



Universidade Católica Portuguesa (UCP)

Centro Regional do Porto (CRP)

COVID 19 | Perguntas Frequentes

SOBRE A DOENÇA

Para mais informações e atualizações consultar:

Direção Geral de Saúde (DGS) - <https://www.dgs.pt/corona-virus.aspx>.

Perguntas Frequentes (DGS) - <https://www.dgs.pt/corona-virus/perguntas-frequentes.aspx>

European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC) - <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>

SOBRE AS MEDIDAS DA UCP-CRP – Questões 1 a 15

SOU ESTUDANTE – Questões 16 a 22

SOU DOCENTE – Questões 23 a 27

SOU COLABORADOR – Questões 28 a 30

2 de Março de 2020

Dada a dinâmica da epidemia, estas FAQs podem ser alteradas a qualquer momento.

CORONAVÍRUS (COVID-19)

INFORMAÇÃO À COMUNIDADE ESCOLAR

O QUE DEVE SABER SOBRE O VÍRUS E MEDIDAS DE PROTEÇÃO

O NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19) foi identificado pela primeira vez em humanos em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China. A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do vírus pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

A comunidade educativa deve procurar manter-se informada e atualizada (informação validada - www.dgs.pt), e mostrar-se disponível para esclarecer as dúvidas que as crianças, jovens e encarregados de educação possam ter.

PRINCIPAIS SINTOMAS:

FEBRE

TOSSE

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES GERAIS:

Quando espirrar ou tossir tapar o nariz e a boca com o antebraço ou com lenço de papel.

Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão ou usar solução à base de álcool.

Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

- > Caso alguém esteja doente deve ficar em casa
- > Ensinar os alunos a lavar frequentemente as mãos com água e sabão
- > Evitar tocar nos olhos, nariz e boca
- > Ao espirrar e tossir, tapar o nariz e boca com o braço ou lenço de papel que deverá ser colocado de imediato no lixo
- > Evitar partilhar material escolar ou brinquedos (lápiz, borracha...)
- > Evitar partilhar comida e outros bens pessoais (troca de chuchas, copos, telemóveis...)
- > Caso sejam identificados alguns dos sintomas referidos, deve ligar para **SNS24 - 808 24 24 24** e seguir as recomendações



SOBRE AS MEDIDAS DA UCP-CRP

1. Que medidas de prevenção está a UCP a tomar?

Estão a ser disponibilizados dispensadores de desinfetante para as mãos em todos os locais de acesso ao público.

2. A Universidade proporciona máscaras?

De acordo com as indicações da DGS as máscaras destinam-se a pessoas com sintomas de infeção respiratória (tosse ou espirro); suspeitos de infeção por COVID-19; e pessoas que prestem cuidados a suspeitos de infeção por COVID-19. Assim, em caso de suspeita aos estudantes, docentes e colaboradores que apresentarem sintomatologia e contactarem a assistência na UCP, será fornecida máscara e a quem lhe prestar assistência. O pedido de assistência deve ser feito através da LINHA UCP COVID-19 nº **+351 932265670**.

3. Que medidas serão tomadas pela UCP no caso de um estudante/docente/colaborador que tenha estado nas regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19?

Todos os estudantes, docentes e colaboradores regressados das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19, devem ficar em casa durante 14 dias. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

Qualquer elemento da comunidade académica que durante esse período apresente sintomas de doença respiratória e que suspeite que possa estar contagiado, deve ficar em casa, e antes de se deslocar a um serviço de saúde, deve ligar +351 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados), seguindo as orientações que vierem a ser indicadas. Deve ainda informar a Universidade da sua situação através do email covid19@porto.uc.pt.



4. Sou um caso de risco (tive/tenho uma doença grave ou a imunidade em baixo), que medidas devo tomar?

Contacte o seu médico assistente e em caso de apresentar febre, tosse e dificuldade em respirar, antes de se deslocar a um serviço de saúde, deve ligar +351 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem (caso tenha existido) ou de contacto com potencial infetado, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas.

5. A Universidade Católica Portuguesa é um local de risco, dada a afluência de estrangeiros?

Não mais do que qualquer outro local público ou privado onde circulem pessoas de várias nacionalidades.

