

Considerações operacionais para evitar a transmissão da 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 infraestrutura 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 alimentação 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 em vigor são normalmente mais baixas ou semelhantes ao que ocorre na sociedade em geral.

O resumo científico dos CDC sobre [Transmissão do SARS-CoV-2 em escolas do ensino básico e programas de cuidado e educação na primeira infância](#) resume as evidências sobre a 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 fatores, 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



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

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19

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 infeção 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 diretrizes da escola destinadas a educadores, pessoal de apoio da escola e alunos.

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 correto da máscara protege as pessoas que as usam e as pessoas ao seu redor. As crianças com idade inferior a dois anos ou qualquer pessoa que tenha dificuldade em respirar, esteja inconsciente, esteja 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. Descartar 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.
- **Fique em casa quando estiver doente, ou após contacto próximo com alguém que esteja doente.** Se um aluno ou membro do pessoal auxiliar estiver doente, não deve frequentar a escola. Se houver suspeita ou confirmação de presença da COVID-19, os alunos e funcionários devem [autoisolar-se em casa até que pelo menos 5 dias](#) tenham passado desde o aparecimento dos primeiros sintomas (passaram pelo menos 24 horas desde a última febre sem o uso de medicamentos para baixar a febre e os sintomas melhoraram). O isolamento pode ser alargado para 10 a 20 dias, dependendo da gravidade da doença ou até que os critérios nacionais de interrupção do isolamento sejam cumpridos.

Medidas comunitárias destinadas a aumentar o distanciamento físico

- Na medida do possível, **manter uma distância de 1 metro** entre pessoas que não residem 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 de pessoal de apoio ou do 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

[As 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 apresenta-se 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 interno.
- 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 são apresentadas formas de utilizar sugestões ambientais para promover estratégias de prevenção:

- **Posicionar assentos ou mesas** a pelo menos 1 metro de distância entre si, sempre que possível. Implementar indicações físicas como fita adesiva ou giz para orientar o espaçamento.
- Virar todas as **secretárias e mesas na mesma direção**. Pedir aos alunos que se sentem em apenas num lado da mesa.
- Colocar sinais para encorajar o distanciamento físico tanto quanto possível.

- Implementar **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 postos 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 a necessidade de lavar as mãos.

Estratégias de prevenção administrativa

As seguintes estratégias administrativas são formas de o pessoal de apoio da escola adaptar as políticas e as 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..

Identificar 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 a outros membros da equipa sobre [protocolos de rastreio de contacto](#) e garantir que conseguem realizar atividades de rastreio de contactos, conforme necessário.

Limitar as 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 turmas) tanto quanto possível e limite a interação com outras turmas, pessoal de apoio e professores (por exemplo, programar intervalos e refeições em momentos diferentes).
- Restringir atividades 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: programar 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 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 noutros 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 no que se refere a produzir e vender máscaras destinadas aos 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 a [ficar em casa quando estiverem doentes](#), ou após [contacto próximo com alguém que esteja doente](#). Desencorajar o uso 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 a COVID-19 na escola.](#)
- Garantir que existe um espaço para isolar temporariamente, de forma segura e confidencial, os alunos e o 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 infetadas com a COVID-19, incluindo aquelas com ou sem sintomas. As pessoas que não estão totalmente vacinadas e alunos, professores e funcionários devem ser testados com frequência para evitar mais transmissão da COVID-19. [As pessoas totalmente vacinadas](#) que entraram em contacto próximo com alguém com suspeita ou confirmação da COVID-19 devem [fazer o teste pelo menos 5 dias após o seu último contacto próximo](#), usar uma máscara devidamente ajustada durante 10 dias completos e tomar precauções até ao dia 10 após o contacto próximo ou até terem um resultado negativo num teste.

