

# ISCSP

INSTITUTO SUPERIOR DE  
CIÊNCIAS SOCIAIS E POLÍTICAS  
UNIVERSIDADE DE LISBOA



ÁREA DE AVALIAÇÃO E GARANTIA DA QUALIDADE

# GUIA COVID-19

ORIENTAÇÕES E  
PROCEDIMENTOS PARA A  
COMUNIDADE DO ISCSP

ANEXO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

NOVEMBRO, 2021





#### **FICHA TÉCNICA**

##### **TÍTULO**

**Guia COVID-19**

##### **EXECUÇÃO**

Área de Avaliação e Garantia da Qualidade

##### **EDIÇÃO**

Núcleo de Edições  
Área de Edições e Documentação

**2 DE NOVEMBRO DE 2021**

**VERSÃO: 03**

#### **CONTROLO DO MODELO**

##### **ELABORADO:**

AAGQ

##### **CÓDIGO:**

AAGQ-PP-01

##### **REVISTO:**

SV | Coordenadora | AAGQ

##### **APROVADO:**

IS | Vice-Presidente

##### **DATA**

11/11/2019

# Índice

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 1. ENQUADRAMENTO                                 | 4  |
| 2. O QUE SABEMOS SOBRE O COVID-19                | 5  |
| 3. PROCEDIMENTOS GERAIS DE CONTINGÊNCIA NO ISCSP | 7  |
| 4. OUTRAS QUESTÕES                               | 14 |
| 5. DIVULGAÇÃO DO GUIA COVID-19                   | 15 |

1.

## Enquadramento

O presente documento tem por objetivo esclarecer a comunidade ISCSP relativamente aos procedimentos a adotar no âmbito do surto pandémico COVID-19.

## 2.

## O que sabemos sobre o COVID-19

### O que é o Coronavírus – SARS-COV-2?

COVID-19 é o nome, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países. (Fonte: SNS)

### Quais são os sintomas da COVID-19?

Os sintomas mais frequentes são:

- Febre (temperatura  $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$ );
- Tosse;
- Dificuldade respiratória (ex: falta de ar);
- Perda de olfato;
- Perda de paladar.

Outros sintomas associados:

- Dor de garganta;
- Corrimento nasal;
- Dores de cabeça e/ou musculares;
- Cansaço.

### Como é que o SARS-COV-2 se transmite?

Transmite-se por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-COV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

### Que precauções deve ter para se proteger e para prevenir a propagação do vírus?

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após o uso de instalações sanitárias e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deitar os lenços usados nos caixotes do lixo disponíveis para o efeito e lavar/ higienizar 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;

Fique em casa se apresentar algum dos sintomas associados à COVID-19. Cuide da sua saúde e proteja a saúde dos outros.

### O que deve fazer caso apresente febre, tosse e eventual dificuldade respiratória?

Se apresentar febre, tosse e eventual dificuldade respiratória, não se desloque ao ISCSP.

Deverá ligar para a linha SNS24 através do número 808 24 24 24, e seguir as orientações que lhe forem dadas.

Para mais informações de carácter geral poderá consultar o *website* da DGS (Direção Geral de Saúde), através do link:

<https://covid19.min-saude.pt/category/perguntas-frequentes/>

## 3.

## Procedimentos Gerais de Contingência no ISCSP

### Como é feito o acesso às instalações do ISCSP?

#### USO DE MÁSCARA:

- Qualquer pessoa que se dirija ao Instituto deverá ter consigo máscara de proteção facial para aceder às instalações, que deverá estar devidamente colocada, protegendo o nariz e a boca. Sempre que seja necessário retirar a máscara, deverá manter uma distância de segurança para com as outras pessoas que estejam no mesmo espaço;
- O uso de máscara é obrigatório em todas as instalações do ISCSP, incluindo a Praça Monsanto;
- O ISCSP providencia uma máscara por aluno e colaborador, sendo estes responsáveis pela sua higienização regular. As máscaras têm a capacidade inativação do vírus, requerendo apenas lavagem semanal. Como mantêm 99% das suas capacidades de filtragem mesmo após 50 lavagens, garantem a proteção durante todo o ano letivo;
- As máscaras e luvas usadas deverão ser colocadas nos caixotes específicos para o efeito. Estes caixotes encontram-se espalhados por todo o edifício e devidamente assinalados.

#### DESINFECÇÃO DE MÃOS:

- Assim que entra no edifício, deverá desinfetar as mãos com as soluções alcoólicas disponíveis nos dispensadores locais.

