



HOTEL DA BAIXA
DOWNTOWN LISBON ★★ ★

CONTINGENCY PLAN COVID-19



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF BAHIA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

0.Index

0.Index	2
1. Framework.....	3
1.1. Approval	3
1.2. Scope and purpose	4
1.3. Suspicious case definition	5
1.4. Infection transmission	5
1.5. Definitions	6
2. Contingency plan	7
2.1. Definition of essential activities	7
2.2. Isolation Areas	8
2.3. Roles and responsibilities	9
2.4. Health professionals and Management Plan involved	9
2.5. Material resources	10
2.6. Workers information and training	10
3. Suspicious case procedure	11
4. Validated Suspicious Case.....	13
5. Close contact surveillance procedure.....	14
6. Activation	16
7. Resetting Normality	17
8. Updates	17
9. Distribution	17
Attachments.....	18
Attachment 1 – Contagion protection measures.....	19
Attachment 2 - Specific procedures - Contingency Plan Manager and Focal Point.....	26
Attachment 3 – Internal communication measures in case of a suspected case....	31
Attachment 4 - Personal Protective Equipment Distribution List.....	37
Attachment 5 –Close contacts list	38
Attachment 6 – List of Suspected Cases.....	40



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

1. Framework

1.1. Approval

HOTEL DA BAIXA PRATA, LDA, intends to guarantee all employees and customers an effective response to the COVID-19 epidemic.

The present Plan, which forms part of a broader prevention policy within the Safety and Health at Work, has the main objective of minimizing the impact of the epidemic on company workers and the consequent social and economic impacts of this situation.

HOTEL DA BAIXA PRATA created a set of solutions to ensure in time communication of information, reduce contagion, promote the training of all company employees and ensure a coordinated response with the other institutions, namely health, involved in responding to the situation.

Lisbon, 13 of March 2020

The administration

1.2. Scope and purpose

The Emergency Committee of the International Health Regulations has decreed an International Public Health Emergency. According to the European Center for Disease Prevention and Control (ECDC), the potential impact of outbreaks by COVID-19 is high, and the global spread of the virus is likely.

Employers have a central role to play in protecting the health and safety of their workers, as well as being crucial in limiting the negative impact on the economy and society. Thus, it is very important that the Contingency Plans are developed and updated with the information provided by the Directorate-General for Health (DGS), so that the recommendations regarding prevention and infection control are complied.

It is likely that more cases of COVID-19 will be identified in the coming days, including more cases in Portugal. It is also likely that spread from person to person will continue to occur, including in communities in Portugal. It is likely that at some point there will be a generalized transmission of COVID-19 in Portugal.

Assuming measures to prevent contagion throughout the community is essential to ensure the health of our workers and the population in general.

Considering the high degree of predictability of the occurrence of the pandemic, main Plan strategic objective is to guarantee, in scenarios of high absenteeism:

- Continuity of service provision;
- Prepare an agile response that minimizes the conditions for the spread of the epidemic and keeps essential services up and running;
- Prepare to resume normal activity as quickly and safely as possible.

Therefore, a set of operational objectives are defined:

- Keep services running and ensure minimum services;
- Defines decision and coordination structures;
- Defines coordination with external entities / authorities;
- Reduce the risk of contamination in the workplace;
- Prepare responses to prevent / slow the spread of the epidemic;
- Prepare procedures to protect the health of all workers;
- Monitor and follow the process permanently.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF TRAVELERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

1.3. Definition of suspicious case

Suspected cases are those that fall within the definition provided by the European Center for the Prevention and Control of Communicable Diseases (ECDC), and that include the following clinical and epidemiological criteria:

Patient with acute respiratory infection (sudden onset of fever or cough or difficulty Respiratory), without any other etiology that explains the picture + History of travel or residence in areas with active community transmission, in the 14 days before the onset of symptoms;
Or
Patient with acute respiratory infection + Contact with confirmed or probable case of SARS-CoV-2 or COVID-19 infection, within 14 days before onset of symptoms
Or
Patient with severe acute respiratory infection, requiring hospitalization, without other etiology

1.4. Transmission of infection

Coronaviruses are a family of viruses known to cause disease in humans. The infection can be similar to a common flu or present as a more serious illness, such as pneumonia.

