



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
CDC (Macao SS)
Technical Guidelines

N.º: 069.CDC.NDIV.GL.2020
Versão: 4.0
Data de elaboração: 2020.02.24
Data de revisão: 2020.04.17
Página: 4/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給家長復課後的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Recomendações para os encarregados de educação após reinício das aulas

A concentração de pessoas e as viagens realizadas fora de Macau são factores de risco de infecção pela pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, assim, para reduzir o risco de transmissão de vírus nas escolas após o reinício das aulas, além do cumprimento rigoroso das normas já divulgadas, nomeadamente a “Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus - Recomendações para creches, escolas e estabelecimentos similares”, os encarregados de educação e os filhos devem cumprir as seguintes medidas de prevenção e controlo:

I. Princípios gerais:

1. Não sair nem viajar para fora de Macau:

Os encarregados de educação e os seus filhos devem permanecer em Macau nos 14 dias anteriores ao reinício das aulas, não devem, depois, sair de Macau ou viajar para fora de Macau; os docentes, funcionários e estudantes que vivem em na cidade de Zhuhai ou de Zhongshan na província de Guangdong, devem permanecer em Zhuhai ou Zhongshan na província de Guangdong, nos últimos 14 dias antes de reinício de aulas.

Deve fazer o possível para evitar saídas de Macau após o reinício de aulas e suspender o plano de viagens fora de Macau caso estas não sejam necessárias.

2. Reduzir o contacto e concentração de pessoas:

Após o reinício de aulas, excepto a frequência das aulas escolares, os filhos devem suspender a participação em todas as actividades que envolvam concentração de pessoas desnecessárias, e devem evitar o contacto com pessoas que tenham visitado áreas com propagação generalizada comunitária de pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, países ou regiões de alta incidência.

3. Dar atenção ao estado de saúde:

Fazer a medição diária da temperatura corporal dos filhos, cuidadores, pessoas de coabitação. Caso estes manifestem febre ou indisposição, devem recorrer ao médico o mais cedo possível e devem suspender a participação nas aulas escolares e no trabalhos.

4. Preste atenção à higiene pessoal e ambiental:

Usar bem as máscaras, prestar atenção à higiene das mãos, manter a ventilação do interior e a higiene ambiental.

II. Medidas concretas

1. Prestar muita atenção ao estado de saúde dos filhos



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
CDC (Macao SS)
Technical Guidelines

N.º: 069.CDC.NDIV.GL.2020
Versão: 4.0
Data de elaboração: 2020.02.24
Data de revisão: 2020.04.17
Página: 4/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給家長復課後的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Recomendações para os encarregados de educação após reinício das aulas

- 1.1 Fazer a medição diária de temperatura corporal dos filhos, todas as manhãs, dar-lhes atenção e observar o comportamento de modo a verificar se eles manifestam indisposição.
- 1.2 Caso haja manifestação de febre, tosse aguda ou indisposição relacionada com sintomas respiratórios dos filhos devem recorrer ao médico o mais cedo possível e devem ficar em casa para o descanso antes de recuperação.

- 2. Prestar muita atenção ao estado de saúde dos cuidadores dos filhos**
- 2.1 Devem medir, todos os dias, a temperatura dos cuidadores dos filhos, por exemplo, os pais, mais velhos ou trabalhadores domésticos, de modo verificar e observar se manifestam indisposição ou não.
- 2.2 Caso haja manifestação de febre, tosse aguda ou indisposição de sintomas respiratórios nos cuidadores, estes devem usar máscara e recorrer ao médico o mais cedo possível. Outras pessoas que não manifestam a indisposição devem substituí-los nos trabalhos de cuidado.