**MEDIÇÃO DE TEMPERATURA:**

- Aquando da entrada no edifício, recomenda-se a auto medição da temperatura corporal, a qual pode ser feita no dispensador automático de solução alcoólica. Este equipamento tem a dupla capacidade de higienização de mãos e medição de temperatura no pulso, alertando no caso de a temperatura corporal estar elevada;
- Existe ainda um ponto para medição voluntária de temperatura corporal localizado na sala Monsanto de forma a garantir uma maior privacidade.

**SINALÉTICA PARA CIRCULAÇÃO:**

- Deve respeitar-se as indicações de circulação no edifício transmitidas na sinalética temporária para o efeito.

**Quais os equipamentos e produtos que o ISCSP disponibiliza para a prevenção e controlo da transmissão por COVID-19?**

- Produto desinfetante de mãos que está disponível em sítios estratégicos e devidamente assinalados;
- Máscaras cirúrgicas para utilização por parte dos colaboradores e máscaras reutilizáveis distribuídas a todos os alunos;
- Contentores de resíduos com pedal e saco de plástico;
- Equipamentos e materiais adequados para a limpeza e desinfeção de superfícies de toque frequente

**Como é realizada a limpeza e desinfeção das instalações?**

O ISCSP responsabiliza-se por realizar um reforço na limpeza e desinfeção dos espaços seguindo as seguintes orientações:

- Desinfeção frequente de corrimãos, maçanetas de portas, botões de elevador, interruptores, e outras superfícies de uso coletivo;
- Desinfeção regular dos espaços comuns.

**Como deve proceder no caso de utilizar equipamentos de utilização comum?**

Sempre que utilizar os equipamentos disponíveis no Instituto, como as máquinas de café, os micro-ondas e a caixa de multibanco, deverá desinfetar as mãos com a solução alcoólica disponibilizada em cada local.

### Quais são as normas aplicáveis às salas de aula?

- É obrigatório o uso de máscara, recomendando-se a utilização da máscara reutilizável distribuída no início do ano letivo, quer pelas garantias de proteção que assegura, quer pelos benefícios ambientais que daí resultam;
- Nas salas, devem ser respeitadas as sinaléticas existentes, por forma a manter as medidas de distanciamento necessárias;
- Deve ser promovida a higienização das mãos antes da entrada em cada sala e à saída. Para o efeito, deverá utilizar álcool gel dos dispensadores que se encontram perto dos elevadores e no início do corredor, em cada um dos pisos.

### Quais são as normas aplicáveis aos espaços de refeição, de espera e de convívio no edifício e no espaço exterior (esplanadas)?

Aquando da utilização destes espaços, a distância de segurança deverá ser mantida entre os vários utilizadores. Para o efeito:

- Deve respeitar-se a disposição de mesas e cadeiras por forma a manter as medidas de distanciamento necessárias;
- As mesas e cadeiras serão limpas e desinfetadas com frequência, no respeito das normas emitidas pela DGS;
- O distanciamento social mantém-se em todos os espaços do ISCSP e os aglomerados, seja na Praça Monsanto ou quaisquer outros espaços públicos do ISCSP, ficam restritos ao que for estipulado pela DGS e serviços competentes no momento.

### Quais as medidas a vigorar na utilização do espaço do Bar?

- O horário de funcionamento encontra-se estabelecido entre as 07h30 e as 21h00;
- Deve respeitar-se a disposição de mesas e cadeiras por forma a manter as medidas de distanciamento necessárias;
- É proibido usar o espaço do bar para outros fins que não as refeições;
- Cada utilizador deverá permanecer no espaço por um tempo máximo de 30 minutos, para que se possa garantir a segurança sanitária e para que todos tenham oportunidade de usufruto do espaço, devido à redução do número de lugares;
- Sempre que se partilhe espaço o exterior para fumar e sempre que implique a retirada da máscara, deve manter uma distância de segurança em relação aos utilizadores que partilhem o mesmo espaço e afastar-se das portas de acesso ao edifício ou corredores de circulação.