The new coronavirus, entitled 2019-nCoV (SARS-CoV-2), was first identified in January 2020 in China, in Wuhan. This new agent had never been previously identified in humans, having caused an outbreak in the city of Wuhan. The source of the infection is still unknown.

It is considered that COVID-19 can be transmitted:

- By respiratory droplets (particles larger than 5 microns);
- By direct contact with infectious secretions;
- By aerosols in therapeutic procedures that produce them (less than 1 micron).

The current knowledge about the transmission of COVID-19 is supported by knowledge about the first cases of COVID-19 and about other coronaviruses of the same subgenus. Person-to-person transmission has been confirmed and is thought to occur during close exposure to a person with COVID-19, through the spread of respiratory droplets produced when an infected person



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Coughs, sneezes, or speaks, which can be inhaled or landed in the mouth, nose or eyes of people who are close.

Contact of the hands with a surface or object with the new coronavirus and then contact with the oral, nasal or ocular mucous membranes (mouth, nose or eyes), can lead to the transmission of the infection.

To date, there is no specific vaccine or treatment for this infection.

1.5. Definitions

Suspected Non-Validated Case - When dealing with a suspicious case, the SNS 24 contacts the Medical Support Line (LAM) of the Directorate-General for Health (DGS) to validate the suspicion. This case is close for COVID-19. The SNS 24 defines the usual procedures and appropriate to the worker's clinical situation.

The worker informs the Direct Manager.

Validated Suspect Case - DGS activates INEM and INSA (National Institute of Health Dr. Ricardo Jorge), beginning the epidemiological investigation. The direct manager informs the Focal Point of the existence of a suspected case validated in the company.

Probable case - Suspected case with inconclusive SARS-CoV-2 test or positive test for pan-coronavirus + without other etiology that explains the condition.

Unconfirmed Suspected Case - case not confirmed after laboratory tests. This is closed for COVID-19, with the usual company procedures being applied, including cleaning and disinfection. In this situation, the measures in the company's Contingency Plan are deactivated;

Confirmed Suspect Case - case confirmed after laboratory tests. The isolation area must be closed until the decontamination (cleaning and disinfection) is validated by the Local Health Authority. This ban can only be lifted by the Health Authority.



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

2. Contingency plan

2.1. Definition of essential activities

HOTEL DA BAIXA PRATA assumes the following division of essential activities and activities that can be reduced or closed, as well as the necessary resources.

a) Essential activities

The list of essential activities will be distributed to departmental boards and make workers aware according to the circumstances.

b) Activities that may be reduced or closed

All other activities that are not included in subparagraph a), may be temporarily suspended or carried out in telework.

In case this Contingency Plan is activated, staff meal spaces and other common spaces will be closed, considered non-essential.

c) Essential external resources

The external resources defined essential for the pursuit of HOTEL DA BAIXA PRATA's are the following:

- Cleaning services, with enhanced cleaning of common areas;
- Human security and surveillance services;
- Work health Services (Serviços de Saúde no Trabalho SST).

In order to safeguard its capacity, HOTEL DA BAIXA PRATA's will, according to the applicable:

- Request the Contingency Plan from the companies that provide these services.

d) Essential workers

The list of essential workers will be distributed to departmental boards and make workers aware according to the circumstances.



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

e) Workers with higher risk of infection

The group that may be subject to a higher risk of infection are the workers who perform it are in contact with the public.

f) Activities that can use alternative forms of work

The list of functions to be carried out under teleworking will be distributed to the department boards and make workers aware according to the circumstances.

2.2. Isolation Areas

The definition of a place / area of isolation where a worker or client moves and remains aims to prevent other workers from being exposed and infected. Its main objective is to prevent the spread of the communicable disease in the company and in the community.

