



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

Índice

1- ACTUAÇÃO DE PREVENÇÃO	1
1.1- Procedimentos Gerais para Prevenção do contágio	1
1.2 – Regras Básicas de Prevenção	1
1.3- Protocolo de higienização para prevenção do contágio	3
2- ACTUAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA.....	4
2.1 – Procedimentos Gerais em caso de Suspeita de infecção	4
2.2 – Procedimentos em caso de Suspeita de infecção de Trabalhadores.....	4
2.3 – Procedimentos em caso de Suspeita de infecção de Clientes	5
2.4 – Sala de Isolamento.....	6
2.5-Níveis de responsabilidade de todos os intervenientes no Plano	8
2.6 - Protocolo de higienização para situações de emergência	10
2.7-Desinfecção de Piscinas e.....	11
2.8- Protecção dos profissionais responsáveis por manter a acomodação dos clientes.....	11
2.9- Mudança de roupa dos quartos e limpeza e desinfecção das instalações	12
2.10. Manutenção das superfícies ambientais	13
2.11. Limpeza e Desinfecção de Superfícies	13
2.12 - Equipamento de Protecção individual (EPI) para contacto com suspeito – Como usar?	15
2.13- Vigilância de Contactos Próximos	16

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

1- ACTUAÇÃO DE PREVENÇÃO

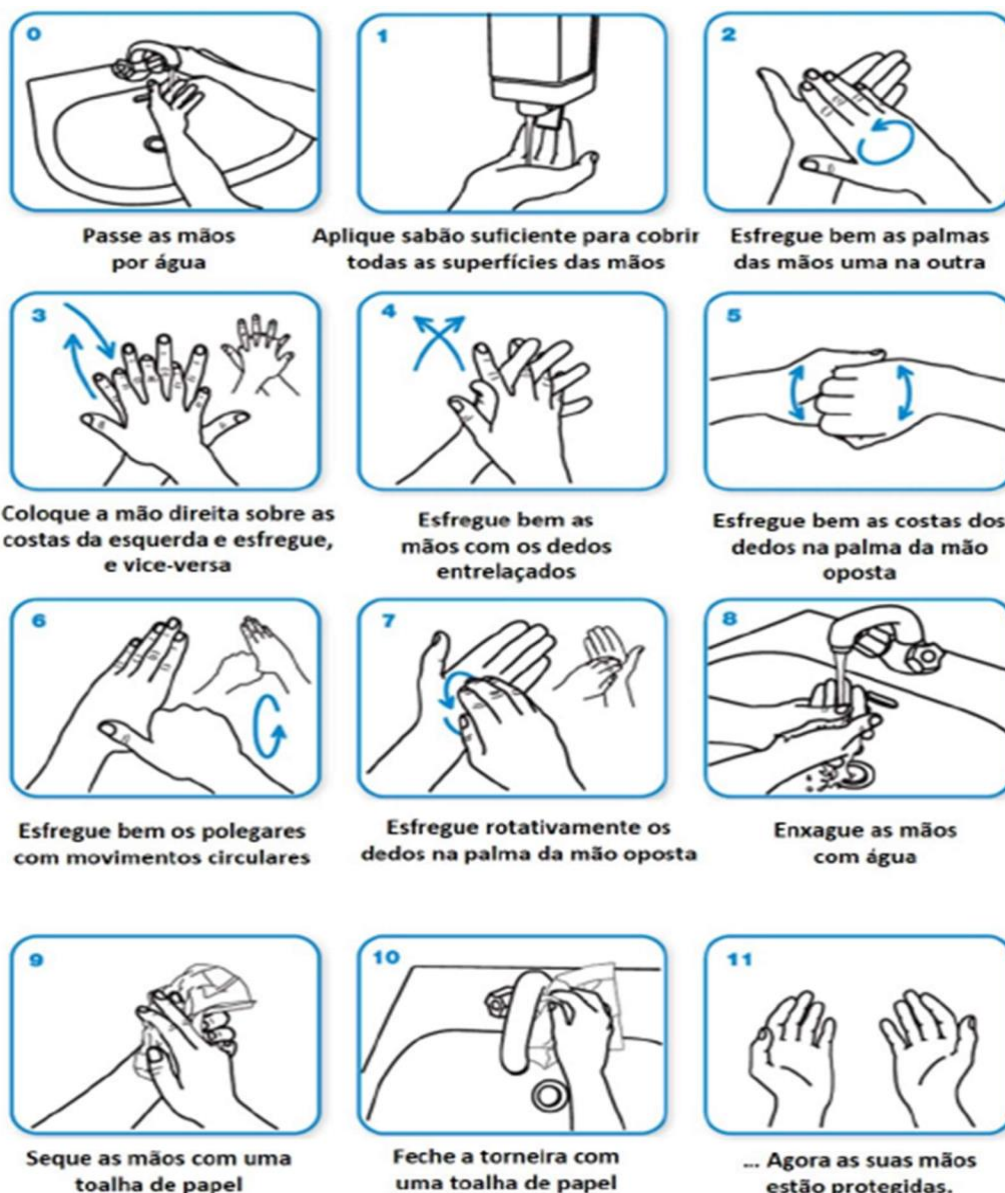
1.1- Procedimentos Gerais para Prevenção do contágio

