



**Documento de Perguntas Frequentes**  
**SAÚDE ESCOLAR - Pandemia COVID-19**  
**ACES Loures Odivelas**  
**Unidade de Saúde Pública (USP) – Unidades de Cuidados na Comunidade (UCC)**  
**Versão 6.0**  
**26/04/2021**

Este documento tem como objetivo esclarecer dúvidas e responder a perguntas frequentes relativas à atual pandemia COVID-19 em contexto escolar.

Foi elaborado com base nas questões frequentes colocadas pelas Escolas e Equipa de Saúde Escolar, na área de abrangência da USP Professor J. Pereira Miguel - Loures-Odivelas.

## 1. Conceitos Básicos

### Q: O que é um Caso Confirmado?

R: Um caso confirmado é uma pessoa com teste positivo ao COVID-19. Os testes serológicos não são considerados para a confirmação do caso.

### Q: O que é um Caso Suspeito?

R: Um caso suspeito, agora designado de possível, é qualquer pessoa que apresente, pelo menos, um dos seguintes critérios: tosse de novo ou agravamento da tosse habitual, febre igual ou superior a 38º sem outra causa atribuível, dificuldade respiratória sem outra causa atribuível, perda de olfato, alteração ou perda de paladar.

### Q: O que é um contacto?

R: Um contacto é uma pessoa que esteve exposta a um caso confirmado de infeção por SARS-CoV-2 / COVID-19 dentro do período de infecciosidade – Norma 15/2020 de 24/07, atualizada a 19/02/2021.

O período de infecciosidade (para rastreio de contactos) considera-se: nos casos sintomáticos, as 48h antes da data de início dos sintomas do caso confirmado; nos casos assintomáticos as 48h, antes da colheita do teste positivo.

### Q: O que é um Contacto de Alto Risco (CAR)?

R: Considera-se um contacto de Alto Risco (CAR), de acordo com a Norma 15/2020 de 24/07/2020, atualizada a 19/02/2021:

- Contacto cara-a-cara com um caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2 / COVID-19 a uma distância inferior a 1 metro;
- Contacto cara-a-cara com um caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2/ COVID-19 a uma distância inferior a 2 metros e durante 15 minutos ou mais (sequenciais ou cumulativos, ao longo de 24 horas);
- Contacto em ambiente fechado com um caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2/ COVID-19 (ex. coabitação, sala de reuniões, sala de espera, sala de aula) durante 15 minutos ou mais, incluindo viagem em veículo fechado com caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2/ COVID-19.

O uso de máscaras ou outros tipos de equipamentos de proteção individual (EPI) não exclui uma pessoa de ser considerada como contacto de alto risco (exceto se usados por profissionais treinados).

### Q: Que medidas devo tomar se sou contacto de Alto Risco de caso confirmado de SARS-CoV-2/COVID-19?

R: Durante o **Isolamento Profilático (IP)** devo adotar as seguintes medidas:

- Estar contactável;
- Cumprir as orientações da DGS (Orientação n.º 010/2020 da DGS);
- Auto monitorizar diariamente sintomas compatíveis com COVID-19, bem como medir e registar a temperatura corporal, duas vezes por dia;
- Contactar o SNS 24 (808 24 24 24) se surgirem sintomas compatíveis com COVID-19, e informar os profissionais de saúde que me contactam.

O registo diário de sintomas compatíveis com COVID-19 pode ser realizado através de auto-reporte, disponível no Portal COVID-19 ( <https://covid19.min-saude.pt> ).

Link Auto-reporte - <https://servicos.min-saude.pt/covid19/Login?ReturnUrl=%2fcovid19%2f>

**Q: O que é um Contacto de Baixo Risco (BR)?**

R: Um contacto de Baixo Risco é, de acordo com a Norma 15/2020 de 24/07/2020, atualizada a 19/02/2021:

- Contacto cara-a-cara com um caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2 / COVID-19, a uma distância entre 1 a 2 metros, por período inferior a 15 min;
- Contacto em ambiente fechado (ex. sala de aula, sala de reuniões) com um caso confirmado de infeção pelo SARS-CoV-2 / COVID-19, incluindo viagem em veículo fechado, por período inferior a 15 min.

