

# GUIA URMES SAÚDE ESCOLAR PARA FAMÍLIAS

*Prevenção da COVID-19*

PLANTÃO  
COVID-19

 URMES  
SAÚDE ESCOLAR



 URMES  
URGÊNCIAS MÉDICO-ESCOLARES

Todos os direitos reservados.  
É proibida a reprodução total ou parcial  
da publicação sem autorização da  
URMES – Urgências Médico-Escolares.

# GUIA URMES SAÚDE ESCOLAR PARA FAMÍLIAS

*Prevenção da COVID-19*

**Dra. Isabella Ballalai**

Diretora médica

CREMERJ – 48030-5

Rio de Janeiro, julho de 2020



# APRESENTAÇÃO

## Prezados pais e outros responsáveis,

Uma nova realidade se apresenta, diariamente, desde o início da pandemia de COVID-19, o que nos impõe o desafio constante de revermos a forma como nos relacionamos em sociedade e com o meio ambiente. O “novo normal” requer uma ampla capacidade adaptativa e a vigilância ainda mais constante dos diversos cenários que envolvem a saúde pública e, em nosso caso específico, a saúde da comunidade escolar.

Sua escola conta com a URMES, sempre vigilante e que, desde maio, estrutura medidas de suporte à retomada das aulas presenciais de forma planejada e responsável. Esse processo inclui a orientação e a capacitação das instituições de ensino na implantação de Protocolo Sanitário específico, elaborado por nosso Departamento Médico e alinhado com as diretrizes nacionais e internacionais.

O reinício das aulas presenciais pode ocorrer em momentos diferentes, ainda que dentro da mesma região ou do mesmo estado/município, a depender da situação epidemiológica. O mais importante é que estejamos preparados.

É fundamental destacar também que a COVID-19 permanecerá entre nós por tempo ainda indeterminado. Logo, faz-se imprescindível a consciência de que as medidas de controle sanitário devem ser parte do dia a dia de cada um de nós – elas são essenciais para a retomada segura e com maior chance de sucesso.

Contamos com o envolvimento de todos!

**Dra. Isabella Ballalai**  
Diretora médica  
CREMERJ – 48030-5

Rio de Janeiro, julho de 2020

# A COVID-19

A pandemia da COVID-19 tem impacto com maior gravidade em adultos acima de 60 anos, particularmente naqueles com comorbidades (presença de duas ou mais doenças), tais como: hipertensão arterial, diabetes mellitus, asma, tabagismo, obesidade e doenças com imunodepressão.

Embora a maioria dos casos relatados entre crianças, até o momento, não seja grave, é importante investigar e monitorar a suspeita e progressão da infecção pelo SARS-CoV-2, particularmente entre bebês e crianças com condições clínicas preexistentes.

## Registros em crianças e adolescentes

- Estados Unidos: 2% dos casos confirmados entre menores de 18 anos.

---

- China: 2,2% dos casos confirmados entre menores de 19 anos.

---

- Itália: 1,2% dos casos entre menores de 18 anos.

---

- Espanha: 0,8% dos casos confirmados entre pessoas com 18 anos.

---

- Brasil: 2% das hospitalizações por Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) com diagnóstico de COVID-19 em menores de 19 anos (dado de 18/07/2020).

## GRUPOS DE RISCO PARA A COVID-19

---

### Pessoas que apresentam:

---

Doença cardíaca descompensada

---

Doença cardíaca congênita

---

Insuficiência cardíaca mal controlada

---

Doença cardíaca isquêmica descompensada

---

Doenças respiratórias descompensadas

---

Doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) e asma mal controladas

---

Doenças pulmonares intersticiais com complicações

---

Fibrose cística com infecções recorrentes

---

Displasia broncopulmonar com complicações

---

Doenças renais crônicas em estágio avançado (graus 3, 4 e 5)

---

Doença hepática em estágio avançado

---

Diabetes (conforme avaliação clínica)

---

Disfunção cromossômica (síndrome de down e outras) e em estado de fragilidade imunológica

---

Obesidade (índice de massa corporal maior ou igual a 40)

---

Imunodepressão por doenças e/ou medicamentos (quimioterapia, radioterapia, entre outros)

---

### Pessoas em:

---

Tratamento por diálise

---

Gestação de alto risco

---

### Pessoas submetidas a:

---

Transplante de órgãos sólidos ou de medula óssea

---

## Transmissão do vírus SARS-CoV-2

Pessoas infectadas, mesmo sem apresentar sintomas, podem transmitir o vírus, mas, sabe-se que pessoas sintomáticas têm maior capacidade de transmissão.

A transmissão ocorre de uma pessoa para a outra por meio de:

- contato com gotículas respiratórias lançadas no ambiente durante a fala, a tosse, o espirro ou quando se expelle catarro;
- saliva;
- contato com superfícies contaminadas seguido do toque das mãos na boca, no nariz ou nos olhos.