- Reforço das medidas de higiene, com intensificação dos desinfectantes, em todas as áreas comuns do hotel e desinfectação regular das superfícies das áreas comuns (botões dos elevadores, maçanetas das portas, corrimãos das escadas);
- Criamos uma sala de isolamento, quer para Clientes, quer para Trabalhadores, que são identificadas abaixo;
- Reuniões, só o estritamente necessário;
- Privilegiar as comunicações com fornecedores e colaboradores por e-mail ou telemóvel;
- Arejar as áreas.

1.2 – Regras Básicas de Prevenção

- Evite contacto próximo com pessoas que tenham sintomas de doenças respiratórias;
- Adopte medidas de etiqueta respiratória: tapar o nariz e a boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos; deitar o lenço de papel no lixo);
- Se tiver sintomas de doenças respiratórias, use máscaras para limitar a propagação dessas doenças;
- Não partilhe comida, utensílios, copos e toalhas. Use uma colher para se servir;
- Evite tocar nos olhos, nariz ou boca com as mãos sujas;
 - **Lavagem das Mãos**
 - Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool;
 - A lavagem das mãos deve demorar entre 40 e 60s;
 - Se tiver acabado de o fazer, não toque directamente na maçaneta da porta, use o cotovelo ou uma toalha de papel para a abrir;
 - Lave as mãos sempre que se assoar, espirrar ou tossir;
 - A lavagem das mãos deve passar pelas seguintes fases:

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19



Após a lavagem das mãos poderá proceder à sua desinfeção.








A desinfeção sem ter feito a prévia higienização não é eficaz. A higienização é fundamental. Os produtos a utilizar na Higienização e na Desinfeção das mãos são os seguintes:

	Nome produto	Tempo de contacto	Doseamento
HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS	MC 27	60 seg	Puro
DESINFECÇÃO DAS MÃOS	SABONETE LIQUIDO MAKRO PRO	30 seg	Puro
	MC 27		

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

1.3- Protocolo de higienização para prevenção do contágio

O quadro abaixo resume o Protocolo de higienização para prevenção do contágio.

			Casas de Banho quartos diário	Casas de Banho áreas Publicas Diariamente	Pavimentos Duros 1 X Dia	Cozinha diariamente	Mesas Laváveis Diariamente	Elevadores botões Diariamente	Maçanetas Portas Diariamente	Balcões recepção e vários Diariamente	Cómodas, interruptores, comando TV diário	Mãos Lavadas cada 2 horas	Mãos Lavadas após cada tarefa	Zonas comidas e Bebidas	DISINFECTANT DE MÃOS
HOUSEKEEPING	ARV 1191		X	X	X		X								
COPA	ARV 1191				X	X									
HOUSEKEEPING	MORCLEAN							X	X	X	X			X	
TODOS OS TRABALHADORES	MC 27														X
TODOS OS TRABALHADORES	MC 27											X	X		X
CLIENTES	SABONETE LIQUIDO MAKRO PRO											X	X		X

Num cenário de necessidade de reforço de prevenção, as higienizações nas casas de banho deverão passar a ser feitas com o ARV 1191

O Moreclean, que é um desinfetante de base alcoólico, é o produto a utilizar em superfícies como botões de elevadores, puxadores de portas, corrimãos, linhas de buffet, etc. das zonas públicas comuns (restaurantes, bares, recepção, kids club, patamares dos blocos, elevadores). A utilização deste produto é fundamental para a eficácia da prevenção, por permitir reduzir o risco de contágios por toque em superfícies contaminadas.