### Quais são as normas aplicáveis ao espaço da Biblioteca?

- O horário de funcionamento da Biblioteca encontra-se compreendido entre as 09h00 e as 20h00;
- O acesso à Biblioteca encontra-se sujeito à utilização de máscara por parte de cada utilizador;
- O acesso às salas de leitura só será permitido mediante agendamento prévio através do e-mail [biblioteca@iscsp.ulisboa.pt](mailto:biblioteca@iscsp.ulisboa.pt) ;
- As salas de grupo funcionarão com agendamento prévio, exclusivamente para os alunos que não disponham de equipamento informático para acompanhamento das aulas a distância;
- Todos os utilizadores deverão proceder à desinfeção das mãos antes de utilizar qualquer material disponível para utilização comum nas Salas de Leitura;
- Serão disponibilizados computadores nas Salas de Leitura, em número limitado e mediante agendamento prévio;
- Sempre que qualquer utilizador pretenda requisitar uma determinada obra disponível no Catálogo Online, poderá fazê-lo no Balcão da Receção. A obra será recolhida pela equipa técnica presente e disponibilizada no mesmo local;
- Os prazos de entrega dos elementos requisitados mantêm-se os previstos no Regulamento de utilização da Biblioteca;
- Todos os requerentes devem ser responsáveis pelas condições de utilização e manuseamento das obras requisitadas;
- Após a consulta de qualquer obra, a mesma deverá ser colocada nos locais assinalados para o efeito nas salas de leitura;
- Após a consulta/devolução de qualquer obra, a mesma será devidamente desinfetada, para que possa ser novamente utilizada. Qualquer posterior requisição respeitará um período não inferior a 48 horas.

### Quais são as normas aplicáveis ao espaço do Centro de Cópias?

- O horário de atendimento do Centro de Cópias encontra-se estabelecido no período compreendido entre as 10h30-13h00; 14h00-18h00;
- É obrigatório o uso de máscara de proteção individual e a higienização das mãos à entrada no dispensador de álcool gel à disposição;
- O acesso ao Centro de Cópias encontra-se devidamente sinalizado, devendo ser respeitada a distância de segurança e a respetiva sinalética no local;
- No interior do Centro de Cópias os utilizadores devem cumprir as indicações que forem transmitidas pela equipa técnica presente;
- O sistema de pagamentos mantém-se conforme procedimento usual, no Balcão da Livraria;

- Nas demais matérias devem ser cumpridas as indicações e normas de higiene e segurança definidas pela Direção Geral de Saúde;
- Para mais informações e esclarecimentos o e-mail mantém-se como o meio preferencial de contacto: [centrocopias@iscsp.ulisboa.pt](mailto:centrocopias@iscsp.ulisboa.pt).

### Quais são as normas aplicáveis ao espaço da Livraria?

- O horário de atendimento da Livraria encontra-se estabelecido no período compreendido entre as 10h30-13h00; 14h00-18h00;
- É obrigatório o uso de máscara de proteção individual e a higienização das mãos à entrada;
- O acesso à Livraria encontra-se devidamente sinalizado, devendo ser respeitada a distância de segurança e a respetiva sinalética no local;
- No interior da Livraria, os utilizadores devem cumprir as indicações que forem transmitidas pela equipa técnica presente;
- O pagamento através de cartão *contactless* (por aproximação ao terminal) é o meio de pagamento preferencial;
- Nas demais matérias devem ser cumpridas as indicações e normas de higiene e segurança definidas pela Direção Geral de Saúde;
- Para informações e esclarecimentos o e-mail mantém-se como o meio preferencial de contacto: [livraria@iscsp.ulisboa.pt](mailto:livraria@iscsp.ulisboa.pt).

### Como entrar em contacto com o Serviço de Apoio COVID-19?

Através do número 213 619 439, o qual está disponível em permanência (24h/7 dias semana).

- E-mail do serviço: [saog@iscsp.ulisboa.pt](mailto:saog@iscsp.ulisboa.pt)

### Quais as medidas a adotar pelo ISCSP no caso de existir alguém com sintomas da COVID-19?

Qualquer membro da comunidade ISCSP que apresente sintomas de COVID-19 dentro das instalações, deverá contactar de imediato o Serviço de Apoio COVID-19, e deslocar-se para a Sala de Isolamento seguindo o circuito definido na sinalética.

### Onde se localiza a Sala de Isolamento?

A Sala de Isolamento localiza-se no piso -2 (Garagem) e o acesso à mesma deve ser feito pelo exterior das instalações.

### Como está equipada a Sala de Isolamento?

A sala de isolamento está equipada nos termos das indicações do Plano de Contingência da Universidade de Lisboa.

