



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa
Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心

技術指引

**Orientações técnicas do
Centro de Prevenção e
Controlo da Doença**

N.º : 013.CDC-NDIV.GL.2020

Versão: 19.0

Data de elaboração: 2020.01.02

Data de revisão: 2020.12.23

Página: 1/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給托兒所、學校及同類場所的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares

Para prevenir a pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, os Serviços de Saúde apelam a creches, escolas e estabelecimentos similares para a vigilância alerta e tomarem as seguintes medidas:

1. Cooperação e gestão

- Prestar atenção às informações epidemiológicas divulgadas pelo Governo da RAEM e cooperar com as várias medidas de prevenção; divulgar e manter actualizadas as informações sobre a prevenção da respectiva doença para crianças/estudantes, pais e funcionários na altura adequada;
- **Usar máscara no local de trabalho, nas actividades ou nas aulas;**
- Alunos do ensino infantil e ensino especial, caso não possam usar máscara, durante as aulas, podem manter distância de um (1) metro;
- Os alunos podem participar em actividades entre aulas se usarem mascaras, no entanto, as actividades de grupo não essenciais não são aconselhadas especialmente aquelas em que os alunos não possam usar máscara durante toda a actividade;
- Organizar as aulas de desporto e actividades de lazer entre as aulas em período diferente e tentar evitar actividades de exercícios físicos em grupo. Os alunos podem ser preparados para realizar exercícios de baixa intensidade com uma distância razoável ou com uma separação; as actividades desportivas ou de competição, ou seja actividades de alto risco que facilmente causam transmissão, devem ser evitadas tanto quanto possível e devem ser observadas as seguintes indicações:
 - Tentar praticar exercício físico individual em vez de exercício físico em grupo, com companheiros ou antagonistas;
 - Minimizar o contacto físico, manter a distância de um (1) metro e fazê-lo, tanto quanto possível, em locais ao ar livre;



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa
Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心

技術指引

**Orientações técnicas do
Centro de Prevenção e
Controlo da Doença**

N.º : 013.CDC-NDIV.GL.2020

Versão: 19.0

Data de elaboração: 2020.01.02

Data de revisão: 2020.12.23

Página: 2/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給托兒所、學校及同類場所的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares

- Professores e alunos devem limpar as mãos antes e depois das formação, competição e partilha de equipamentos desportivos;
- Evitar bater palmas, apertar as mãos, tocar o punho ou abraçar;
- Quando os alunos manifestarem indisposição devem notificar imediatamente os professores, treinadores ou funcionários no local;
- Nas aulas de música deve ser usada máscara e devem ser evitadas actividades que envolvam instrumentos de sopro (flauta, clarinete, oboé, entre outros). Deve ser considerado o ensino teórico musical, realização de actividades de apreciação musical ou prática de canto, mantendo pelo menos um (1) metro de distância;
- Prestar atenção ao estado de saúde e medição de temperatura de crianças/estudantes/funcionários, e caso manifestem febre ou sintomas do tracto respiratório, devem ser instruídos a usar máscara e para consultar um médico; caso o médico considere necessário, os mesmos devem ser autorizados a descansar em casa, sendo dispensados temporariamente das aulas/trabalho;
- No caso de indisposição, nomeadamente, febre ou sintomas do tracto respiratório, perguntar à pessoa se, nos últimos 21 dias antes do início dos sintomas, permaneceu em algum país ou região com risco médio e alto da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus ou se teve contacto com casos confirmados, devendo, caso afirmativo, ser contactado o Corpo de Bombeiros para transporte da pessoa em ambulância para o Centro Hospitalar Conde de São Januário para exames mais aprofundados;
- No caso de aumento elevado e repentino do número de crianças/estudantes/funcionários doentes ou de faltas por doença, notificar a Direcção dos Serviços de Educação e Juventude, o Instituto de Acção Social e o Centro de Prevenção e Controlo da Doença dos Serviços de Saúde (Tel.: 28700800,



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa
Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心

技術指引

**Orientações técnicas do
Centro de Prevenção e
Controlo da Doença**

N.º : 013.CDC-NDIV.GL.2020

Versão: 19.0

Data de elaboração: 2020.01.02

Data de revisão: 2020.12.23

Página: 3/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給托兒所、學校及同類場所的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares

Fax: 28533524).

