

# Considerações operacionais para evitar a transmissão de COVID-19 em escolas em ambientes fora dos EUA

Accessible version: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/schools.html>

## Contexto

As escolas são uma parte essencial da infra-estrutura das comunidades. As escolas oferecem ambientes de aprendizagem seguros e acolhedores aos alunos, apoiando o desenvolvimento social e emocional, bem como acesso a serviços essenciais, como programas de merenda escolar e serviços de saúde mental e comportamental que contribuem para melhores vidas. Entre os benefícios que as escolas oferecem às comunidades incluem-se oportunidades de emprego e permitir que pais, responsáveis e cuidadores trabalhem. Vários estudos têm mostrado que as taxas de transmissão em ambientes escolares com várias estratégias de prevenção estão em vigor são normalmente mais baixas – ou semelhantes – aos níveis de transmissão na comunidade.

O resumo científico dos CDC sobre [Transmissão do SARS-CoV-2 em escolas de ensino fundamental e médio e programas de cuidado e educação na primeira infância](#) resume as evidências sobre COVID-19 entre crianças e adolescentes e o que se sabe sobre a prevenção da transmissão em escolas e programas de educação e de cuidados infantis. Esta orientação identifica várias estratégias de prevenção que as escolas podem implementar numa abordagem em níveis para promover uma aprendizagem e cuidados pessoais mais seguros em ambientes fora dos Estados Unidos. Em colaboração com as autoridades locais de saúde pública, os administradores escolares devem considerar vários factores, incluindo a transmissão da COVID-19 na comunidade local ao implementar estratégias de prevenção em níveis contra a COVID-19.

## Estratégias de prevenção em níveis

As estratégias de prevenção nas escolas podem ser organizadas numa das três categorias descritas a seguir. As estratégias de prevenção em cada categoria devem ser “dispostas” umas sobre as outras para reduzir o risco geral de transmissão da COVID-19 em alunos e pessoal de apoio da escola.

- **Estratégias pessoais:** Comportamentos das pessoas para se protegerem a si próprias e às que estão ao seu redor
- **Estratégias administrativas:** Processos e políticas que mantêm as pessoas seguras
- **Estratégias ambientais:** Estruturas físicas implementadas para distanciar as pessoas dos perigos

Embora algumas ideias possam não ser viáveis em todos os ambientes, as escolas podem utilizar tantas estratégias quanto possível. O pessoal de apoio da escola e os membros da comunidade devem estar envolvidos no processo de planeamento e implementação para que as medidas de prevenção sejam bem-sucedidas. As ideias abaixo podem ser adaptadas para se ajustarem ao contexto local, envolvendo as populações locais no processo de planeamento e tomada de decisão.

## Estratégias de prevenção pessoal

As seguintes estratégias pessoais são comportamentos que o pessoal de apoio da escola e os alunos podem utilizar para se protegerem a si próprios e a outras pessoas ao seu redor.

## **Vacinação**

Todos os professores, pessoal de apoio e alunos elegíveis para receber a vacinação contra a COVID-19 devem fazê-lo para se protegerem contra a infecção e para evitarem ficar gravemente doentes com a COVID-19 e reduzir a transmissão. A vacinação é uma das estratégias de prevenção mais importantes e tem de ser abordada nas directrizes da escola destinadas a educadores, pessoal de apoio da escola e alunos.



**[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)**

[www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/schools.html)

## **Máscaras e higiene respiratória**

- **Usar uma máscara** quando o distanciamento físico de 1 metro não for possível e especialmente quando os indivíduos estiverem em ambientes fechados com pouca ventilação (como uma sala de aula cheia) O uso consistente e correcto da máscara protege tanto as pessoas que as usam como as pessoas ao seu redor. As crianças com idade inferior a 2 anos ou qualquer pessoa que tenha dificuldade em respirar, esteja inconsciente, incapacitada ou por outro motivo seja incapaz de retirar a máscara sem assistência, não devem utilizar máscaras.
- **Cobrir a tosse e os espirros** utilizando um cotovelo ou um lenço de papel quando não se estiver a utilizar uma máscara. Deitar fora o lenço de papel e lavar imediatamente as mãos com sabão e água ou uma solução contendo pelo menos 60% de álcool. Os alunos devem ser frequentemente recordados que não devem tocar nos olhos, no nariz, na boca ou nas máscaras.
- **Ficar em casa quando se estiver doente ou após contacto próximo com alguém que esteja doente.** [Se um aluno ou membro do pessoal de apoio estiver doente](#), não deve ir à escola. Se houver suspeita ou confirmação de COVID-19, os alunos e pessoal de apoio devem isolar-se em casa até deixarem de estar doentes e tenham passado 3 dias sem apresentarem febre e 10 dias desde o dia em que os sintomas começaram.