**Q: Que medidas devo tomar se sou contacto de Baixo Risco de caso confirmado de SARS-CoV-2/COVID-19?**

R: Durante os 14 dias após a exposição ao caso confirmado, devo adotar as seguintes medidas:

- Cumprir as orientações da DGS (Orientação n.º 010/2020 da DGS);
- Auto monitorizar e registar diariamente sintomas compatíveis com COVID-19, bem como medir e registar a temperatura corporal, duas vezes por dia;
- Limitar os contactos com outras pessoas, reduzindo as suas deslocações ao indispensável (ex: trabalho/escola-casa), e adotar as medidas preventivas em permanência;
- Contactar o SNS 24 (808 24 24 24), se surgirem sintomas compatíveis com COVID-19.

O registo diário de sintomas compatíveis com COVID-19 pode ser realizado através de auto-reporte, disponível no Portal COVID-19 ( <https://covid19.min-saude.pt/> ).

Link Auto-reporte - <https://servicos.min-saude.pt/covid19/Login?ReturnUrl=%2fcovid19%2f>

**Q: O que é isolamento?**

R: O isolamento é uma medida adotada para pessoas infetadas com Covid-19 para proteção do risco de transmissão a outras pessoas. Quando é confirmado o diagnóstico, ficam obrigadas a permanecer em casa e, dentro de casa, a manter isolamento dos restantes coabitantes.

**Q: Qual a duração do Isolamento?**

R: Tem a duração, prevista de 10 dias, a contar da data do início dos sintomas ou da data da colheita do teste positivo, se não apresentar sintomas.

**Q: Quando é prolongado o isolamento da pessoa infetada?**

R: O isolamento pode ser prolongado em formas graves da doença, e em adultos que sejam profissionais de saúde ou prestadores de cuidados diretos.

**Q: O que é Isolamento Profilático (IP) ou quarentena?**

R: O IP é uma medida de proteção da saúde e prevenção da doença adotada quando existe uma exposição de Alto Risco. Tem a duração de 14 dias a contar desde o último contacto com a pessoa infetada com SARS-CoV-2/COVID-19.

**Q: O que fazer e não fazer durante o IP?**

R: Em IP não devo sair de casa e devo manter-me com distanciamento ou em divisão separada do resto dos coabitantes.

**Q: Que precauções devo tomar em casa?**

Devem usar exclusivamente um WC, sempre que possível. Sempre que sair do quarto/WC devo usar máscara (quando aplicável), manter o afastamento, e lavar/desinfetar as mãos.

Deve assegurar-se o arejamento da habitação. Depois da utilização de qualquer espaço deve fazer-se a desinfeção das superfícies.

**Q: O que é que se considera um coabitante?**

R: Um coabitante é aquele que vive em permanência na mesma residência. Pode ser pai, mãe, outro familiar, amigo ou tutor. Se o pai, mãe, outro familiar, amigo ou tutor não vivem em permanência com a pessoa, então não são considerados coabitantes.

**Q: O que é um Coabitante de CAR em contexto escolar?**

R: É um coabitante de um aluno ou profissional da escola identificado como CAR de um caso positivo a SARS-CoV-2 / COVID-19 em contexto escolar.

**Q: O que é a Vigilância Ativa de sintomas?**

R: É o acompanhamento regular, por profissional de saúde através de contacto telefónico, do aparecimento dos seguintes sinais e sintomas numa pessoa identificada como contacto de Alto Risco de

doente Covid-19: tosse, febre, dificuldade respiratória (falta de ar ou cansaço), perda de olfato, perda ou alteração do paladar.

**Q: O que é a Autovigilância de sintomas ou Vigilância Passiva?**

R: A Autovigilância ou Vigilância Passiva de sintomas nos contactos identificados como de baixo risco de Doente Covid-19, é a observação regular pelo próprio do aparecimento dos sinais e sintomas seguintes: tosse de novo ou agravamento da tosse habitual; febre igual ou superior a 38°C (avaliação 2x dia); dificuldade respiratória sem outra causa atribuível; perda de olfato, alteração ou perda de paladar.