O ARV 1191 continuarão a ser utilizados pela Copa nas suas lavagens.

O MC 27 é o produto indicado para a lavagem das mãos. A seguir a essa lavagem, os Trabalhadores têm à disposição o MC 27, para a desinfecção das mãos.

Os Clientes têm à disposição nas áreas pública (recepções, restaurantes) o Sabonete Liquido MAKRO PRO, para a desinfecção das mãos.

Refira-se que a eficácia do MC 27 e do Sabonete Liquido MAKRO PRO são idênticas.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

2- ACTUAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

Em caso de suspeita de infecção com COVID-19 na área do estabelecimento, siga estas recomendações para prevenir o contágio:

2.1 – Procedimentos Gerais em caso de Suspeita de infecção

1. Dar ao doente (caso suspeito COVID-19) uma máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita. A máscara deverá ser colocada pelo próprio doente.
2. Colocar em isolamento nas salas criadas para o efeito, e manter contacta à distância.
3. O doente deve contactar de imediato a linha de Saúde 24 (808 24 24 24).
4. Distribuir pelas pessoas envolvidas os EPI's apropriados (luvas, máscaras, batas descartáveis, cobre sapatos).
5. Providenciar a desinfeção dos locais
 - Se for colaborador, isolar e desinfectar o local de trabalho;
 - Se for cliente, isolar e desinfectar as áreas comuns onde passou.
6. Informar todas as pessoas que estiveram em contacto com a pessoa infectada, para manterem vigilância e avisar em caso de sinais ou sintomas suspeitos.

2.2 – Procedimentos em caso de Suspeita de infecção de Trabalhadores

- 1- Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador na empresa com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia directa (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento”, definida no Plano de Contingência.
- 2- A chefia directa deve contactar, de imediato, o Coordenador de Segurança;
- 3- O Trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de isolamento, contacta o SNS 24 (808 24 24 24);
- 4- O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador.
- 5- Após avaliação, caso o SNS 24 informe o Trabalhador sobre a **não validação**, o trabalhador informa o Coordenador de Segurança da não validação, e este último deverá informar o Médico do Trabalho responsável.
- 6- Após avaliação, caso o SNS 24 informe o Trabalhador sobre a **validação**:
 - a DGS activa o INEM, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos;

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

- A chefia directa do Trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.

- O trabalhador doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), activada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência;
- O acesso dos outros trabalhadores à área de “isolamento” fica interdito (excepto aos trabalhadores designados para prestar assistência);
- A área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfecção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.
- Devem ser seguidas as regras de Vigilância com Contactos Próximos referidas no ponto 2.13.

2.3 – Procedimentos em caso de Suspeita de infecção de Clientes

- 1- A pessoa doente não deve sair do hotel.
- 2- Qualquer Cliente com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique outro Cliente com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, deverá informar a recepção por via telefónica.
- 3- Não se deve dirigir ao centro de saúde, a consultório privado ou à urgência do hospital;
- 4- No caso em que o Cliente esteja na sua Unidade de Alojamento aquando da manifestação da queixa, deverá permanecer no quarto, que funcionará como Sala de Isolamento.
- 5- Caso, ao invés, o Cliente não esteja na sua Unidade de Alojamento, então deverá ser deslocado para a Sala de Isolamento referida no ponto 2.4.
- 6- Caso a pessoa suspeita seja um Cliente, deverá ser a unidade hoteleira a contactar o SNS 24 (808 24 24 24);
- 7- Aguardar as instruções dos profissionais de saúde que o vão atender e a decisão clínica.
- 8- O profissional de saúde do SNS 24 questiona quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológicas compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Após avaliação, o SNS 24 informa sobre a validação ou não validação.
- 9- Após avaliação, caso o SNS 24 informe sobre a não validação, o Empreendimento deverá informar o Cliente dessa não validação.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

10- Após avaliação, caso o SNS 24 informe sobre a **validação**, a DGS activa o INEM, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

11- O Cliente doente deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), activada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência;

12- O acesso dos outros Clientes ou de Trabalhadores à área de isolamento fica interdito (excepto aos trabalhadores designados para prestar assistência);

13- A área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfecção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

14- Devem ser seguidas as regras de Vigilância com Contactos Próximos referidas no ponto 2.1.3.