## **Medidas comunitárias destinadas a aumentar o distanciamento físico**

- Na medida do possível, **manter uma distância de 1 metro** entre pessoas que não moram juntas.
  - Os alunos das escolas primárias e secundárias devem estar a pelo menos 1 metro de distância nas salas de aula.
  - Em áreas com transmissão significativa na comunidade, os alunos das escolas secundárias devem manter pelo menos 2 metros de distância nas salas de aula.
- No transporte de ida e volta para a escola, criar distância entre as crianças (por exemplo, colocar uma criança por fila no assento, intervalar filas), quando possível.
- **Manter distância entre o pessoal de apoio e outras pessoas em espaços partilhados (por exemplo, salas de descanso, entradas e saídas, casas de banho) e transporte partilhado de e para a escola (por exemplo, [transporte pessoal de apoio ou público](#)) para diminuir o risco.**

## **Estratégias de prevenção ambiental**

As seguintes estratégias ambientais são formas de o pessoal de apoio da escola alterar o ambiente físico para prevenir a disseminação da COVID-19.

### **Ventilação**

Estratégias de mitigação da ventilação [podem reduzir o número de partículas de vírus no ar, o que reduz a probabilidade de propagação de doenças](#). Abaixo estão as formas de melhorar a ventilação na sua escola:

- Se possível, **realizar aulas ao ar livre** para promover distanciamento físico e aumentar a ventilação.
- **Abrir janelas ou portas** (quando for seguro) para aumentar a circulação do ar externo.
- Dar nova utilização a espaços grandes, como refeitórios e pavilhões, usando-os como **salas de aula temporárias**.
- Diminuir a ocupação em áreas onde o aumento da ventilação não é viável.

### **Sugestões para distanciamento físico, higiene das mãos e higiene respiratória**

Abaixo encontram-se formas de utilizar sugestões ambientais para promover estratégias de prevenção:

- **Posicionar assentos ou mesas** com pelo menos 1 metro de distância, sempre que possível. Fornecer indicações físicas como fita adesiva ou giz para orientar o espaçamento.
- Virar todas as **secretárias e mesas na mesma direcção**. Pedir aos alunos para se sentarem apenas num dos lados da mesa.
- Colocar sinais para encorajar o distanciamento físico ( $\geq 2$  metros) tanto quanto possível.

- Adicionar **indicações visuais** (tinta, giz ou fita adesiva no solo ou afixação de sinais) para indicar o distanciamento físico adequado para os pais no ponto onde estes deixam/recolhem os alunos na escola.
- Afixar sinais lembrando o pessoal de apoio e os alunos que devem usar máscaras. Fornecer informações aos alunos e às suas famílias sobre [como utilizar e retirar as máscaras de forma adequada](#).
- Colocar sinais a indicar ao pessoal de apoio e aos alunos [como cobrir a tosse e os espirros](#).
- Colocar sinais visuais que incentivem a higiene frequente das mãos, especialmente em [momentos importantes](#), e fornecer [instruções para uma higiene das mãos adequada](#).
- Garantir amplo **acesso às instalações de higiene das mãos**, colocando estações de higiene das mãos nas entradas, saídas, dentro das salas de aula e num perímetro de 5 metros de casas de banho/latrinas.
  - Incentivar todos os professores, pessoal de apoio e alunos a lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos após utilizar a casa de banho. Afixar avisos na casa de banho lembrando-os de lavar as mãos.

