressar à escola;
 - Cumprir isolamento profilático até ao 14º dia após o último contacto com o caso confirmado, **caso não efetue qualquer teste**, podendo regressar ao 15º dia, sem necessidade de apresentar qualquer teste realizado;
 - Nas situações em que não é possível garantir adequadas condições de isolamento dentro da habitação entre o caso confirmado e o(s) seu(s) coabitante(s), a data da última exposição de alto risco corresponde à data do fim do isolamento do caso confirmado (ou à data do fim do isolamento do último caso confirmado, se mais do que um caso confirmado entre os coabitantes) - exemplo: **pais positivos de bebé ou criança dependente ou criança pequena (negativa ou não testada)**, o isolamento profilático desta criança começa a contar desde o dia da alta do último coabitante positivo, tendo a criança de permanecer em isolamento profilático até ao 7.º dia, se efetuar o teste PCR ou TRAg de uso profissional (realizado por profissionais) ou até ao 14º dia, conforme os pontos anteriores.
11. A escola deve assegurar que o aluno em isolamento **tenha acesso a aulas remotas, de imediato**.
12. A Escola deve colaborar no processo da testagem dos alunos, dos docentes e dos não docentes, articulando com os serviços locais, nomeadamente com as Unidades de Saúde Pública dos ACES, Municípios, Farmácias locais ou Laboratórios.

Elaborado por:

Ana Dinis

António Carlos

Carla Rascôa

Etelvina Calé

Lina Guarda

Maria Helena Almeida

Lisboa aos 17/01/2022

Revisto a 19:01.2022