6. Devo afastar-me de quem usa máscara?

Não, em caso de dúvida deve ligar +351 808 24 24 24 (SNS24). Lembra-se que de acordo com as indicações da DGS as máscaras destinam-se a pessoas com sintomas de infeção respiratória (tosse ou espirro); suspeitos de infeção por COVID-19; e pessoas que prestem cuidados a suspeitos de infeção por COVID-19.

7. Neste momento sabe-se que o contágio se pode dar com o contacto de superfícies. A UCP disponibilizará desinfetante? (entradas, portas, wc's...)

Estão a ser montados dispensadores de desinfetante para as mãos em todos os locais de acesso ao público. A utilização de sabão nas instalações sanitárias é totalmente correta.

8. As regras de higienização foram alteradas? Isto é, está a haver uma desinfeção adequada das superfícies?

Sim. Este procedimento está a ser implementado com a intensidade e regularidade adequadas.



9. Apesar da lavagem de pratos, talheres e copos nas cantinas e bares, devo preocupar-me com a sua reutilização?

Estão a ser seguidas pelas empresas concessionárias das cantinas e bares as normas recomendadas, pelas autoridades sanitárias e de acordo com as diretivas que cada uma das empresas tem.

10. A UCP tem conhecimento de todas as pessoas que vieram recentemente de regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19? Está a monitorizar essas mesmas pessoas?

Está a ser feito um esforço para identificar, nas unidades académicas, os estudantes, docentes e nos Departamentos de Recursos Humanos os colaboradores que estão em mobilidade ou em viagem, desde que neste último caso tenham informado a unidade académica/serviço.

11. A UCP tem conhecimento se ainda existem pessoas que estão para regressar de nas regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19 e quando chegam?

Pode ser difícil ter conhecimento de todos os casos. Porém, está a ser feito um esforço por realizar essa identificação. Após a chegada de áreas afetadas por casos de infeção com COVID-19. Todos os estudantes, docentes e colaboradores regressados das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19, devem ficar em casa durante 14 dias. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

12. Sei de colegas que estão nas instalações da Universidade, vieram de zonas afetadas, e que não se estão a sentir bem. O que devo fazer?

Deve contactar a LINHA UCP COVID-19 nº +351 932265670 e reportar a situação.



13. Qual o suporte que a UCP irá dar a um alguém que esteja a desenvolver sintomas de infeção por COVID-19 nas instalações da Universidade?

Dentro do Centro Regional do Porto da UCP, a pessoa deverá contactar a LINHA UCP COVID-19 nº **+351 932265670** que fará o encaminhamento devido, fazendo-lhe chegar uma máscara e desinfetante e seguindo as recomendações da DGS nesta matéria. Será contactada de imediato a Linha SNS24, agindo-se em conformidade com as instruções dadas.

14. A Católica sabe se existem alunos, docentes ou colaboradores de quarentena neste momento?

Sim. Estão a ser monitorizados e reportados todos os casos que foram comunicados à Universidade. Além disso, a Católica está em contato próximo (via email e telefone) com os estudantes que se encontram em mobilidade nas áreas mais afetadas.

15. A UCP manterá todas as suas atividades regulares? Em que situações será ponderado que a UCP encerre?

A UCP tomará as medidas necessárias conforme a evolução da situação em Portugal e seguindo as orientações das autoridades sanitárias nacionais e internacionais.



SOU ESTUDANTE

16. Sou de um país onde existem pessoas infetadas. Posso regressar ao meu país natal nas férias ou tenho de ficar em Portugal?

Deverão ser seguidas as instruções e atualizações, à data de partida, das autoridades sanitárias tanto portuguesas como do seu país natal.

17. Qual o perigo de estarmos fechados numa sala de aula com outras pessoas com máscara?

Não existe perigo em estar numa sala com uma pessoa com máscara se esta não apresentar sintomas sugestivos de gripe. O uso de máscara apenas está indicado para os doentes ou para pessoas com sintomas, não devendo ser utilizada indiscriminadamente. Sensibilize a pessoa a contactar a LINHA UCP COVID-19 nº **+351 932265670**.