### **Estratégias de prevenção administrativa**

As seguintes estratégias administrativas são formas de o pessoal de apoio da escola ajustar as políticas e operações da escola para evitar a disseminação da COVID-19. Os administradores escolares podem rever e preencher a [Ferramenta de Preparação e Planeamento Escolar](#) dos CDC para ajudar a proteger os alunos e o pessoal de apoio e as comunidades escolares a retardar a disseminação da COVID-19.

#### ***Identifique um ponto de contacto designado***

- Designar um **membro do pessoal**, por exemplo o/a enfermeiro/a da escola, como **responsável por responder a perguntas sobre a COVID-19**. Todo o pessoal de apoio da escola e as famílias devem saber quem é essa pessoa e como contactá-la.
- Dar formação ao ponto de contacto designado e/ou outros membros da equipa sobre [protocolos de rastreio de contacto](#) e garantir que conseguem realizar actividades de rastreio de contactos, conforme necessário.

#### ***Limitar interações pessoais***

- Restringir a proximidade entre diferentes grupos de alunos e professores.
- Assegurar-se de que **o mesmo grupo de alunos (coorte/grupos) permanece junto todos os dias** com o mesmo pessoal/professor (por exemplo, sem mudança de turno) tanto quanto possível e limite a interacção com outras aulas, pessoal de apoio e professores (por exemplo, marcar intervalos e refeições em momentos diferentes).
- Restringir actividades extracurriculares, viagens de estudo e eventos e aglomerações inter-grupos.
- Restringir a entrada de pais, visitantes não essenciais e voluntários na escola.
- Modificar os horários escolares:
  - **Escalonar os horários de chegada e saída** e intervalos de aula.
  - Alargar os horários: programar a presença de alguns alunos nas aulas de manhã, outros à tarde, etc.
  - Alargar a semana escolar: programe a presença de alguns alunos em determinados dias (por ex., segunda, quarta, sexta-feira) e outros noutros dias (por ex., terça, quinta, sábado).
- Sensibilizar e incentivar pais, alunos e pessoal de apoio a não se reunirem/socializarem quando chegam/saem da escola e durante os intervalos das aulas.

#### ***Políticas escolares para promover a prevenção***

- **Exigir que todo o pessoal de apoio e alunos** usem uma máscara facial enquanto estiverem nas dependências da escola.
- Incentivar os membros da família a usarem máscaras faciais durante a entrega e recolha de alunos.
  - Os alunos jovens podem não compreender ou não respeitar a utilização de máscaras durante todo o dia. Nestas circunstâncias, **é importante dar prioridade à utilização de máscaras durante a chegada/partida, transições nos corredores, idas à casa de banho** e outros espaços frequentes e em quaisquer outros momentos em que o distanciamento físico possa ser difícil. .

- Se possível, **fornecer máscaras aos alunos**. Tal pode passar por fornecer tecido para os alunos fazerem máscaras, tornar as máscaras parte do uniforme escolar ou colaborar com empresas locais/organizações sem fins lucrativos para fazer e vender máscaras para os alunos.
- Tornar a higiene das mãos obrigatória à entrada e saída da escola.
- Criar um horário para a higiene frequente das mãos, especialmente no caso das crianças mais novas.
- Elaborar políticas para que alunos e pessoal de apoio fiquem em casa se tiverem testes positivos ou se apresentarem sintomas da COVID-19, se estiverem a cuidar de um familiar doente ou se tiverem estado em contacto próximo com alguém que esteja doente.
- Desenvolver **políticas flexíveis de assiduidade e licença por doença** para incentivar os alunos e o pessoal de apoio [aficar em casa quando estiverem doentes](#), ou após [contacto próximo com alguém que esteja doente](#). Desincentivar a utilização de prémios de “assiduidade perfeita”.
- Assegurar que o pessoal de apoio não perde salários enquanto estiver em isolamento ou em quarentena.
- Certificar-se de que os alunos que recebem refeições na escola continuam a receber apoio alimentar enquanto estiverem isolados ou em quarentena em casa.
- Existência de um plano para a [eventualidade de um aluno ou membro do pessoal de apoio apresentar sinais ou sintomas de doença infecciosa consistentes com COVID-19 na escola](#).
- Garantir que existe um espaço para isolar temporariamente, de forma segura e confidencial, os alunos e pessoal de apoio que adoecerem ou desenvolverem sintomas da COVID-19 durante o dia até que possam ir para casa.