2. Prevenção individual

Para prevenir a pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, os Serviços de Saúde apelam a todos os residentes de Macau para que prestem atenção às informações epidémicas emitidas pelo Governo e apela a que cooperem com as várias medidas de precaução, prestando atenção à higiene pessoal, ambiental e alimentar, incluindo, em particular:

- **Evitar deslocações a países ou regiões com risco médio e alto da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus;**
- **Evitar aglomerações/agrupamentos;**
- **Manter uma distância social adequada e usar máscaras;**
- **Lavar as mãos frequentemente com água e sabão líquido ou com solução anti-séptica de base alcoólica. Evitar tocar a boca, o nariz e os olhos antes de lavar as mãos;**
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel quando espirrar ou tossir e lavar as mãos logo que possível; quando não tiver lenço, usar a manga da camisola ou o cotovelo em vez das palmas das mãos;
- Depois de usar às instalações sanitárias, devem tapar a sanita antes de descarregar o autoclismo e lavar as mãos, de imediato, após uso;
- Não partilhar toalhas;
- Limpar e desinfetar, sempre que possível, os locais facilmente acessíveis às mãos em casa ou no local de trabalho;
- Usar luvas ao limpar objectos ou locais eventualmente contaminados com secreções ou excreções;
- Evitar ficar em lugares lotados, em especial as pessoas com baixa imunidade;



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa
Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心

技術指引

**Orientações técnicas do
Centro de Prevenção e
Controlo da Doença**

N.º : 013.CDC-NDIV.GL.2020

Versão: 19.0

Data de elaboração: 2020.01.02

Data de revisão: 2020.12.23

Página: 4/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給托兒所、學校及同類場所的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares

- Evitar o contacto próximo com pacientes com febre e sintomas respiratórios;
- Evitar visitar doentes se necessário usar uma máscara para entrar na área do hospital;
- Evitar contacto com animais, deslocar-se a mercados onde são vendidos animais ou produtos de animais não confeccionados;
- Caso apresente febre ou sintomas do tracto respiratório logo que possível procure tratamento médico e use uma máscara.

3. Higiene ambiental

- **As habitações e os locais de trabalho, devem ser frequentemente limpos e desinfectados**, superfícies de móveis, paredes, soalho de madeira, corrimões, maçanetas, botões de elevadores, teclados de computadores e outros objectos e locais onde se toca mais com as mãos;
- **Assegurar, nos locais de atendimento ao público, toalhetes de papel e solução anti-séptica de base alcoólica;**
- Assegurar que as casas de banho disponibilizam sabão líquido e toalhetes descartáveis ou secadores de mãos, e evitar disponibilizar toalhas para uso comum;
- Assegurar que os esgotos estão desobstruídos e que não há infiltrações de água; os drenos de água devem ter tubos em U; em cada ralo deve ser colocado meio litro de água limpa pelo menos uma vez por semana deitar para assegurar o armazenamento de água nos tubos e evitar a propagação de patógenos;
- As casas de banho devem ser mantidas limpas e bem arejadas, e organizados os horários de limpeza e desinfeção de acordo com as condições de higiene;
- Todos os espaços destinados a estudantes/ funcionários devem ter sempre as janelas abertas para manter o ambiente limpo, seco e bem ventilado; no caso de espaços fechados, deve ser assegurado o funcionamento eficaz do sistema de ventilação,



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa
Especial de Macau
衛生局
Serviços de Saúde

疾病預防控制中心

技術指引

**Orientações técnicas do
Centro de Prevenção e
Controlo da Doença**

N.º : 013.CDC-NDIV.GL.2020

Versão: 19.0

Data de elaboração: 2020.01.02

Data de revisão: 2020.12.23

Página: 5/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給托兒所、學校及同類場所的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares

assim como também a sua limpeza e regular manutenção;

- No caso de contaminação do pavimento, tapetes, paredes ou outras instalações com secreções ou excreções, tais devem ser imediatamente limpos e desinfectados, usando material absorvente para proceder a uma limpeza preliminar e, em seguida, usar lixívia diluída na proporção de 1:10 para desinfectar as superfícies contaminadas e as áreas adjacentes, devendo ser lavadas e secas após a lixívia permanecer durante 30 minutos;
- Os itens descartáveis nunca devem ser usados por outros e, após uso, devem ser devidamente embrulhados e descartados;
- Os objectos de uso repetido devem ser cuidadosamente lavados e desinfectados antes do seu uso por utentes.

* Territórios prováveis de transmissão da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus:
Para informações detalhadas, consulte a Página Electrónica Especial Contra Epidemias
(<https://www.ssm.gov.mo/PreventCOVID-19>).

Serviços de Saúde da Região Administrativa Especial de Macau
Centro de Prevenção e Controlo de Doenças