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. Na lavagem das mãos deve ser utilizada a água mais potável disponível (idealmente de uma [fonte tratada](#)). 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 com um [produto à base de álcool](#) (com pelo menos 60% de teor alcoólico)**. Este processo pode ser usado em 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 deve ser preparada diariamente](#). Devido à possibilidade de maior irritação, as crianças não devem utilizar solução de cloro na lavagem das mãos e todas as pessoas devem evitar que a solução se aproxime 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 para brincar, maçanetas, torneiras) regularmente. A utilização de objetos partilhados tem de ser limitada quando possível. Se forem utilizados objetos partilhados, os alunos devem lavar as mãos ou utilizar desinfetante 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 relativa a 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
 - [Isolar-se até que pelo menos 5 dias tenham passado desde que os sintomas apareceram pela primeira vez](#) (passaram pelo menos 24 horas desde a última febre sem o uso de medicamentos para baixar a febre e os sintomas melhoraram). O isolamento pode ser alargado para 10 a 20 dias, dependendo da gravidade da doença ou até que os critérios nacionais de interrupção do isolamento sejam cumpridos. [A infeciosidade atinge o máximo cerca de um dia antes do início dos sintomas e diminui na semana após o início dos sintomas](#), existindo um período médio de infeciosidade e risco de transmissão nos 2 a 3 dias antes e nos 8 dias após o início dos sintomas. A variante Ómicron tem um período de incubação mais curto (2 a 4 dias).

Prevenção para crianças mais novas

Incentivar atividades recreativas que promovam estratégias de prevenção:

- Organizar brincadeiras e atividades físicas ao ar livre tanto quanto possível.
- Supervisionar as crianças para garantir que não se reúnam em grandes grupos.
- Incentivar atividades 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 grande com areia.
- Incentivar atividades que não envolvam contacto físico.
- Garantir uma boa higiene das mãos após o recreio.

Estratégias de rastreio de contactos

O rastreio de contactos do pessoal de apoio e dos alunos é uma estratégia eficaz para identificar e isolar casos e contactos próximos visando reduzir a transmissão da COVID-19. Os alunos, o pessoal de apoio e os educadores que não foram vacinados e tiveram contacto próximo com uma pessoa diagnosticada com a COVID-19 estão em maior risco de infecção por SARS-CoV-2. É importante a familiarização com as leis, regulamentações, diretrizes 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 consiste 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 com a COVID-19 por um total acumulado de 15 minutos ou mais num período de 24 horas). Por exemplo, três exposições individuais de 5 minutos, totalizando 15 minutos,
- Indicar contactos para teste de SARS-CoV-2 e
- [Incentivar as pessoas que tiveram contactos à autoquarentena](#) (ficar em casa e longe de outras pessoas durante pelo menos 5 dias e usar uma máscara devidamente ajustada durante 10 dias completos e tomar precauções até ao dia 10 após o contacto próximo ou até terem um resultado negativo num teste) ou até os critérios nacionais de término da quarentena serem cumpridos.

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

Investigação de caso é o processo de confirmação de que a pessoa com um caso está ciente do resultado positivo do teste e, depois, entrevistar a pessoa com o caso para obter os nomes e as 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 infetados).

- 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 imediata 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 à 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 da pessoa com a COVID-19.

Além disso, a investigação da fonte é útil para:

- Identificar casos adicionais que podem não estar diagnosticados, melhorar a deteção de grupos (dois ou mais casos 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 respetivas crianças [em 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, considerar a possibilidade do seguinte:
 - Distribuição de refeições e alimentos suplementares embalados.
 - Se forem servidas refeições quentes, apenas uma pessoa deve servir a comida.
 - As pessoas que distribuem 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, e não em refeitórios.

Isenção de responsabilidade:

Os recursos foram desenvolvidos em parceria com parceiros globais e concebidos especificamente como guias de referência em ambientes fora dos EUA. As diretrizes dos CDC são destinadas ao público dos EUA e não se destinam a substituir as orientações de quarentena, isolamento e testes emitidas pela Organização Mundial da Saúde - OMS ou por qualquer país.

Updated 3/15/2022

MLS -330350