## 2. Questões Concretas

**Q: Os coabitantes do aluno/profissional exposto em contexto escolar, considerada contacto de Alto Risco (CAR), podem continuar a ir ao trabalho e à escola?**

R: Não.

Por determinação a 12 de Abril 2021, de medidas excecionais de saúde pública na Região de Lisboa e Vale do Tejo pela Diretora Geral da Saúde, são equiparados a CAR com indicação de isolamento profilático e testagem.

O isolamento é determinado para o aluno/profissional que teve contacto de AR com uma pessoa infetada em contexto escolar e seus coabitantes.

**Q: O que deve ser feito?**

R: Deve o aluno/EE/profissional estar contactável e colaborar na identificação dos coabitantes para testagem e emissão de declaração de isolamento atempadamente.

Devem ser reforçadas medidas preventivas como o uso de máscara (quando indicado), a lavagem e desinfeção frequente das mãos, além de medidas de reforço da limpeza, desinfeção e arejamento da casa.

Podem os coabitantes ter o fim do IP determinado antecipadamente desde que todos estejam assintomáticos e com comprovativo de teste molecular (SARS-CoV2 PCR em tempo real) negativo, validado atempadamente.

**Q: Se eu tiver de ficar em casa a cuidar de um menor que ficou em IP, após terminar o meu IP. O que devo fazer?**

R: Se o menor tiver idade inferior a 12 anos poderá, junto da entidade empregadora e da Segurança Social, com a Declaração de IP do menor, justificar as faltas e requerer apoio à família. O adulto cuidador da criança deve ser o mesmo ao longo de todo o período de IP.

Se a criança tiver mais de 12 anos o cuidador deverá, junto da sua Entidade Patronal, aferir qual a melhor solução. A USP ou o Centro de Saúde não têm como justificar a ausência do trabalho do cuidador escolhido.

**Q: Após contacto com SNS 24 por aluno com sintomas compatíveis com Covid-19, os coabitantes devem permanecer em casa em Isolamento?**

R: Sim, até terem conhecimento do resultado do teste. O teste deverá ser emitido pelo SNS 24, pelo seu médico assistente ou pelo Atendimento Dedicado a Doença Respiratória (ADR).

Em Loures: Escola de Prevenção e Segurança de Loures. Praceta António Feliciano Bastos, 2670-524 Loures.

Em Odivelas: Unidade de Saúde da Póvoa de Santo Adrião - no piso inferior. Rua Henrique dos Santos, 2620-183 Póvoa de Santo Adrião.

**Q: Quando um aluno ou funcionário é identificado com sintomas na escola. O que fazer?**

R: Caso o aluno ou funcionário com sintomas seja identificado na escola, este deve ser encaminhado para a sala de isolamento e deve ser feito o contacto para o SNS 24. No caso dos alunos, o contacto com o SNS 24 é feito pelo Encarregado de Educação (EE), sempre que possível.

Se o caso suspeito de COVID-19 for validado pelo SNS 24, o aluno deve ser testado, o mais rapidamente possível. O teste é solicitado pelo SNS 24 ou pela Autoridade de Saúde (AS) informada pela escola. No caso de o aluno ou funcionário ser encaminhado, o teste é realizado no ADR ou no Hospital.

A Escola, quando tem conhecimento de caso positivo de COVID-19, em aluno ou funcionário, deve enviar uma cópia do comprovativo do teste para a Unidade de Saúde Pública (USP).

**Q: Quando um aluno (até aos 12 anos) apresenta dores de cabeça, garganta, musculares, vómitos ou diarreia. Como devo proceder?**

R: As dores de cabeça, garganta, musculares, vómitos e diarreia, isoladamente não definem a doença. Podem sim ser integradas conforme avaliação clínica na suspeita de infeção por SARS-CoV-2. Nesta situação deve ser contactada a linha SNS24, para avaliação da situação.