Estudos como o que foi conduzido na Holanda indicam que as crianças desempenham um papel menor na disseminação do novo coronavírus, o que, no entanto, ainda não está bem definido. O SARS-CoV-2 parece ser transmitido principalmente entre adultos e de familiares adultos para crianças, porém, a disseminação entre elas, ou delas para adultos, tem se mostrado menos comum.

## Incubação

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o tempo entre a exposição ao SARS-CoV-2 e a manifestação dos primeiros sintomas – chamado de “período de incubação” – é de até 14 dias, podendo variar de dois a dez dias, com média de cinco dias.

## Sintomas

A infecção pelo novo coronavírus pode ser:

- assintomática (sem sintomas);
- oligossintomática (poucos e/ou discretos sintomas) – quadro de gripe leve, por exemplo;
- grave, com risco de levar a complicações como falência respiratória.

Pessoas com infecções virais respiratórias, sem complicações, costumam apresentar sintomas inespecíficos, como: febre, fadiga, tosse (com ou sem produção de escarro), falta de apetite, mal-estar, dor muscular, dor de garganta, falta de ar, congestão nasal, dor de cabeça, diarreia (entre as crianças, esta pode ser a única manifestação).

Os sinais e sintomas da COVID-19 em crianças podem ser semelhantes aos de infecções respiratórias virais comuns – como a influenza (gripe) e a infecção pelo vírus sincicial respiratório – ou aos de outras doenças frequentes na infância, como o sarampo, por exemplo.

## Principais sintomas:

- Febre – 37,5°C

---

- Diarreia

---

- Manifestações gripais

---

- Tosse

---

- Coriza ou congestão nasal

---

- Falta de ar

---

- Cansaço

---

- Respiração lenta ou ofegante

---

- Náusea ou vômitos

---

- Falta de apetite

---

- Dor de cabeça

---

- Mialgia e fadiga

---

- Perda do olfato

---

- Perda do paladar



## Definição de casos suspeitos ou confirmação de casos

### *Caso suspeito*

Crianças, adolescentes ou adultos que apresentem um ou mais sintomas gripais e/ou febre e/ou diarreia e/ou outros relacionados ao quadro clínico da COVID-19, e/ou com história de contato domiciliar ou próximo com caso suspeito ou confirmado da doença.

### O que fazer

Permanecer 14 dias em quarentena ou retornar à escola com atestado médico que descarte a suspeita de COVID-19.

### *Caso confirmado*

A definição do diagnóstico cabe ao médico assistente da família. É importante saber que nem sempre será possível realizar a análise laboratorial, considerada "padrão ouro", devido à relação entre o tempo de início dos sintomas e a sensibilidade de cada exame. Portanto, outros critérios devem ser considerados:

- 1 critérios clínicos e/ou de imagem:** baseados nos sintomas apresentados e na evolução do quadro e/ou em exames de imagem do pulmão, quando o diagnóstico laboratorial não foi possível.
- 2 critérios clínico-epidemiológicos:** baseados nos sintomas apresentados e no histórico de contato próximo ou domiciliar, nos últimos 14 dias antes do surgimento dos sintomas, com pessoa cuja infecção pelo novo coronavírus foi confirmada laboratorialmente.

# RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS: ESTRUTURA FÍSICA E OPERACIONAL

## FUNDAMENTOS SANITÁRIOS

### Distanciamento social

- É fundamental e deve ser respeitado por todos: entre alunos; alunos, professores e demais membros da equipe da escola; fornecedores e outros visitantes.

---

- Deve ocorrer em todos os ambientes da escola, inclusive nas áreas externas e no transporte escolar.

---

- No município do Rio de Janeiro a atual recomendação são 2 metros (equivalente a  $4m^2$ ) – a distância ao redor do mundo varia de 1 a 2 metros.

## Uso de máscaras

- O uso de máscara (caseira ou não) é obrigatório para todos, inclusive fornecedores e outros possíveis visitantes; a prática também deve ser mantida pelos usuários do transporte escolar. Para crianças menores de 2 anos, no entanto, está contraindicada.
- Alunos e colaboradores da escola devem ter máscaras em número suficiente para que a troca seja feita a cada três horas ou em menor período de tempo, caso o aparato fique sujo ou úmido.

## #Dicas

- Defina cores diferentes para as máscaras de tecido, de forma a facilitar o controle das trocas conforme a frequência recomendada.
- Envie as máscaras limpas em saco fechado.
- Envie um segundo saco para a colocação das máscaras usadas.
- Coloque o nome do aluno na máscara em local que fique aparente durante o uso.
- Envie sempre duas máscaras sobressalentes, para atender aos imprevistos.
- As máscaras devem ser adequadamente lavadas assim que o aluno chegar em casa.