2.4 – Sala de Isolamento

A Sala de isolamento do Hotel Pinhal do Sol têm áreas previstas para a eventualidade de virem a funcionar como Salas de Isolamento, enquanto se aguarda a validação do caso pela DGS e o eventual transporte pelo INEM.

A Sala de isolamento prevista é o quarto #102.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

Esta Sala de Isolamento tem as seguintes características:

- Ventilação natural e/ou sistema de ventilação mecânica;
- Revestimentos lisos e laváveis;
- Instalação sanitária para utilização exclusiva, situada no interior da Sala de Isolamento,

A Sala de Isolamento está equipada com:

- Telefone;
- Cadeira e cama;
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução anti-séptica de base alcoólica (no interior e à entrada desta área);
- Toalhetes de papel e toalhetes de limpeza de uso único humedecidos em desinfectante;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro;
- Sacos de recolha de roupa usada.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

2.5-Níveis de responsabilidade de todos os intervenientes no Plano

O quadro seguinte sintetiza os níveis de responsabilidade de todos os intervenientes no Plano

INTERVENIENTE	RESPONSABILIDADE
Administração	Validar o presente Plano de Contingência
Direcção	Acompanhar as orientações e recomendações pelas autoridades
	Manter o Plano de Contingência interno, respeitando estas orientações e recomendações e adequando às especificidades à unidade
	Coordenar com todas as equipas a aplicação do presente plano
	Veicular as informações, formações e treino necessários a todos os grupos de profissionais das diversas áreas do hotel ou alojamento sobre COVID-19 e como cumprir as precauções básicas de prevenção e controlo de infecção;
	Veicular informações, formações e treino á Governanta e às Equipas designadas para a remoção da roupa e fazer camas de lavado; e para realizar a limpeza
Gestão de Compras Economas	<p>Garantir os stocks de todos os produtos e matérias necessários, definidos no presente Plano de Contingência:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kit com água e alguns alimentos não perecíveis; - Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); - Sacos de recolha da roupa usada. <ul style="list-style-type: none"> - Solução anti-séptica de base alcoólica; - Stock de matérias de limpeza de uso único (panos de limpeza, toalhetes de limpeza de uso único humedecidos em desinfectante); - Lixívia, álcool a 70º, solução anti-séptica de base alcoólica (SABA) e todos os produtos químicos definidos em 1.3 e em 2.6. <ul style="list-style-type: none"> - Kits de visitant; - Máscara(s) cirúrgica(s); - Luvas descartáveis; - Termómetro; - Equipamento de Protecção Individual para a Mudança de roupa dos quartos e limpeza e desinfecções das instalações: <ul style="list-style-type: none"> - Batas - Luvas não esterilizadas, descartáveis, de nitrilo, - Óculos de protecção - Máscaras de protecção respiratória do tipo FFP2.
Recepção e demais departamentos com contacto com o Cliente	Em caso de que algum Cliente informe manifestar suspeitas, contactar de imediato a Direcção
Director	Em caso de que surjam suspeitas, informar de imediato a Administração






PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

	Contactar a Governanta, de modo a garantir-se a retirada de eventuais matérias não laváveis da Sala de Isolamento, caso se trate de um espaço que não esteja Out-Of-Order e a colocação dos produtos e equipamentos listados como a fazer parte da Sala de Isolamento
	Acompanhar o Cliente ou Trabalhador com suspeitas de doença para a Sala de Isolamento
	Efectuar o contacto para a linha Saúde 24 caso surja um Cliente com suspeitas
Qualquer Trabalhador que suspeite de doença	Informar a chefia directa.
	Dirigir-se para a sala de isolamento, definida no Plano de Contingência.
	Já na sala de isolamento, contactar o SNS 24 (808 24 24 24);
	Após avaliação do caso pelo SNS 24, o trabalhador deve informar a Chefia da validação, ou não validação, do caso suspeito.
Chefia de Qualquer Trabalhador que suspeite de doença	Assim que souber de suspeita, contactar, de imediato, o Director
	Assim que souber da validação, ou não validação, do caso suspeito contactar, de imediato, o Director
Governanta	Coordenar a retirada de eventuais matérias não laváveis da Sala de Isolamento, caso se trate de um espaço que não esteja Out-Of-Order
	Coordenar a colocação dos produtos e equipamentos listados como fazer parte da Sala de Isolamento
	Coordenar as tarefas Equipas designadas para a remoção da roupa e fazer camas de lavado; e para realizar a limpeza
Equipa designadas para a remoção da roupa e fazer camas de lavado	Cumprir com o definido nos pontos 2.8 a 2.12, sob a coordenação da Governanta
Equipas designadas para realizar a limpeza	Cumprir com o definido nos pontos 2.8 a 2.12, sob a coordenação da Governanta
Técnicos e de Manutenção	Coordenar os tratamentos das Piscinas
	Efectuar os tratamentos das Piscinas

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

2.6 - Protocolo de higienização para situações de emergência

Em caso de emergência deverá ser accionado o seguinte protocolo de higienização e assinalar-se as acções tomadas no Registo de Higienizações de Emergência.

			Casas de Banho quartos diário	Casas de Banho áreas Publicas Diariamente	Pavimentos Duros 1 X Dia	Cozinha diariamente	Mesas Laváveis Diariamente	Elevadores botões Diariamente	Maçanetas Portas Diariamente	Balcões recepção e vários Diariamente	Cómodas, interruptores, comando TV diário	Mãos Lavadas cada 2 horas	Mãos Lavadas após cada tarefa	Zonas comidas e Bebidas	Desinfectante de Mãos
HOUSEKEEPING	MORCLEAN							X	X	X	X			X	
TODOS OS TRABALHADORES	MC 27											X	X		X
TODOS OS TRABALHADORES	MC 27											X	X		X
CLIENTES	SABONETE LIQUIDO MAKRO PRO											X			X

Este Protocolo de Higienização de Emergência passa por:

- Reforço de higienização com Moreclean sob concentrações mais elevadas e com maior frequência;
- Desinfecção com maior frequência das superfícies das zonas públicas comuns (restaurantes, bares, recepção, kids club, patamares dos blocos, elevadores, etc.) com Moreclean (solução alcoólica);

Aqui inclui-se a desinfecção de botões de elevadores, puxadores de portas, corrimãos, linhas de buffet e todos os sítios em que alguém doente possa ter colocado as mãos;

- Reforço da frequência da higienização e desinfecção das mãos com MC 27 e Sabonete liquido MAKRO PRO;
- A loiça utilizada pelo doente no quarto terá de ser desinfectada com Moreclean (tal como referido no protocolo de higienização) antes de ir ser lavada com a restante loiça.

Para evitar dispersão do vírus esta lavagem deve ser feita pelo Housekeeping, mais especificamente por quem foi ao quarto, na copa de Housekeeping mais próxima.

Se for necessário que alguém se dirija ao quarto onde está o cliente contaminado, ou que tenha contacto com ele, é essencial o uso de luvas e máscara, que depois deverão ser imediatamente descartadas para o lixo em sacos fechados.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

2.7-Desinfecção de Piscinas

Se o doente utilizou recentemente alguma piscina, as superfícies dessa piscina onde as pessoas circulam devem ser lavadas e desinfectadas.

Água deve ser trocada por completo.

2.8- Protecção dos profissionais responsáveis por manter a acomodação dos clientes

As pessoas que tratam da roupa de cama ou do quarto de um caso suspeito ou confirmado e as pessoas que realizam as limpezas nos hotéis e alojamentos, desde que cumpram as medidas de protecção recomendadas e garantam o controlo da exposição ao risco de transmissão, não correm riscos desnecessários. No entanto, o risco de transmissão pode, contudo, ser real em caso de acidente, ou se não forem cumpridas integralmente as medidas de protecção recomendadas.

Todos os profissionais responsáveis por manter a acomodação dos clientes têm formação e treino e estão protegidos com os EPI adequados.

O Hotel tem duas equipas diferentes (em dois tempos de espaçados):

- Uma para a remoção da roupa e fazer camas de lavado;
- Outra para realizar a limpeza.