18. Nesta altura é seguro fazer Erasmus?

Isso vai depender do local onde está planeada a mobilidade. Sugerimos que, antes da sua partida, consulte o mapa atualizado sobre a propagação do COVID-19 em:

<https://www.ecdc.europa.eu/en/geographic-distribution-2019-ncov-cases> .

Se já se encontra em período de mobilidade ERASMUS e deseja regressar a Portugal, entre em contato com o Internacional Office em international@porto.ucp.pt

19. Tenho programado participar num programa de Erasmus num país afetado, mantenho a minha ida? A Católica ajuda-me a alterar o meu destino?

A UCP-CRP avaliará cada situação caso a caso. Para mais esclarecimentos, por favor contacte o Internacional Office em international@porto.ucp.pt .



20. O que está a Católica a fazer com alunos em mobilidade que se encontrem nos países com casos da doença.

A UCP-CRP está a acompanhar de perto todas as situações individualmente e fornecendo todo o apoio (em conjunto com as autoridades locais) a estudantes localizados em países onde há casos registados de doença.

A decisão de retornar a Portugal é de responsabilidade do aluno e deve levar em consideração as informações fornecidas pelas autoridades locais.

A Universidade Católica fornecerá todo o apoio necessário, se o aluno retornar a Portugal ou se decidir permanecer no país anfitrião.

A UCP-CRP recomenda aos estudantes que queiram regressar das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19, que fiquem em casa por 14 dias. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

Caso regressem de outras regiões sem transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19 a UCP recomenda que contactem a linha do SNS24, informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas

Caso tenham sintomas de doença respiratória e suspeitem que possam estar contagiados, e antes de se deslocarem a um serviço de saúde, devem ligar +351 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados), seguindo as orientações que vierem a ser indicadas.

No caso de serem casos CONFIRMADOS (esperamos que não...) devem comunicar com a Católica, imediatamente, os próprios ou os familiares a informar da situação, através do email covid19@porto.uc.pt.



21. Sou estudante de mobilidade Erasmus e acabei de regressar de uma zona afetada. O que devo fazer? Vou ter que devolver a bolsa Erasmus? O que acontece com a minha inscrição nas disciplinas?

Ver questão 20 sobre possíveis ações a tomar.

No caso de regresso por razões comprovadas que se relacionem com surto de COVID-19 na região onde fazia o seu período de mobilidade Erasmus, poderá ser invocada a cláusula de força maior (mais info em: <https://www.erasmusmais.pt/post/coronav%C3%A9rus-covid-19-e-o-programa-erasmus>).

Quanto à inscrição nas disciplinas e percurso académico, cada caso será avaliado individualmente, e deve de imediato contactar a sua Unidade Académica.

22. Qual o suporte que a UCP está a dar a estudantes em quarentena? Vim de um país afetado e terei que ficar de quarentena. Como poderei acompanhar as aulas? As minhas faltas estão automaticamente justificadas?

As Unidades Académicas da UCP estão a definir internamente os processos a aplicar para cada tipo de situação.



SOU DOCENTE

23. O que devo fazer se um estudante apresenta sintomas de infeção por COVID-19 em aula?

Deve suspender as atividades letivas, sem alarme mandar sair os estudantes que estiverem mais distantes do aluno com mal-estar – uma fila atrás e à frente e três lugares para cada lado, e contactar a LINHA UCP COVID-19 nº **+351 932265670**. Deve ser pedido ao estudante presumivelmente infetado que se desloque para o fundo da sala enquanto aguarda a chegada do colaborador da UCP que o acompanhará e os alunos que se encontravam mais próximos, devem deslocar-se para as filas da frente, a fim de serem identificados. Será contactada a linha SNS24 cujas indicações serão seguidas.

24. Tenho na minha aula estudantes com máscaras. Quais os procedimentos que devo tomar?

Não existe perigo em estar numa sala com uma pessoa com máscara se esta não apresentar sintomas sugestivos de gripe. Lembra-se que de acordo com as indicações da DGS as máscaras destinam-se a pessoas com sintomas de infeção respiratória (tosse ou espirro); suspeitos de infeção por COVID-19; e pessoas que prestem cuidados a suspeitos de infeção por COVID-19, não devendo ser utilizada indiscriminadamente. Sensibilize a pessoa a contactar a LINHA UCP COVID-19 nº **+351 932265670**.