The “isolation” area aims to prevent or restrict direct contact between workers and the infected worker or guest (with signs and symptoms and epidemiological link compatible with the definition of a suspected case, whose criteria are referred to in the previous point) and allow a social distancing from the other workers.

The isolation area defined by HOTEL DA BAIXA PRATA is a room that meets the following conditions:

- As close as possible to an exit and unoccupied at the time of the occurrence;
- Private bathroom;
- Windows that can be open;

Workers or customers identified as a suspected case should travel directly to the isolation area without going through offices or common rooms. The companion must always be available outside the isolation zone and wait for the arrival of medical services (INEM).

The isolation area is equipped with the following products and equipment:

- Telephone;
- Chair;



HOTEL DA BAIXA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

- Water and some non-perishable foods;
- Waste container (with non-manual opening and plastic bag);
- Alcohol-based antiseptic solution;
- Paper wipes;
- Surgical mask (s);
- Disposable gloves;
- Thermometer.

2.3. Roles and responsibilities

Administration

Approval of the Contingency Plan; Creation of conditions for the execution of the Plan.

Contingency Plan (General Manager)

Implementation and monitoring of the measures contained in the Contingency Plan; Activation of the Contingency Plan.

Focal point (Duty Manager)

Communication to the Contingency Plan Manager and implementation of the measures decided. Coordination and monitoring of the application of the measures contained in the Contingency Plan; Responsible for internal communication.

Work Health and Safety Services

Technical support in the field of work health.

Direct Manager

Monitoring of suspected cases;

Communication to the Focal Point on the development of the situation of suspected cases.

2.4. Health professionals involved

Occupational Physician: Luzia Fernandes Telephone:211
329 052

Plan manager: Nuno Serôdio Ponto Focal – Shift Manager

2.5. Recursos Materiais

HOTEL DA BAIXA PRATA offers a set of products and equipment for use during a flu outbreak:

Product		Used
Alcohol-based antiseptic solution	500 ml	Isolation room
	Dispensers	Entrada das instalações
Surgical masks		For the use of the worker / client with symptoms (if suspect)
Surgical masks and disposable gloves		For workers who provide assistance to the worker with symptoms
Paper wipes and liquid soap		Sanitary facilities
Waste container with non-manual opening and plastic bag		Isolation room
Cleaning equipment for exclusive use (1 kit / room)		Isolation room
Thermometer (1 unit)		Isolation room
Enhanced cleaning and disinfection of the premises		Daily cleaning and deep cleaning weekly and according to each company's contingency plan cleaning service provider

Once the Contingency Plan is activated, the Plan Manager must immediately ensure that the cleaning services trigger the respective Contingency Plans, in the locations covered.

