



POLITÉCNICO DE SETÚBAL  
**REGRESSO ÀS**  
**ATIVIDADES PRESENCIAIS**  
ESTUDANTES

Caras e Caros Estudantes,

Assinalamos o regresso às atividades presenciais, após dois meses e meio de confinamento a que estivemos sujeitos na sequência da pandemia provocada pela COVID-19.

Bob Dylan na sua inspiradora canção de 1962, *Blowin' In The Wind*, começa o poema perguntando: "Quantas estradas um homem tem de percorrer antes que possa ser chamado de homem?". Este foi e continuará a ser um momento histórico significativo nas nossas vidas, que nos tem obrigado a modificar os nossos comportamentos e atitudes, a forma como vivemos em sociedade, mas também o processo de ensino e aprendizagem.

O empenhamento e a capacidade de resposta da comunidade académica ao novo contexto foram extraordinários, mas se a fase mais delicada parece ter sido ultrapassada, a que agora se inicia não será menos exigente.

Teremos de ser capazes de vencer o medo, com segurança, responsabilidade, individual e coletiva, sensatez e confiança. Porque não podemos ficar confinados à espera e porque reconhecemos a importância de retomar as nossas atividades e a nossa rede de relacionamento, num quadro de comportamento diferente, mas necessário ao nosso bem-estar e desenvolvimento.

No IPS estamos a garantir todas as condições de segurança e de prevenção para uma transição tranquila e adequada ao normal funcionamento das atividades. Acredito, como aconteceu até aqui, que seremos capazes de ultrapassar, com esperança e ação, a situação que estamos a viver.

Continuaremos juntos, por todos, a provar que estamos à altura dos novos desafios e que cada uma e cada um de nós é peça-chave na organização e funcionamento da instituição.

Votos de um excelente regresso.

O Presidente do IPS

Pedro Dominginhos

## INFORMAÇÃO SOBRE OS PROCEDIMENTOS A ADOTAR PELOS ESTUDANTES DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE SETÚBAL

Na sequência das recomendações do comunicado do Ministério da Ciência, Tecnologia e do Ensino Superior, o Instituto Politécnico de Setúbal estabeleceu um conjunto de medidas a serem aplicadas no regresso gradual a algumas atividades académicas, a partir de 1 de junho, para garantir a segurança de toda a comunidade.

A utilização de máscara, a higiene e a etiqueta respiratória, o distanciamento e afastamento social, a limpeza e desinfecção de superfícies, a monitorização de sintomas são medidas essenciais de Saúde Pública que pretendem proteger a população quebrando a cadeia de transmissão entre indivíduos, em situações como a que vivemos. Compete a todos e a cada um o cumprimento dos procedimentos aqui descritos, bem como das recomendações das Autoridades de Saúde.

### **I. Medidas gerais de funcionamento e de proteção individual a seguir por todos no regresso aos *campi* do IPS**

1. A primeira responsabilidade do estudante é a de avaliar a sua condição de saúde: caso apresente sintomas associados à COVID19 (febre e tosse seca persistente), ou tenha estado em contacto com doentes infetados, não venha para o IPS. Contacte o SNS24 e siga as recomendações;
2. Obrigatoriedade de uso de máscaras comunitárias nas instalações do IPS, por todos os membros da comunidade académica.
  - a. Entrar no *campus* de máscara colocada sobre a boca e nariz;
  - b. Utilizar a máscara em todas as áreas comuns e em espaços com mais de uma pessoa;
  - c. Se utilizar viseira, não pode dispensar a utilização de máscara;
3. Lavar frequentemente as mãos com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos, especialmente:

- a.** Imediatamente antes de sair de casa;
  - b.** Após chegar ao *campus* e entrar no seu edifício;
  - c.** Sempre que circular por espaços diferentes daquele que frequenta habitualmente;
  - d.** Antes das refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas;
  - e.** Sempre que inevitavelmente tiver de tocar na máscara.
  - f.** Após o manuseamento de superfícies ou materiais tocados por muitos utilizadores (multibanco, puxadores, interruptores, etc.).
- 4.** Usar para higiene das mãos, em alternativa, uma solução à base de álcool, cujos dispensadores se encontram nas instalações;
- 5.** Seguir as regras de etiqueta respiratória:
  - a.** Usar lenços de papel de utilização única para se assoar;
  - b.** Deitar os lenços usados num caixote do lixo, lavando as mãos de seguida;
  - c.** Tossir ou espirrar para um lenço de papel, em alternativa para o braço com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos;
  - d.** Não tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias;
- 6.** Obrigatoriedade de manter o distanciamento recomendado de 2m para com as outras pessoas, respeitando a sinalização colocada nos edifícios do *campus* do IPS;
- 7.** Respeitar os circuitos de deslocação assinalados no *campus* e dentro dos edifícios;
- 8.** Adotar o cumprimento sem contacto físico (não beijar, abraçar ou apertar as mãos);

## **II. Manutenção da Higiênização da área de trabalho/estudo**

1. A equipa de limpeza assegura a limpeza e higienização das áreas comuns. Como medida de apoio aos novos procedimentos de limpeza, o IPS passará a contar de forma colaborativa com o contributo de todos para manter as áreas de trabalho/estudo devidamente higienizadas e seguras;
2. Em cada Escola, estarão disponíveis uma solução de desinfecção de superfícies e materiais descartáveis para permitir a higienização desses espaços;
3. Nas salas/laboratórios com vista à prevenção de contágios, devem ser higienizados os equipamentos (tampo da mesa, cadeira, teclado, rato de computador, puxador da porta e outros) que utilizar, antes de sair;
4. Garantir que os materiais utilizados para a higienização e limpeza são colocados nos locais e recipientes apropriados, conforme ponto IV.