### **Teste de rastreio na escola**

O teste de rastreio constitui um nível crítico de prevenção que identifica as pessoas infectadas com COVID-19, incluindo aquelas com ou sem sintomas. As pessoas que não foram totalmente vacinadas e os alunos, professores e pessoal de apoio devem ser testados com frequência para prevenir a transmissão da COVID-19. [As pessoas totalmente vacinadas](#) que tiveram contacto próximo com alguém com suspeita ou confirmação da COVID-19 devem ser testadas 3 a 5 dias após a exposição e usar máscara em ambientes públicos interiores durante 14 dias ou até que tenham um resultado de teste negativo.

O teste de rastreio é particularmente útil em áreas com [níveis moderados, substanciais e altos de transmissão na comunidade](#), baixa cobertura de vacinação e em escolas onde outras estratégias de prevenção não podem ser implementadas.

### **Higiene das mãos**

- **Lavar as mãos com água e sabão.** Água e sabão são eficazes contra a COVID-19. Deve ser utilizada a água mais potável disponível (idealmente de uma [fonte tratada](#)) para a lavagem das mãos, e todos os tipos de sabão (sabão em barra, líquido e em pó) são eficazes para evitar a COVID-19.
- Se as mãos não estiverem visivelmente sujas e não houver água disponível, **limpe as mãos com um [para mãos à base de álcool \(60% de teor de álcool\)](#)**. Pode ser uma alternativa a lavar as mãos com água e sabão.
- Se não houver sabão e água ou géis à base de álcool ou se não for exequível usá-los, **a lavagem das mãos com solução de cloro a 0,05%** pode ser uma opção temporária. A solução tem de ser preparada diariamente usando [as instruções aqui disponibilizadas](#). Devido à possibilidade de maior irritação, as crianças não devem utilizar solução de cloro na lavagem das mãos e todos devem evitar que a solução esteja próxima dos olhos ou da boca.

As escolas podem apoiar uma boa higiene das mãos fazendo o seguinte:

- **Ensinar e reforçar a higienização frequente das mãos entre alunos e pessoal.** Certificar-se de que os alunos e o pessoal de apoio lavam as mãos quando entram e saem; após os intervalos; depois de assoarem o nariz, espirrarem ou tossirem; antes e depois das refeições; depois de irem à casa de banho; e noutros [momentos importantes](#).
- **Limpar** as superfícies tocadas com frequência (como equipamento de brincar, maçanetas, torneiras) regularmente. A utilização de objectos partilhados tem de ser limitada quando possível. Se forem utilizados objectos partilhados, os alunos devem lavar as mãos ou utilizar desinfectante para as mãos antes e depois da utilização.

## Considerações adicionais

### ***Educação e formação para o pessoal de apoio da escola***

Fornecer materiais de instrução e formação a todo o pessoal, incluindo professores substitutos e outro pessoal de apoio temporário, sobre:

- [Sintomas da COVID-19](#) e [como se dissemina](#).
- Riscos de exposição no local de trabalho e como professores e pessoal de apoio podem [proteger-se](#).
- Níveis de risco para diferentes populações dependendo da idade e condição médica.
- [Lavagem adequada das mãos](#).
- [Desinfecção e limpeza](#).
- [Etiqueta da tosse e espirros](#).
- [Visão geral do teste de rastreio](#).
- [Estratégias de testagem do SARS-CoV-2](#).
- Outras precauções de controlo de infeção de rotina (por exemplo, colocar ou tirar [máscaras](#), medidas de distanciamento social).
- Procedimentos a serem seguidos quando um membro do pessoal de apoio fica doente ou é exposto a alguém que está potencialmente doente.
  - As pessoas sintomáticas devem imediatamente [isolar-se](#) de outros alunos e pessoal
  - Uma pessoa infectada pode transmitir SARS-CoV-2 a partir de 2 dias antes de apresentar qualquer sintoma (ou, no caso de doentes assintomáticos, 2 dias antes da data de recolha da amostra positiva), até que cumpra os critérios para [descontinuação do isolamento domiciliário](#).