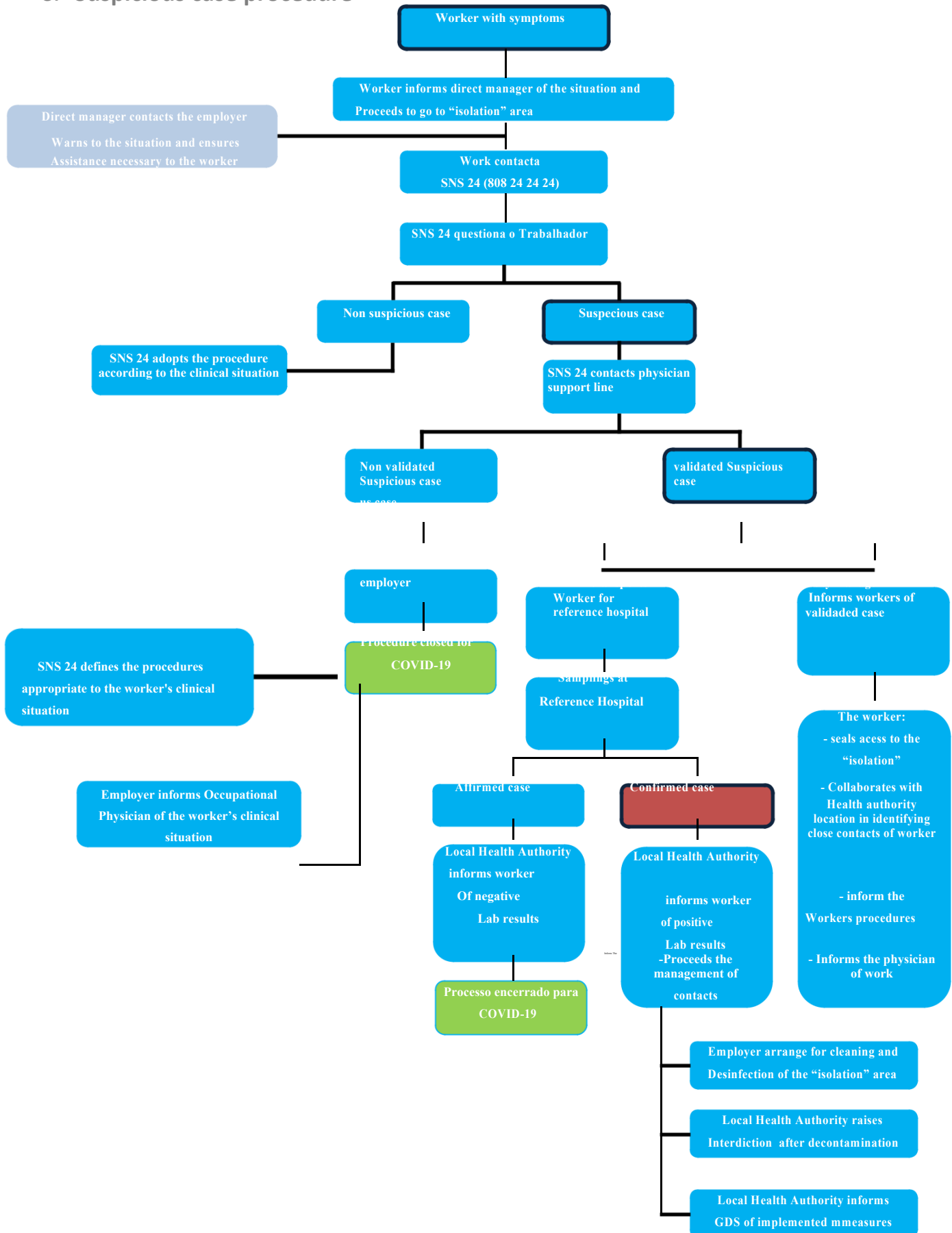
2.6. Information and training of workers

The Contingency Plan manager is responsible for training all focal points, giving priority to distance training.

This contingency plan will be released by email. Informative posters about COVID-19 are attached.



3. Suspicious case procedure





HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

SUSPECTED CASE NOT VALIDATED

- Any worker or client with signs and symptoms of COVID-19 and an epidemiological link informs the direct manager (preferably by telephone) and goes to the defined “isolation” area. If you identify a worker or customer from HOTEL DA BAIXA PRATA with criteria compatible with the definition of a suspected case, you should ask them to follow the same procedure.
- The direct manager immediately contacts the Focal Point via telephone contact;
- In the necessary situations (ex: difficulty in locomotion of the worker or client), the direct manager or a member of the staff ensures that adequate assistance is provided to the worker or client up to the “isolation” area.
- Whenever is possible, ensure the safety distance (greater than 2 meters) from the patient.
- The worker (s) who accompanies / renders assistance to the worker or client with symptoms, must put, a moment before starting this assistance, a surgical mask and disposable gloves, in addition to compliance with basic infection control precautions (PBCI) regarding hand hygiene (Appendix 1), after contact with the sick worker or client.
- The sick worker or client (suspected case of COVID-19) already in the “isolation” area, contact SNS 24 (808 24 24 24).
- This worker / client must wear a surgical mask, if their clinical condition allows it. The mask must be put on by the worker / customer. It should be checked if the mask is properly fitted (ie: adjustment of the mask to the face, in order to allow complete occlusion of the nose, mouth and lateral areas of the face. In men with a beard, an adaptation to this measure may be made. (Surgical mask complemented with a tissue.) Whenever the mask is damp, the worker must replace it with another one.