**Q: Após contacto com o SNS 24 qual o prazo de contacto estimado pela Unidade de Saúde Pública (USP)?**

R: Os utentes serão contactados nas 72h seguintes ao seu contacto com o SNS 24. Caso isso não aconteça, devem ligar de novo para o SNS 24.

As declarações provisórias de isolamento profilático emitidas pelo SNS 24 são válidas para efeitos de justificação de faltas e submissão na Segurança Social, caso não seja possível o contacto da USP.

**Q: Estou em Vigilância Ativa ou Vigilância Passiva e surgem sintomas. O que fazer?**

R: Caso surjam sintomas deve contactar, imediatamente, o SNS 24 (80824 24 24).

Realizar ou atualizar o Auto-reporte, se aplicável (Portal COVID-19 - <https://covid19.min-saude.pt/>).

Link Auto-reporte - <https://servicos.min-saude.pt/covid19/Login?ReturnUrl=%2fcovid19%2f>

Se surgirem sintomas, poderá ser um caso suspeito de COVID-19, pelo que deve ser avaliado e realizar teste o mais rapidamente possível.

**Q: Se houver uma criança ou adulto doente, com sintomas sugestivos de COVID-19, que faz teste e o resultado é negativo, quem é que passa a declaração para regresso à escola ou ao trabalho?**

R: A declaração de regresso à escola não é obrigatória. Se o resultado do teste foi negativo pode regressar à escola ou ao trabalho sem qualquer tipo de declaração.

**Q: Estou com dificuldade em obter declaração de doença crónica pelo Médico que normalmente me segue. O que devo fazer?**

R: Será sempre o seu Médico Assistente (Médico de Família, Médico de Especialidade Hospitalar, ou Médico Privado, conforme o caso), quem melhor conhece a situação clínica da criança ou adulto, para emitir tal declaração.

**Q: Quem tem indicação para realizar teste?**

R: Todos os contactos de Alto Risco (CAR) identificados em contexto escolar devem realizar teste molecular o mais rapidamente possível e até ao 5.º dia, após a data da última exposição ao caso confirmado.

Se assintomáticos e 1.º teste negativo, repetem teste ao 10.º dia.

Se assintomáticos com 1.º e 2.º testes negativos, cumprem o Isolamento Profilático (IP) determinado até ao fim.

Se o primeiro teste, por qualquer motivo não for realizado até ao 5.º dia, realiza apenas o teste ao 10.º dia.

Todos os Coabitantes de CAR identificados devem também realizar 1 teste, o mais rapidamente possível.

Os contactos de Baixo Risco identificados em contexto escolar devem realizar teste molecular (SARS-CoV2 PCR em tempo real) ou, em caso de indisponibilidade, testes rápidos Antígeno (TRAg), idealmente, até ao 5.º dia após a data da última exposição ao caso confirmado. Não são sujeitos a isolamento profilático.

**Q: Como recebo a prescrição de um teste SARS-CoV2?**

R: Os contactos de Alto e Baixo Risco de caso COVID-19, identificados na escola, com indicação para teste, recebem a prescrição por SMS no telemóvel.

Os coabitantes de CAR, recebem a prescrição de teste por SMS no telemóvel, após serem identificados pela equipa de saúde escolar.



**Q: Quando são utilizados os testes rápidos de Antígeno (TRAg)?**

R: Os testes rápidos Antígeno (TRAg) são usados em contexto de surtos. Nestas situações, podem ser efetuados em contexto de unidades de saúde (ADR), ou na escola por protocolo com a CVP ou laboratório convencionado.

**Q: A escola tem conhecimento disso?**

R: A Escola tem conhecimento prévio da indicação de realização de testes e deve informar os Encarregados de Educação e/ou funcionários.

**Q: O que devo fazer depois de receber o SMS?**

R: Após receção do SMS, o teste deve ser agendado e realizado num posto de colheita de um laboratório referenciado (consulte em: <https://covid19.min-saude.pt/infoadrpcc>), apresentando a prescrição recebida.