## **III. Em contexto de sala de aula/laboratório e em avaliações**

### **SALA DE AULA/LABORATÓRIO**

1. Todas as atividades presenciais que decorram em sala de aula e/ou laboratórios devem garantir uma distância mínima de 2 metros entre os presentes, e respeitar os valores de referência de ocupação das salas de aula (informação sobre o número máximo pessoas por sala, afixado em cada sala);
2. Na sala de aula/laboratório os estudantes devem respeitar a sinalética das mesas de forma a assegurar o distanciamento social;
3. Em algumas aulas práticas presenciais, em que, pelas características da atividade a desenvolver, não possa ser respeitado o distanciamento de 2 m, pode ser necessária a utilização de outros equipamentos de proteção individual, sendo da responsabilidade do docente a sua orientação e monitorização;
4. Para além do já referido devem também os estudantes:
  - a. Lavar as mãos antes de entrar na sala de aula;
  - b. Higienizar as mãos a intervalos regulares;

- c. Colaborar na higienização dos equipamentos utilizados antes de sair da sala (solução alcoólica a 70º);
- d. Dispor os resíduos utilizados na limpeza da sala/laboratório nos locais apropriados, conforme o ponto seguinte;
- e. E lavar as mãos no final.

#### CONTEXTO DE AVALIAÇÃO/EXAME ESCRITO

1. Os estudantes devem sentar-se seguindo a sinalética das mesas de forma a assegurar o distanciamento social;
2. No final, depositar as folhas de testes/exames na caixa disponibilizada para o efeito.

#### IV. Gestão de Resíduos

1. Em termos de saúde pública é muito importante a forma como descartamos os EPI's e os materiais utilizados, sendo inaceitável a sua deposição fora dos locais adequados para efeito;
2. Os EPI's descartáveis usados e o material de limpeza, bem como quaisquer resíduos orgânicos/indiferenciados (p.e. restos de comida), devem ser depositados nos contentores com tampa acionada por pedal, disponíveis nas áreas comuns e devidamente identificados;
3. A deposição destes resíduos noutros caixotes (papeleiras) existentes no interior ou exterior dos edifícios (p.e. corredores) está interdita.

#### V. Cuidados a ter na utilização das máscaras

1. As máscaras não devem, por motivos de contágio, ser tocadas pelo próprio na sua face exterior nem colocadas temporariamente na zona do pescoço ou na cabeça;
2. A utilização de máscara e a sua lavagem é da responsabilidade do próprio.

**Para colocar a máscara:**

- a. Antes de colocar a máscara, lave as mãos com água e sabão ou com uma solução à base de álcool;
- b. Coloque a máscara na posição correta;
- c. Segure a máscara pelas linhas de suporte/elásticos e adapte a cada orelha;
- d. Ajuste a máscara junto ao nariz e queixo, sem tocar na face da máscara.

**Para retirar a máscara:**

- a. Lave as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool;
- b. Retire a máscara apenas segurando nas linhas de suporte/elásticos;
- c. Mantenha a máscara longe do rosto e da roupa, para evitar tocar em superfícies potencialmente contaminadas da máscara;
- d. Coloque sempre a máscara em recipiente adequado: se descartável no contentor com tampa e pedal; se reutilizável, em saco de plástico até à sua lavagem;
- e. E lave novamente as mãos.

## **VI. Monitorização de sintomas**

1. Qualquer estudante que manifeste sintomas de infeção por SARS-Cov2 ou que tenha estado em contacto com doentes infetados, não deve comparecer nas atividades presenciais e deve avisar a coordenação de curso, sem prejuízo de contactar o SNS24 e de adotar as medidas comunicadas;
2. No atual contexto da COVID-19, e exclusivamente por motivos de proteção da saúde do próprio e de terceiros, podem ser realizadas medições de temperatura corporal;
3. Esta situação não prejudica o direito à proteção individual de dados, sendo expressamente proibido o registo da temperatura corporal associado à identidade da pessoa, salvo com expressa autorização da mesma;

4. Caso existam medições de temperatura superiores à normal temperatura corporal, (37,5°C) pode ser impedido o acesso ou a permanência dessa pessoa nos *campi* e em qualquer das suas instalações.

## **VII. Estão proibidas todas as atividades potenciadoras de contágio, nomeadamente:**

- a. Utilização de aparelhos recirculadores de ar interno das salas (ar condicionado sem circulação de ar externo);
- b. A partilha de materiais e/ou equipamentos sem a devida higienização dos mesmos entre usos contínuos;
- c. A partilha de telemóveis, tablets, computadores, auscultadores, teclados e objetos pessoais. Se tal não for possível, desinfete os equipamentos antes e depois de cada utilização;
- d. Atividades de confraternização, em espaços internos, com grupos superiores a 5 pessoas que não mantenham o distanciamento físico adequado;
- e. Agrupamentos de mais de dez pessoas nos espaços exteriores;
- f. Não manter a distância de segurança nos espaços exteriores e interiores.

**O incumprimento deste ponto deve ser comunicado  
para linha COVID19 IPS – 265709308.**

## **VIII. Procedimentos de distribuição dos KIT COVID19 IPS para estudantes**

1. O IPS preparou um Kit para ser entregue a cada estudante, que contém 2 máscaras comunitárias, reutilizável até 15 lavagens, de acordo com a ficha técnica do CITEVE e baseado no relatório n.º 4832/2020-1.
2. A Direção das Escolas define e comunica a forma de distribuição destes Kits aos estudantes.





# EU SOU A PEÇA QUE FALTA