A sala encontra-se equipada com um *kit* de proteção individual com:

- Máscara e luvas descartáveis;
- Termómetro;
- Solução antisséptica para desinfeção;
- Garrafas de água;
- Comprimidos de Paracetamol.

### Qual deverá ser o circuito para a entrada e saída da sala de isolamento?

O circuito a seguir para aceder à sala de isolamento é o seguinte:

O colaborador/aluno deve dirigir-se ao Piso 0 e sair pela porta principal e deslocar-se ao acesso à garagem. Ao entrar na garagem deverá entrar na porta à direita devidamente identificada como Sala de Isolamento.

Quando sair da Sala de Isolamento deverá seguir o circuito inverso.

Em caso de necessidade de acesso por parte de viaturas de emergência médica às instalações, deverá ser seguido o mesmo percurso.

### Quais os procedimentos a adotar na Sala de Isolamento?

- Verificar a temperatura;
- Tomar os comprimidos de Paracetamol, caso se confirme a febre;
- Deve usar as luvas e a máscara, verificando se a mesma se encontra bem ajustada (ajustar a máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face);
- Sempre que a máscara estiver húmida deverá ser substituída por outra;
- Sempre que substituir as luvas, máscaras e outros materiais que possam estar contaminados (lenços de papel descartáveis, toalhetes) deve depositá-los dentro de contentor de lixo existente no interior da sala. O contentor estará devidamente forrado com saco de cor branca e identificado;
- Na sala existe um telefone com ligação externa para que a pessoa em isolamento possa entrar em contacto imediato com a Linha Saúde 24 – 808 24 24 24 dando conta do seu estado de saúde. O profissional de saúde do SNS 24 questionará o doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19;
- No período em que o utilizador se encontrar na sala de isolamento o ISCSP providenciará todo o apoio adicional caso se verifique necessário, designadamente reforço alimentar;
- O contacto entre a pessoa em isolamento e os responsáveis pelo Plano de Contingência do ISCSP deverá ser efetuado por via telefónica.

### Quais os procedimentos e resposta de atuação por parte do ISCSP perante um caso confirmado de COVID-19?

Qualquer pessoa com resultado de teste laboratorial positivo para SARS-Cov-2 fica em isolamento, sendo determinado pela Autoridade de Saúde o confinamento obrigatório, de acordo com a legislação vigente e deverá informar o Serviço de Apoio COVID-19.

Perante o conhecimento de caso confirmado, o ISCSP:

- Reforça a limpeza e desinfecção das instalações em geral do Instituto, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo caso confirmado.
- Garante que o Serviço de Apoio ao COVID, em articulação com as Autoridades de Saúde, identificam os contactos do caso confirmado de COVID 19.

### Quais os procedimentos adotados pelo ISCSP para deteção ativa e precoce de casos de infeção por SARS-CoV-2.

O ISCSP procede à deteção ativa e precoce de casos de infeção por SARS-CoV-2 mediante três ações principais:

- Identificação de potenciais contactos — sempre que estamos perante um caso confirmado;
- Rastreios — em trabalhadores assintomáticos através de rastreios regulares, nomeadamente testes rápidos antigénio —TRAg a toda a comunidade educativa;
- Vigilância de saúde dirigida/específica – previamente à realização do teste, o ISCSP (através dos serviços de saúde da ULisboa) envia um questionário clínico e epidemiológico nas 24 a 72 horas anteriores ao respetivo exame. Se durante o exame de saúde for identificado um caso suspeito de infeção por SARS-CoV-2 ou um contacto de alto risco deve, o ISCSP encaminhará a pessoa para a realização de um teste PCR.

### Quais as medidas a aplicar aos alunos em caso de “quarentena domiciliária”?

Nos casos em que se verifique a necessidade de aplicar medidas de “quarentena domiciliária”, durante 14 dias, devem ser adotados os seguintes procedimentos:

- Disponibilizar, através da plataforma de *e-learning* ou por e-mail, os elementos de apoio às aulas, considerados relevantes para o acompanhamento das mesmas à distância.

4.

## Outras questões

Questões não abrangidas por este documento serão tratadas em sede competente.

O presente documento será revisto sempre que se considere oportuno.

## 5.

# Divulgação do Guia COVID-19

Este guia estará disponível no *website* do ISCSP até ser oficialmente declarado o fim do surto pandémico pelas entidades competentes, sendo integrado como anexo ao Plano de Contingência do ISCSP.

**WWW.ISCSP.ULISBOA.PT**