O resultado do teste deve ser remetido à escola assim que disponível, e a escola comunica à USP, depois de reunidos os resultados do rastreio.

**Q: O que devo fazer depois de receber um resultado Positivo?**

R: Caso exista algum resultado positivo, a comunicação à escola deve ser **imediate**, enviando o comprovativo do mesmo sempre que possível. É a escola que comunica o caso à USP. Na sequência do resultado do teste positivo, a USP determinará as medidas de saúde pública que se aplicam: isolamento e testagem aos alunos/profissionais e coabitantes, quando aplicáveis, para a escola.

**Q: Qual o papel da Escola se houver um caso Positivo num aluno, professor ou funcionário?**

R: É a Escola que informa os alunos/funccionários e seus coabitantes, considerados contactos de caso confirmado de SARS-CoV-2/COVID-19 em contexto escolar, da indicação de isolamento profilático (IP) e da necessidade de teste(s).

Posteriormente, e após envio dos dados de identificação pela escola, serão contactados por profissional de saúde individualmente, sempre que possível.

As prescrições dos testes e as declarações de IP de alunos e profissionais só poderão ser emitidas se os dados de identificação recebidos estiverem corretos, completos e atualizados na tabela Excel preenchida pela escola e enviada à USP.

Os coabitantes CAR são identificados, sempre que possível, pelo contacto da equipa de saúde escolar. Devendo para isso os alunos/EE/profissionais estar contactáveis e fornecer os dados necessários para emissão de testes e declarações de IP aos coabitantes.

**Q: O professor está habilitado a identificar os Contactos de Alto Risco de um caso confirmado Covid-19?**

R: Sim, em função dos critérios plasmados nas normas da DGS e da determinação para a turma/sala emanada pela Autoridade de Saúde.

**Q: O aluno/profissional/coabitante contraiu infeção por SARS-CoV-2 há menos de 90 dias. Nesta situação está obrigado a isolamento profilático e a realizar teste?**

R: Não. Quem contraiu a infeção não tem necessidade de realizar teste Covid nem ficar em isolamento profilático, se assintomático, e o período de 90 dias for contado a partir do ultimo dia em que esteve em isolamento por infeção (habitualmente 10 dias após teste positivo ou inicio dos sintomas).

**Q: Sou coabitante de aluno/profissional CAR de caso positivo identificado em contexto escolar. A turma/sala/grupo foi colocada em isolamento profilático. Também tenho que ficar em isolamento?**

R: Sim. É uma medida de carácter excecional determinada pela Diretora Geral da Saúde face à elevada transmissibilidade da variante inglesa responsável pela grande maioria dos casos na região de Lisboa e Vale do Tejo. Tem também que, à semelhança do aluno / profissional, ser testado(a) o mais rapidamente possível. No caso dos coabitantes, se o aluno/profissional tiver testado negativo e estiver assintomático e se o seus coabitantes testarem negativo será determinado o fim do isolamento aos coabitantes. O aluno / profissional terá que cumprir o isolamento de 14 dias.

**Q: O que acontece se nos rastreios for identificado um aluno / profissional positivo?**

R: Os testes normalmente utilizados nestas situações são os testes rápidos de antigénio (TRAg). Se o teste se revelar positivo e se o aluno / profissional estiver assintomático, terá que ser confirmado com um teste molecular PCR-RT, sempre que possível até às 24 horas seguintes. Preventivamente, a turma poderá ficar em casa 1 ou 2 dias até ao resultado do teste confirmatório. Caso não se confirme, a turma retomará as atividades letivas não estando prevista emissão de declaração de isolamento profilático.

**Q: A turma do meu educando está em IP e tem indicação para realizar teste. Se terminar o período de isolamento e não tiver realizado o teste pode regressar à escola?**

R: Sim. O tempo útil de 14 dias para a realização do teste está ultrapassado. Se a prescrição não foi recebida e **se o aluno não desenvolveu sintomas**, nesta situação não existe indicação para a realização de teste, ultrapassado este tempo útil. Regressam à Escola, após cumprido o período de isolamento profilático de 14 dias.