Durante a fase de possível epidemia ou perante um caso suspeito de COVID-19, as equipas encarregues do tratamento de roupa de cama e da limpeza dos quartos, ficam mais expostos ao risco de aerossóis, pelo que se devem proteger, em particular, com os equipamentos de protecção adequados (EPI):

- Máscara;
- Óculos para protecção dos olhos;
- Avental de plástico sobre a farda e luvas (preferencialmente descartáveis, de nitrilo).

O fardamento e os equipamentos de protecção individual (EPI) devem ser diferentes, dependendo do tipo de intervenção ou tarefa e do risco de exposição.

A farda destes profissionais não deve ser levada para lavar em casa - deve ser lavada em máquina, na lavandaria da unidade, a temperaturas elevadas. De preferência, deixar uma máquina de lavar roupa só para a roupa dos clientes afectados e as fardas dos profissionais.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

Após mudar a roupa da cama e os atalhados do quarto da pessoa suspeita ou doente com COVID-19, é desejável esperar também um tempo (período de latência) para iniciar a limpeza dos quartos.

2.9- Mudança de roupa dos quartos e limpeza e desinfecção das instalações:

Dado que a intervenção de mudança de roupa da cama gera aerossóis, ter-se-á de separar as duas intervenções: mudança de roupa e limpeza. Deve-se dar um tempo de espera entre estas duas tarefas - respeitar um tempo de pelo menos 2-3 horas entre retirar lençóis e roupas de cama e atalhados, e realizar a limpeza de pisos e superfícies.

É necessário equipar os profissionais encarregados de remover roupa e realizar a limpeza, com:

- Bata;
- Luvas não esterilizadas;
- Óculos de protecção;
- Máscara de protecção respiratória do tipo FFP2.

Ao remover a roupa de cama e atalhados deverão ser seguidas as seguintes regras:

- Não agitar a roupa de cama;
- Retirá-la sem a sacudir, enrolando-a no sentido de dentro para fora, fazendo um “embrulho”;
- Não encostar a roupa ao corpo;
- Transportar as roupas e colocar directamente na máquina de lavar;

A roupa deve ser lavada à temperatura mais alta que puder suportar (dependendo da termoresistência) – ciclo de desinfecção pelo calor (pelo menos a 60°C durante 30 minutos, ou entre 80-90°C, com 10 minutos de contacto do calor com a roupa);

Se a roupa não puder ser lavada a quente, deve ser lavada na máquina a temperatura entre 30-40°C e a um ciclo de desinfecção final na máquina, com um desinfectante apropriado a este tipo de roupa e compatibilidade com a máquina.

Os resíduos recolhidos no quarto, devem ser acondicionados num primeiro saco bem fechado, que depois é depositado no 2.º saco. O 2.º saco deve ser identificado como resíduos biológicos e tratados por incineração ou autoclavagem.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

2.10. Manutenção das superfícies ambientais

O coronavírus (MERS-CoV-2) provavelmente pode sobreviver durante horas em superfícies secas e até 6 dias, em superfícies com humidade.

A limpeza húmida é sempre preferível, à limpeza a seco.

Não usar aspirador para limpeza de pisos.

Não é adequado o uso de aspirador de pó, porque põe em movimento no ar, as gotículas, nas quais o vírus pode estar contido e transforma-as em aerossóis.

O pessoal encarregado da limpeza de pisos e superfícies deve estar equipado com:

- Uma bata impermeável, ou avental de plástico sobre o fardamento,
- Luvas de uso único resistente a líquidos,
- Máscara de tipo cirúrgica.

Deve-se cumprir o seguinte procedimento para a limpeza dupla de pisos e superfícies:

- a) Limpar as superfícies de cima para baixo e no sentido das áreas mais limpas para as mais sujas;
- b) Usar panos de limpeza de uso único, diferentes e exclusivos para a área do quarto e para as casas de banho;
- c) O balde e esfregona de limpeza da casa de banho deve ser diferente do balde de limpeza e esfregona a usar no quarto;
- d) Para lavar as superfícies: pode usar-se detergentes de uso comum;
- e) Para desinfeção de superfícies: a Organização Mundial de Saúde (OMS) aconselha o uso de
 - Lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre, e
 - Álcool a 70^o, para as superfícies metálicas ou outras, que não sejam compatíveis com a lixívia, de modo a evitar corrosão ou danificação.

