

A COVID-19 é uma doença causada pelo Coronavírus (SARS-COV-2)

O vírus transmite-se de pessoa para pessoa, através de gotículas libertadas pela fala, riso, tosse e espirro de pessoa infetada.

Estas partículas ao serem inaladas ou ao depositarem-se em superfícies ou objetos em que tocamos podem causar infeção.

COMO PREVENIR A INFEÇÃO:

- Cumprir etiqueta respiratória (quando tossir ou espirrar faça-o voltando-se para a zona interna do cotovelo ou para dentro da sua própria roupa);
- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão e/ou utilizar soluções alcoólicas para desinfeção das mãos;
- Usar máscara adequadamente (deve tapar o nariz, a boca e o queixo);
- Manter o distanciamento social de pelo menos 1,5 - 2 m ;
- Evitar tocar nos olhos , nariz e boca.

Estas medidas são muito importantes
CONTAMOS CONSIGO!



No caso de ter alguma dúvida não exite em contactar a equipa de saúde escolar

ARSC ADMINISTRAÇÃO REGIONAL DE SAÚDE DO CENTRO, I.P.



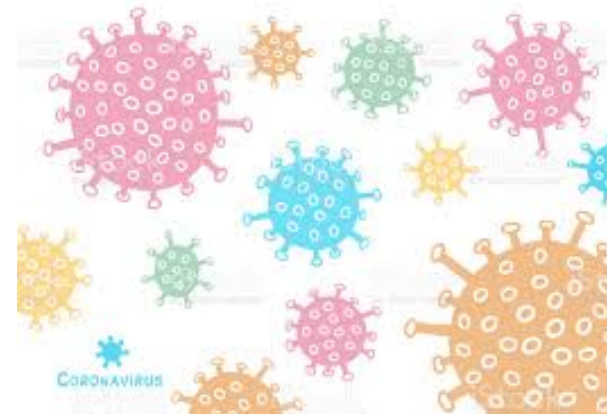
USP  **BM**
Unidade Saúde Pública | Baixo Mondego

Unidade de Saúde Pública Pólo da Figueira da Foz

Tel: 233401377
Fax: 233401354
Correio eletrónico:
saudeescolarfigfoz@gmail.com

Projeto

“COVID’ izer que é melhor prevenir!”



Saúde Escolar

Informação aos
Encarregados de Educação

Sintomas mais comuns de COVID-19:

Febre, tosse e dificuldade respiratória;

Caso o seu educando apresente algum destes sintomas deve ficar em casa!

Ligue para

SNS24 – 808 24 24 24



Deverá estar atento a outros sintomas como:

Dor de garganta, dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou olfato, diarreia, dor no peito, dor de cabeça, falta de apetite e fadiga.

NA ESCOLA

- O uso de máscara é altamente recomendado até aos 10 anos e obrigatório após essa idade;
- Durante as refeições deve guardar a máscara em local próprio. Coloque na mochila um saco para esse efeito;
- Não partilhar material escolar;
- Não partilhar comida e outros bens pessoais (copos, garrafas e telemóveis...);
- Evitar aglomerado de mais de 10 pessoas à entrada da escola;
- Respeitar os circuitos definidos para entradas e saídas;
- Reforçar a lavagem/desinfecção das mãos antes e após as refeições, as aulas e a utilização das casas de banho;
- Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc.

Atuação do estabelecimento de ensino perante um **caso suspeito de COVID-19**

- O caso suspeito é acompanhado por um adulto à área de isolamento através de circuitos próprios já definidos;
- O encarregado de educação é contactado e informado do estado de saúde do seu educando, devendo deslocar-se à escola, se possível em veículo próprio;
- O encarregado de educação contacta /autoriza a escola a ligar ao SNS24 e segue as indicações que lhe forem dadas.

“Sozinhos vamos mais rápido.
Juntos vamos mais longe!”