## Higiene e desinfecção ambiental

### *Ventilação*

- Sempre que possível a escola vai privilegiar o uso de áreas externas para as atividades.
- Nos ambientes internos, janelas e portas permanecerão abertas, desde que essa medida não implique risco para a segurança.
- O uso de ar-condicionado e de ventiladores será evitado, mas, não é proibido.

### *Limpeza e desinfecção*

- A escola fará a limpeza geral dos ambientes e superfícies pelo menos uma vez ao dia.
- Após a limpeza geral será realizada a desinfecção de todas as superfícies (mesas, cadeiras, maçanetas, etc.), de equipamentos e utensílios, usando solução de hipoclorito ou álcool 70% ou outro desinfetante recomendado pelas autoridades públicas.
- A limpeza e desinfecção das áreas comuns mais utilizadas (banheiros, refeitórios, entre outras), assim como das superfícies (pias, torneiras, interruptores, maçanetas de portas e janelas, botões de elevador, corrimões de escada, entre outros) e de objetos manipulados com frequência (computadores, pincéis do tipo “pilot”, entre outros) será realizada pelo menos a cada três horas e sempre que necessário.
- Se for o caso, os procedimentos de limpeza e desinfecção serão repetidos entre as trocas de turnos e intervalos de uso por diferentes grupos de alunos.

## *Higienização de sapatos*

- A troca ou desinfecção dos calçados para ter acesso à escola não está recomendada nos protocolos oficiais disponíveis no país e nem naqueles internacionais consultados, mas poderá, a critério da escola, ser adotada.
- A probabilidade de existir uma quantidade de vírus nos sapatos capaz de infectar uma pessoa se ela tocasse nele e depois no nariz, olhos ou boca, é muito baixa. De qualquer forma, para que isso pudesse ocorrer, seria necessário colocar as mãos no chão.
- No caso da Educação Infantil, em que as crianças sentam-se e brincam no chão, um cuidado adicional será o uso de calçados exclusivos para esses ambientes.

## **Higiene pessoal e respiratória**

- A higienização das mãos deve ser frequente:
  - » ao chegar à escola;
  - » antes de retornar à sala de aula (depois da ida ao refeitório, ao pátio, etc.)
  - » antes e depois das refeições;
  - » antes e depois de usar o banheiro;
  - » depois de espirrar, tossir ou assoar o nariz;
  - » antes de sair da escola e ao chegar em casa.
- A sensibilização sobre a importância de, em caso de tosse ou espirros, proteger a boca e o nariz com lenço de papel descartável ou o braço, higienizando as mãos imediatamente e evitando tocar o rosto será reforçada. Se uma criança precisar de ajuda, o adulto usará lenço descartável e higienizará as mãos em seguida.
- Será redobrado o cuidado para que objetos e brinquedos não sejam compartilhados, e a desinfecção será realizada após cada uso.

# VACINAÇÃO EM DIA

A COVID-19 não está sozinha. No Brasil, em 2020, o número de casos de sarampo, por exemplo, já ultrapassa a casa dos 5 mil e continua crescendo. Desses, cerca de 20% foram registrados no Estado do Rio de Janeiro.

A vacinação é segura e eficaz na proteção de crianças, adolescentes e adultos contra doenças potencialmente graves. A ocorrência de um caso pode desencadear surtos. Portanto, é fundamental que todos estejam com a vacinação em dia.

Com o objetivo de ampliar as ações de prevenção de danos à saúde do indivíduo e da coletividade, a escola solicitará as carteiras de vacinação de alunos e funcionários.

## MEDICAMENTOS NA ESCOLA

### *O que muda durante a pandemia*

A administração de medicamentos durante a pandemia de COVID-19 requer atenção redobrada, ficando restrita às doses que sejam imprescindíveis no horário escolar.

Medicamentos de uso regular, como vitaminas, apresentações em spray, inclusive com o emprego de espaçadores, ou nasais, entre outros que possam ter seus horários adaptados, devem ser administrados em casa.

Sugestão de intervalos para administração fora do horário escolar	
Número doses/dia	Horários
1	Ao acordar ou ao dormir (de 24/24 horas)
2	Ao acordar e ao dormir (de 12/12 horas)
3	07h – 15h – 23h (de 08/08 horas)
4	06h – 12h - 18h –24h (de 06/06 horas)

### *Cuidados adicionais*

- Todo medicamento enviado de casa para ser administrado na escola deve estar acompanhado da prescrição médica.
- Horário e dose a ser administrada devem ser informados na agenda do aluno.
- O medicamento deverá ser enviado na embalagem original, com o nome da criança escrito na caixa e no rótulo.
- O medicamento deve ser guardado em local próprio e inacessível às crianças.



