

## **Plano de Contingência para o Inverno 2025/2026**

### **A Equipa de Saúde Escolar da UCC de Campanhã**

Desde 2004 que a Direção Geral da Saúde leva a cabo os Planos de Contingência Sazonais de Verão e Inverno, cujo objetivo principal é prevenir e minimizar os potenciais efeitos, na saúde, das temperaturas extremas e da circulação de vírus respiratórios, protegendo os mais vulneráveis e promovendo, desta forma, a equidade em saúde.

No passado dia 1 de outubro deu início o Plano de Contingência para o Inverno referente ao ano 2025/2026.

As crianças são reconhecidas como sendo um dos grupos mais vulneráveis da população, havendo por isso, lugar a uma atenção especial, com intervenção diferenciada, dirigida à promoção da saúde e prevenção da doença nestas idades.

Sabemos que durante a infância se adquirem comportamentos e atitudes que subsistem ao longo da vida pelo que, a educação para a saúde nestes grupos etários é prioritária se queremos contribuir para a consolidação de hábitos adequados que permaneçam em casa, na escola e na comunidade.

A etiqueta respiratória constitui uma prática que deve ser adotada permanentemente por qualquer pessoa e associada à correta higiene das mãos, é uma das medidas mais eficazes na prevenção de infeções transmissíveis, como doenças respiratórias, gastrointestinais, entre outras. De forma a sensibilizar para este período de maior atividade viral dos vírus respiratórios, a Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Cuidados na Comunidade



(UCC) de Campanhã elaborou e promoveu a visualização de um vídeo em todas as escolas básicas do seu parque escolar (turmas Jardim Infância e 1º Ciclo), sobre Etiqueta Respiratória.

Esta iniciativa foi acolhida com grande entusiasmo.

A sensibilização para este período teve como objetivos ensinar, relembrar e promover boas práticas da higiene respiratória junto das crianças.



Deixamos registo de alguns dos momentos vividos, que documentam a visualização do vídeo vídeo.



**Marta Antunes**, Especialista Enfermagem Saúde Comunitária, UCC Campanhã, ULS S João

**Vitória Leal**, Especialista Enfermagem Saúde Comunitária, Coordenadora UCC Campanhã, ULS S João