2.11. Limpeza e Desinfeção de Superfícies:

Se há presença de sangue, secreções respiratórias ou outros líquidos orgânicos:

- Absorver os líquidos com papel absorvente;

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

- Aplicar a lixívia diluída em água na proporção de uma medida de lixívia, para 9 medidas iguais de água;
- Deixar actuar durante 10 minutos;
- Passar o local com água e detergente;
- Enxaguar só com água quente; e
- Deixar secar ao ar;

Deve-se usar máscara na diluição e aplicação da lixívia; abrir as janelas para ventilação do espaço.

Para a desinfecção comum de superfícies:

- Lavar primeiro com água e detergente;
- Aplicar a lixívia diluída em água na seguinte proporção: uma medida de lixívia em 49 medidas iguais de água; deixar actuar a lixívia durante 10 minutos;
- Enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar;

As instalações sanitárias devem ser lavadas e desinfectadas com um produto de limpeza misto que contenha em simultâneo detergente e desinfectante na composição, por ser de mais fácil e rápida aplicação e acção;

O mobiliário e alguns equipamentos poderão ser desinfectados após a limpeza, com toalhetes humedecidos em desinfectante ou em álcool a 70^o. Limpar primeiro o mobiliário do quarto;

Retirar os cortinados e enviar para lavar, incluindo o cortinado da casa de banho;

Limpar o mobiliário;

Casas de banho:

Lavar a casa de banho, começando pelas torneiras, lavatórios e ralos destes, passar depois ao mobiliário, de seguida a banheira ou chuveiro, retrete e bidé;

O mesmo procedimento repete-se para o chuveiro, não esquecendo de limpar bem o chuveiro, desenroscar a cabeça do mesmo e lavar e desinfectar.

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

Retrete:

- Aplicar o produto que tem a função de detergente e desinfetante em simultâneo, no interior e exterior da retrete;
- Deixar actuar o produto durante 10 minutos para que faça o efeito desejado;
- Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- Descarregar a água com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- Pôr o piaçaba a escorrer;
- Lavar e desinfetar o suporte do piaçaba.

Parte externa da retrete:

Com outro pano limpo de uso único, lavar a parte externa da retrete, começando pelo tampo (o menos sujo), seguindo-se a parte de cima da retrete e todas as partes exteriores com o mesmo detergente/desinfetante; passar depois só com água quente e deixar secar.

Chão das instalações

Por fim, lavar o chão das instalações.

Abrir as janelas da área e deixar secar ao ar.

2.12 - Equipamento de Protecção individual (EPI) para contacto com suspeito – Como usar?

- Colocar a máscara e adaptá-la correctamente
- Vestir a bata de protecção
- Calçar os cobres sapatos
- Calçar dois pares de luvas, cobrindo a bata com o segundo par.

Após estas medidas tomadas, aguardar a chegada e intervenção dos meios de socorro e emergência.

Depois de encaminhado o doente para a unidade de saúde, retirar os EPI's do seguinte modo:

- Desapertar a bata, despir pela parte de cima tocando apenas no exterior da bata e retirando simultaneamente as luvas exteriores com as mangas e descalçar os cobres sapatos;
- Retirar a máscara tendo o cuidado de tocar apenas nos elásticos posteriores;
- Colocar tudo num saco fechado que deverá estar identificado com a seguinte sinalética:

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19



- Lavar as mãos com água e sabão e aplicar desinfetante

2.13- Vigilância de Contactos Próximos

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância

	ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO
DEFINIÇÃO	<p>Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;</p> <p>Clientes que estavam alojados no mesmo quarto do Caso;</p> <p>Trabalhador ou Cliente que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;</p> <p>Trabalhador ou Cliente que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objectos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.</p>	<p>Trabalhador ou Cliente que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espiro).</p> <p>Trabalhador(es) ou Cliente que prestou (aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).</p>

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

	ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO
VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	<p>Monitorização activa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;</p> <p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</p> <p>Restringir o contacto social ao indispensável;</p> <p>Evitar viajar;</p> <p>Estar contactável para monitorização activa durante os 14 dias a data da última exposição.</p>	<p>Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</p> <p>Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho, no caso de trabalhadores.</p>

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19