The health professional of the NHS 24 questions the sick worker about signs and symptoms and epidemiological link compatible with a suspected case of COVID-19. After evaluation, the SNS 24 informs the worker or client:

- If it is not a suspected case of COVID-19: defines the procedures appropriate to the clinical situation of the worker / client.

In this situation, and only as an action to avoid panic among the remaining workers, communication is carried out as defined in the attachment.

Communication in a Suspicious and Not Validated Case



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

4. Validated Suspect Case

In case of a Validated Suspicious Case, DGS activates INEM, INSA and the Regional Health Authority, initiating epidemiological investigation and contact management.

- The direct manager of the worker informs the Focal Point of the existence of a suspected case validated in the company.
- The sick worker / client must remain in the “isolation” area (with a surgical mask, as long as their clinical condition allows), until the arrival of the team from the National Institute of Medical Emergency (INEM), activated by DGS, which ensures transport to the reference hospital, where biological samples will be collected for laboratory tests;
- Access by other workers and customers to the “isolation” area is prohibited (except for workers designated to provide assistance);
- The Focal Point collaborates with the Local Health Authority in identifying contacts close to the patient (Suspected Suspected Case);
- The Focal Point informs the occupational physician responsible for monitoring the worker's health;
- The Focal Point informs the remaining workers and customers of the existence of a Validated Suspect Case, awaiting results of laboratory tests.

NOT CONFIRMED CASE

The Local Health Authority informs the employer of the results of laboratory tests. If the Case is Unconfirmed, it is closed for COVID-19. In this situation, the measures of the company's Contingency Plan are deactivated.

In this situation, and only as an action to avoid panic among the remaining workers and customers, communication is carried out according to what is defined in the annex.

Communication in a Suspicious and Unconfirmed Case

CONFIRMED CASE

If laboratory results determine Confirmed Case:

- The “isolation” area must be closed until the decontamination (cleaning and disinfection) is validated by the Local Health Authority. This ban can only be lifted by the Health Authority.
- The Focal Point must provide:
 - Cleaning and disinfection (decontamination) of the “isolation” area;

- The reinforcement of cleaning and disinfection, mainly on surfaces frequently handled and most used by the confirmed patient, with greater probability of being contaminated. Pay special attention to cleaning and disinfecting the confirmed patient's workplace (including materials and equipment used by the patient);
- Storage of the Confirmed Case waste in a plastic bag (50 or 70 microns thick) which, after being closed (eg with a clamp), must be segregated and sent to a licensed operator for the management of hospital waste with biological risk .
- The planning of hygiene and cleaning should be related to coatings, equipment and utensils, as well as objects and surfaces that are more handled (ex. handrails, door handles). The surfaces must be cleaned and disinfected with degreasing detergent, followed by disinfectant.
- Never use compressed air equipment for cleaning, due to the risk of aerosol recirculation.
- The Focal Point must activate the Active Surveillance procedures of Nearby Contacts.

5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Close contact surveillance	
“High Exposure Risk”	“Low Exposure Risk”
<ul style="list-style-type: none"> • Active monitoring by the Health Authority Place for 14 days since the last exhibition; • Daily self-monitoring of the symptoms of COVID-19, including fever, cough or difficulty in breathe; • Restrict social contact to what is essential; <ul style="list-style-type: none"> • Avoid traveling; • Be contactable for active monitoring during 14 days from the date of the last exhibition. 	<ul style="list-style-type: none"> • Daily self-monitoring of the symptoms of COVID-19, including fever, cough or difficulty in breathe; • Monitoring of the situation by the doctor job.