A única exceção remete para um teste realizado ao 14º dia. O aluno/funcionário terá que prolongar o IP mais um dia até conhecer o resultado.

**Q: Coabito com Caso (s) Positivo (s). O que devo fazer?**

R: Um coabitante de um caso positivo é considerado contacto de Alto Risco. Fica em isolamento profilático por 14 dias. Deverá ser testado, o mais rapidamente possível e até ao 5.º dia após: o início dos sintomas do coabitante positivo, ou da data de colheita do teste se coabitante positivo assintomático.

Se o resultado do teste for negativo, repete novo teste ao 10º dia.

O isolamento profilático poderá ser prolongado por mais 14 dias após a alta clínica último coabitante positivo, se não existirem boas condições de isolamento.

**Q: Porque razão os contactos de Alto Risco (AR) alunos ou profissionais da escola permanecem em IP por 14 dias, mesmo com teste negativo?**

R: O período de incubação da doença Covid-19 é de 1 a 14 dias. Significa que a doença se pode manifestar em qualquer momento deste período, pelo que é fundamental cumprir o isolamento profilático (IP), por forma a evitar novas cadeias de transmissão.

**Q: Quando têm alta os alunos e profissionais infetados com COVID-19 e termina o isolamento?**

R: De acordo com a norma n.º 04/2020 de 23 de março, atualizada a 19 de abril de 2021, os casos positivos de COVID-19, os doentes com COVID-19 sem sintomas à data do diagnóstico e até ao final do seguimento clínico, o tempo mínimo preconizado para isolamento é de 10 dias após a realização do teste laboratorial positivo.

**Q: Mesmo se tiverem sintomas ligeiros?**

R: Sim. Os casos positivos com sintomas ligeiros podem também ter alta, sem realização de novo teste, se durante os 10 dias de isolamento (desde o início dos sintomas) não apresentarem febre (sem utilização de antipiréticos) durante 3 dias consecutivos e se se verificar uma melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos.

**Q: E se os sintomas forem mais graves?**

R: Nos casos de imunossupressão ou doença grave, o isolamento indicado é de 20 dias desde o início dos sintomas, desde que apresentem apirexia (sem utilização de antipiréticos) durante 3 dias consecutivos, e melhoria significativa dos sintomas durante 3 dias consecutivos e sem necessidade de realização de teste.

**Q: Quem dá alta médica aos casos Positivos?**

R: A alta dos doentes/infetados com COVID-19 é dada pelo médico assistente/médico de família, sendo da sua responsabilidade determinar em documento próprio - Certificado de Incapacidade Temporária (CIT), o início e o fim da incapacidade temporária para o trabalho/atividades escolares.

**Q: Quando tenho duas determinações diferentes, de profissionais de saúde diferentes. O que fazer?**

R: Nesta situação prevalece sempre a determinação da Autoridade de saúde territorialmente competente. Neste caso da Unidade de Saúde Pública do ACES Loures Odivelas.

### 3. Lista de siglas utilizadas

CAR	Contacto de Alto Risco
CVP	Cruz Vermelha Portuguesa
AS	Autoridade de Saúde
CEB	Ciclo do Ensino Básico
CIT	Certificado de Incapacidade Temporária
DGS	Direção Geral da Saúde
EE	Encarregado de Educação
IP	Isolamento profilático
Jl	Jardim de Infância
UCC	Unidade de Cuidados na Comunidade
USP	Unidade de Saúde Pública

## 4. Versão do documento

Versão	Data	Alteração principal	Autor	Revisão
1.0	2020.10.26	Versão original	USP	AA
2.0	2020.11.17	1ª Revisão	USP	
3.0	2020.12.28	2.ª Revisão	USP	AA
4.0	28/02/2021	3ª Revisão	USP	
5.0	15/03/2021	4.ª Revisão	USP	
6.0	26/03/2021	5.ª Revisão	USP	