25. O que posso fazer para transmitir confiança aos meus estudantes quando tenho estudantes oriundos de áreas afetadas dentro da sala de aula?

Prevenir qualquer alarmismo. Se tiverem regressado da China ou de qualquer outro país afetado há mais de 14 dias não há qualquer perigo e todos os estudantes deverão ser tranquilizados.

Se algum apresentar sintomas de doença, deve seguir as instruções da questão 23.

Relembra-se que é recomendado pela UCP que fiquem em casa por 14 dias todos os estudantes, regressados das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID 19. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem

essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

Caso regressem de outras regiões sem transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID 19 a UCP recomenda que contactem a linha do SNS24, informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas

26. Tenho um seminário para dar num país afetado, devo ir?

Não, se o país onde se vai realizar o seminário for considerado de alto risco. Fale com o Diretor da Sua Unidade Académica e consulte as informações da DGS.

27. Vou participar numa conferência internacional, quando regressar devo ficar de quarentena?

Os docentes regressados das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19, devem ficar em casa durante 14 dias. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

Qualquer elemento da comunidade académica que durante esse período apresente sintomas de doença respiratória e que suspeite que possa estar contagiado, deve ficar em casa, e antes de se deslocar a um serviço de saúde, deve ligar +351 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados), seguindo as orientações que vierem a ser indicadas. Deve ainda informar a Universidade da sua situação através do email covid19@porto.uc.pt.

Caso regressem de outras regiões sem transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID 19 a UCP recomenda que contactem a linha do SNS24, informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas



SOU COLABORADOR

28. Há algum risco ao registar a minha entrada e saída no leitor de ponto?

Uma vez que se trata de um leitor por aproximação de cartão não se prevê que haja risco de contágio. O leitor será objeto de limpeza e desinfecção cuidada.

29. Como colaborador da UCP estou em contacto com pessoas e objetos, direta e diariamente. Quais os riscos que corro? Como me posso precaver?

Aconselhamos o cumprimento das seguintes medidas de higiene e de etiqueta respiratória:

- Lave frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, incluindo o dorso das mãos e unhas.
- Reforce a lavagem das mãos frequentemente e antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos lhe pareçam sujas;
- Pode também usar em alternativa, para higiene das mãos, uma solução à base de álcool;
- Use lenços de papel (de utilização única) para se assoar;
- Deite os lenços usados num caixote do lixo e lave as mãos de seguida;
- Tussa ou espirre para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos;
- Evite tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- Mantenha as regras do distanciamento social. Não a apertos de mão, abraços e beijos.

30. Estive numa zona afetada. Que devo fazer?

Os colaboradores regressados das regiões com transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID-19, devem ficar em casa durante 14 dias. Esta medida deve ser acompanhada da imediata comunicação à Universidade Católica Portuguesa, através do email covid19@porto.uc.pt, onde se devem prestar informações que comprovem essa estadia – identificação pessoal, local e datas de estadia, comprovativo de estadia nas áreas afetadas através de cartão de embarque e/ou recibo de alojamento.

Qualquer elemento da comunidade académica que durante esse período apresente sintomas de doença respiratória e que suspeite que possa estar contagiado, deve ficar em casa, e antes de se deslocar a um serviço de saúde, deve ligar +351 808 24 24 24 (SNS24), informando sobre a sua condição de saúde e historial de potencial contágio (viagem ou contacto com contaminados),

seguindo as orientações que vierem a ser indicadas. Deve ainda informar a Universidade da sua situação através do email covid19@porto.uc.pt .

Caso regressem de outras regiões sem transmissão comunitária ativa do novo coronavírus COVID 19 a UCP recomenda que contactem a linha do SNS24, informando sobre a sua condição de saúde e história de viagem, seguindo as orientações que vierem a ser indicadas