### ***Prevenção para crianças mais novas***

Incentivar actividades recreativas que promovam estratégias de prevenção:

- Organizar brincadeiras e actividades físicas ao ar livre tanto quanto possível.
- Supervisionar as crianças para garantir que não se reúnam em grandes grupos.
- Incentivar actividades de revezamento, como o jogo da macaca.
- Dividir as áreas comuns em secções para que mais de uma criança possa brincar ao mesmo tempo, mas separadamente – por exemplo, uma área com areia grande.
- Incentivar actividades que não envolvam contacto físico.
- Garantir uma boa higiene das mãos após o recreio.

### ***Estratégias de rastreio de contacto***

O rastreio de contactos de pessoal de apoio e alunos é uma estratégia eficaz para identificar e isolar casos e contactos próximos para reduzir a transmissão da COVID-19. Alunos, pessoal de apoio e educadores que não foram vacinados e tiveram contacto próximo com uma pessoa diagnosticada com COVID-19 estão em maior risco de infeção por SARS-CoV-2. É importante a familiarização com leis, regulamentações, directrizes e políticas aplicáveis, incluindo em matéria de privacidade e outros recursos para apoiar a investigação de casos e rastreio de contactos nas escolas de forma apropriada. O rastreio de contactos, em combinação com quarentena, isolamento, limpeza e desinfecção, também são níveis importantes de prevenção para manter as escolas seguras.

**O rastreio de contactos** refere-se ao processo que consistem em:

- Notificar contactos sobre a exposição a um contacto próximo (alguém que esteve a 2 metros ou menos de um doente confirmado por laboratório ou provável doente COVID-19 por um total acumulado de 15 minutos ou mais num período de 24 horas),
- Indicar contactos para teste de SARS-CoV-2 e
- Incentivar os contactos à auto-quarentena (14 dias a partir da última exposição).

As estratégias de rastreio de contactos podem ser optimizadas para maximizar o uso eficiente de recursos limitados:

**Investigação de caso** é o processo de confirmar que a pessoa com caso está ciente do resultado positivo do teste e, depois, entrevistar a pessoa com o caso para obter nomes e informações de localização de contactos próximos. A investigação de caso é recomendada para:

- Casos laboratoriais prováveis e confirmados
- Contactos com maior risco de transmissão (aqueles com maior probabilidade de serem infectados)
- Notificação e quarentena de contactos próximos, com prioridade para os contactos expostos nos 6 dias após a entrevista de investigação de caso para maximizar o potencial de redução da propagação do vírus

**A investigação da fonte** (também conhecida como rastreio de contactos reverso) passa por verificar os **14 dias anteriores ao início dos sintomas** ou da data de recolha da amostra (no caso de casos assintomáticos) para identificar pessoas, lugares e eventos ou aglomerações que podem ter sido a fonte da infecção para a pessoa com COVID-19. Além disso, a investigação da fonte é útil para:

- Identificar casos adicionais que podem não estar diagnosticados, melhorar a detecção de grupos (dois ou mais casos que estão epidemiologicamente ligados) e surtos.
- Quando os casos diminuem significativamente e o foco passa para a identificação de casos restantes ou fontes de transmissão em grupo

### **Outras considerações**

- Os pais ou prestadores de cuidados devem ser fortemente incentivados a monitorizarem as respectivas criança [sem relação a sinais de doenças infecciosas, incluindo a COVID-19](#) todos os dias.
- Os alunos devem poder contar com programas de alimentação escolar. Se forem fornecidos na escola refeições ou alimentos complementares, considere:
  - Distribuição de refeições e alimentos suplementares embalados.
  - Se forem servidas refeições quentes, faça com que apenas uma pessoa sirva a comida.
  - Os distribuidores de alimentos devem utilizar máscara faciais e lavar as mãos antes de calçar luvas.
  - Certificar-se de que, ao fazerem fila para comer, os alunos mantêm a distância física e usam máscaras faciais.
  - Certificar-se de que os alunos lavam as mãos ou utilizam géis à base de álcool antes das refeições.
  - As refeições devem decorrer nas salas de aula ou ao ar livre, em vez de em refeitórios