- Daily self-monitoring, carried out by the worker himself, aims at assessing fever (measuring body temperature twice a day and recording the measurement value and time) and checking for cough or difficulty breathing;
- If symptoms of COVID-19 are found and the worker or customer is in the hotel, the “Procedures in Case of Suspect” must be initiated;
- If no symptoms appear within 14 days of the last exposure, the situation is closed for COVID-19.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

“Close contact” is considered to be a worker or client who does not have symptoms at the moment, but who had or may have had contact with a confirmed case of COVID-19. The type of exposure of close contact will determine the type of surveillance.

Close contact with a confirmed case of COVID-19 may be:

“High risk of exposure” is defined as:

- Cohabitation with confirmed case of COVID-19;
- Exposure associated with healthcare, including:
 - Providing direct care to a confirmed case of COVID-19 (without the use of PPE);
 - Unprotected contact in the laboratory environment with SARS-CoV-2 samples;
 - Direct physical contact (handshake) with confirmed case of COVID-19 or contact with secretions contaminated with SARS-CoV-2;
 - Contact in proximity (face to face) or in a closed environment with confirmed case of COVID-19 (ex: office, classroom, meeting room, waiting room), at a distance of up to 2 meters for more than 15 minutes;
- Travel with confirmed case of COVID-19:
 - On an aircraft:
 - Seated up to 2 places in any direction in relation to the patient (2 places around the patient);
 - Patient's travel companions;
 - Direct care to the patient;
 - Crew who served the patient's;

If you're sick with severe symptomatology or have been moving on the aircraft, all people are close contact;

- On a ship:
 - Patient's travel companions;
 - Sharing the same cabin the patient;
 - Providing direct care to the patient;
 - Onboard crew members who served the patient's;
 - The Health Authority may consider other persons not defined in the previous points as a close contact (assessed on a case-by-case basis).

“Low exposure risk” (casual), is defined as:

- Sporadic contact (in movement / circulation) with confirmed case of COVID-19;
- Face-to-face contact at a distance of up to 2 meters and for less than 15 minutes;
- contact in a closed environment with a confirmed case of COVID-19, at a distance greater than 2 meters OR for less than 15 minutes.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

In the event of a COVID-19 Confirmed Case, procedures for close contacts may be activated regarding the onset of symptomatology. For the purpose of managing contacts, the Local Health Authority with the Contingency Plan Manager, the Focal Point and the occupational physician, must:

- Identify, list and classify close contacts (including casual ones);
- Proceed with the necessary monitoring of the contacts (call daily, inform, advise and refer, if necessary).

The estimated incubation period for COVID-19 is 2 to 12 days. As a precautionary measure, active surveillance of close contacts takes place for 14 days from the date of the last exposure to a confirmed case.

The surveillance of close contacts must be organized according to the forms attached.

6. Activation

The Contingency Plan provides for three activation moments:

- Activation to prevent contagion.
- Activation of Procedures in a suspicious case when there is a suspected or confirmed case among its employees, people close to them, or customers.
- Activation of the most restrictive Procedures when declared by the Health Authorities a situation of mitigation phase in the region (see <https://www.dgs.pt/>).

1 Preparation Phase

There is no epidemic or concentrated epidemic outside Portugal

2 Response phase

2.1 - Contention

- 2.1.1 - Epicenter identified outside Portugal with international transmission
- 2.1.2 - Cases imported into Europe

2.2 - Extended contention

- 2.2.1 - Third-party transmission in Europe
- 2.2.2 – Cases in Portugal without third-party transmission

2.3 - Mitigation

- 2.3.1 – Local transmission indoors
- 2.3.2 – Community illness transmission

3 Recovery phase

Disease decreases in Portugal and the world



HOTEL DA BAIXA
SOCIETATE PUBLICA S.A.

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise n°01

7. Restore Normality

The normality is restored after the disinfection of the places and with prior authorization from the Health Authority.

8. Updates

The enforcement of the Contingency Plan will be updated whenever the technical-scientific provides new relevant information. This update is in charge of the authors of the document and follows the same approval circuit defined for the initial version of the Contingency Plan.