- 3. Gestão de pessoas que coabitam na mesma casa que manifestam febre ou sintomas respiratórios**
- 3.1 Quando que coabitem a mesma casa e manifestam a febre, tosse aguda ou indisposição de sintomas respiratórios, devem usar máscara e recorrer ao médico o mais cedo possível.
- 3.2 Organizar, tanto quanto possível, um espaço de descanso e sono independente a essa pessoa de coabitação.
- 3.3 A pessoa que esteja doente deve, em casa, usar sempre máscara.
- 3.4 Deve comer separadamente das outras pessoas de coabitação, nomeadamente evitandocomer na mesma mesa.
- 3.5 Reforçar a ventilação do interior e a desinfecção e limpeza do ambiente.

- 4. Prestação atenção à higiene pessoal e ambiental**
- 4.1 Os filhos devem colocar a máscara antes de sair do domicílio e devem usá-la durante o transporte público e na escola.



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
CDC (Macao SS)
Technical Guidelines

N.º: 069.CDC.NDIV.GL.2020
Versão: 4.0
Data de elaboração: 2020.02.24
Data de revisão: 2020.04.17
Página: 4/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給家長復課後的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Recomendações para os encarregados de educação após reinício das aulas

- 4.2 É aconselhável que os filhos mantenham uma forte higiene das mãos e não devem tocar nos olhos, nariz e boca antes de lavar as mãos.
- 4.3 Os filhos, pais e outros indivíduos, por exemplo cuidadores, que moram em conjunto devem lavar as mãos, o mais rapidamente possível, logo após regresso ao domicílio.
- 4.4 Nunca partilhar com outras pessoas lenços, toalhas, louças, artigos de papelaria e materiais escolares, etc..
- 4.5 Prestar atenção à higiene sanitária: Depois de ir às instalações sanitárias, devem tapar a sanita e lavar as mãos de imediato.
- 4.6 Prestar atenção à higiene ambiental: Manter uma boa ventilação; limpar e desinfetar com frequência o domicílio e as instalações sanitárias com lixívia diluída.

5. Medidas para redução de contacto

- 5.1 Evitar que os filhos tenham contacto com indivíduos que recentemente tenham visitado áreas com propagação generalizada comunitária de pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus, países ou regiões de alta incidência.
- 5.2 Suspender ou reduzir a participação dos filhos em actividades colectivas de recreação ou de formação.
- 5.3 Suspender a participação dos filhos nas refeições e em reuniões.
- 5.4 Sempre que as condições o permitam, preparar o almoço para os filhos, que comer em casa, bem como organizar os alunos do ensino infantil para não participar na sesta na escola.
- 5.5 Suspender ou reduzir a participação dos filhos em actividades colectivas de comunicação.
- 5.6 Nos dias em que não seja necessário frequentar a escola, os filhos devem ficar em casa, reduzir a saída à rua e suspender a visita de familiares e amigos.
- 5.7 Evitar, quando não for necessário, o acesso dos pais à escola.
- 5.8 Os encarregados de educação não devem permanecer na escola nem fora da escola, antes de enviarem os seus filhos à escola, nem depois das aulas, evitando aglomerações de pessoas.
- 5.9 Nas salas ou centros de explicações, os filhos devem usar máscara durante a permanência e manter uma distância mínima de 1 metro uns dos outros, sempre que possível.



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
CDC (Macao SS)
Technical Guidelines

N.º: 069.CDC.NDIV.GL.2020
Versão: 4.0
Data de elaboração: 2020.02.24
Data de revisão: 2020.04.17
Página: 4/5

預防新型冠狀病毒肺炎 - 給家長復課後的建議

Prevenção da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus – Recomendações para os encarregados de educação após reinício das aulas

5.10 Se os pais contratarem um professor de explicações particular em casa, devem medir a temperatura corporal ao professor cada vez, que este se desloque ao domicílio e exigir que use máscara. Em caso de manifestação de febre, tosse aguda ou sintomas do tracto respiratório, deve ser suspensas as aulas complementares dadas em domicílio, sendo recomendado que as mesmas sejam substituídas por métodos sem contacto, tais como formação online.

Para mais detalhes das orientações relativas às áreas com propagação generalizada da pneumonia causada pelo novo tipo de coronavírus na comunitária e de alta incidência, à higiene pessoal e à desinfecção do meio ambiente, 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 da Doença