### **ATENÇÃO**

Não serão autorizadas as vias de administração inalatória (nebulização) – devido ao alto risco de disseminação do vírus no ar – e nasal – devido à manipulação de secreções respiratórias.

# TRIAGEM, MONITORAMENTO, ATENDIMENTO E NOTIFICAÇÃO

## Triagem

- Não está recomendada a realização de exames médicos de alunos ou membros da equipe da escola para a retomada das aulas presenciais.
- 
- A triagem de pessoas com sintomas na entrada na escola será realizada através de:
    - » Aferição da temperatura e verificação de informações fornecidas pela família sobre a apresentação de algum sintoma em casa; história de contato domiciliar ou próximo com caso suspeito ou confirmado de COVID-19.



## Vigilância

- A equipe da escola está orientada para a vigilância de possíveis casos de pessoas com sintomas gripais e/ou febre e/ou diarreia e/ou outro sintoma relacionados com a COVID-19 para o encaminhamento imediato e adequado nesses casos.
- Diariamente a escola irá monitorar os motivos de falta de alunos ou membros de sua equipe.
- Pessoas em quarentena com quadro suspeito serão monitoradas pela equipe médica da URMES por meio de telefonemas e/ou telemonitoramento.



**Para segurança de todos, no cenário de pandemia da COVID-19, alunos, seus pais ou outros responsáveis, qualquer integrante da equipe da escola (educadores, profissionais do administrativo, motoristas, pessoal da limpeza, etc.) ou visitante com sintomas gripais e/ou febre e/ou diarreia ou história de contato próximo ou domiciliar com caso suspeito/confirmado de COVID-19 **NÃO PODERÃO FREQUENTAR** a escola.**

**Nesses casos, deverão permanecer 14 dias em quarentena ou retornar com atestado médico que descarte adequadamente a suspeita da COVID-19.**

Será considerado contato próximo ou domiciliar com caso suspeito/confirmado de COVID-19, de acordo com as definições do Ministério da Saúde:

- pessoa que resida na mesma casa/ambiente;
- pessoa que teve contato próximo (distanciamento menor que 2 metros) por mais de 15 minutos;
- pessoa que esteve em um ambiente fechado por 15 minutos ou mais e a uma distância inferior a 2 metros.

A avaliação do grau de exposição do contato será individualizada, considerando-se o ambiente e o tempo de exposição e as recomendações das autoridades públicas de cada município.

## **Monitoramento**

A escola e a URMES estarão juntas no monitoramento de casos suspeitos/confirmados:

- a escola fará monitoramento diário das faltas de alunos ou funcionários;
- a equipe médica e serviço social da URMES realizará o TELEMONITORAMENTO:
  - » da evolução do caso suspeito;
  - » das orientações médicas recebidas;
  - » dos exames realizados;
  - » do surgimento de novos casos no domicílio; e
  - » do parecer do médico assistente da família.

## **Atendimento**

Alunos e funcionários que apresentarem algum sintoma na escola serão acolhidos em sala específica para esse atendimento onde serão prestados os primeiros cuidados pela equipe da escola sob orientação médica da URMES.

- Até que a família do aluno chegue para buscá-lo, o(a) aluno(a) aguardará nessa sala.
- TELEORIENTAÇÃO: a equipe médica da URMES avaliará o caso, à distância, com base em critério clínico-epidemiológico. Ao chegar à escola, o responsável pelo aluno receberá as orientações quanto aos primeiros cuidados e o encaminhamento adequado para acompanhamento pelo médico assistente da família.
- As famílias dos alunos e os funcionários da escola considerados contactantes próximos serão informadas.

## **Retorno às atividades escolares presenciais**

- Caberá ao médico assistente da família definir a alta e emitir atestado de liberação para o retorno às atividades escolares presenciais.
- Contatos próximos deverão completar quarentena de 14 dias e poderão voltar às aulas presenciais se não apresentarem sintoma durante esse período.

## Comunicação e notificação

- Todo caso suspeito ou confirmado de COVID-19:
  - » será informado às famílias de alunos e aos funcionários considerados contatos próximos;
  - » será notificado às autoridades públicas.



**Pedimos que informe a escola caso seu (sua) filho(a) apresente quadro suspeito ou confirmado de COVID-19 ou seja contato próximo ou domiciliar de pessoa com suspeita ou com confirmação da COVID-19.**



**A URMES está ao seu lado para, juntos,  
vencermos mais este desafio.  
Tem uma dúvida sobre procedimentos,  
condutas relacionadas à prevenção da  
COVID-19 em sua escola? Conte conosco!**

**Fale com a URMES:**  
plantaocovid19@urmes.com.br  
(21) 2284-1212  
www.urmes.com.br

*Escola que tem URMES está sempre passando bem!*