9. Distribution

The information contained in this document will be disclosed to all employees of the company and other interested parties by the Contingency Plan Manager.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Attachments

The following Attachments are an integral part of this document:

Attachments 1 - Contagion protection measures

Attachments 2 - Specific Procedures

Attachments 3 - Internal communication measures in a suspected case

Attachments 4 - List of distribution of Personal Protective Equipment

Attachments 5 - Registration of Close Contacts and List of Suspected Cases

Attachments 6 - List of Suspected Cases

ANNEX 1 - PROTECTION MEASURES

MANDATORY MEASURES - HANDS AND RESPIRATION

The implementation of the following measures is mandatory for all workers in

HOTEL DA BAIXA PRATA

The advertising of these measures must be accompanied by the distribution of the posters contained attached

If you cough or sneeze, cover your mouth and nose with a tissue.

Paper!

To prevent other people from becoming ill, it is very important, when you cough or sneeze to cover your mouth and nose with a tissue or forearm, but never with your hand! Immediately dispose of the used tissue in the trash.

Wash your hands often with soap and water!

It is essential to wash your hands frequently, with plenty of soap and water, for at least 40 seconds, in particular after coughing or sneezing. Alternatively, you can use alcohol wipes.

Avoid touching your eyes, nose and mouth with your hands!

Try not to touch your eyes, nose and mouth without washing your hands, because contact with contaminated surfaces or objects is a common way of transmitting the disease.

Clean surfaces or objects that are most likely to come into contact with your hands frequently!

It is necessary to keep surfaces subject to very frequent manual contact, such as work tables and door handles, clean with a common cleaning product.

If you get ill, make sure you have the support of others!

It is important to know who you can ask for help in case of need.

Hand washing technique with soap and water



1 Wet hands with water



2 Apply enough soap to cover all hand surfaces



3 Rub hands palm to palm



4 Rub back of each hand with palm of other hand with fingers interlaced



5 Rub palm to palm with fingers interlaced



6 Rub with back of fingers to opposing palms with fingers interlocked



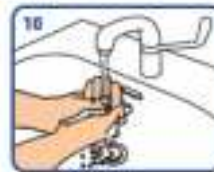
7 Rub each thumb clasped in opposite hand using a rotational movement



8 Rub tips of fingers in opposite palm in a circular motion



9 Rub each wrist with opposite hand



10 Rinse hands with water



11 Use elbow to turn off tap if no elbow tap available use paper towel to turn off tap



12 Dry thoroughly with a single-use towel



13 Hand washing should take 40-60 seconds

Alcohol handrub hand hygiene technique – for visibly clean hands



1 Apply a small amount (about 3 ml) of the product in a cupped hand



2 Rub hands together palm to palm, spreading the handrub over the hands



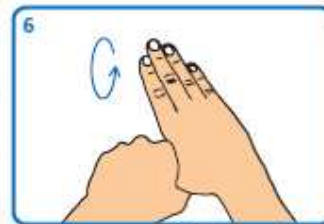
3 Rub back of each hand with palm of other hand with fingers interlaced



4 Rub palm to palm with fingers interlaced



5 Rub back of fingers to opposing palms with fingers interlocked



6 Rub each thumb clasped in opposite hand using a rotational movement



7 Rub tips of fingers in opposite palm in a circular motion



8 Rub each wrist with opposite hand



9 Wait until product has evaporated and hands are dry (do not use paper towels)



10 The process should take 15–30 seconds

NOVO | NEW | 新型冠状病毒
CORONAVÍRUS 2019-nCoV



+



OU
OR
或



LIGUE PARA
PLEASE CALL
请致电

SNS 24
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP
并且报告你最近的出行记录

NOVO | NEW | 新型冠状病毒
CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议



EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL

若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24
808 24 24 24



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

CORRECT USE OF MEDICAL MASKS

Place the mask carefully to cover the mouth and nose and tie securely to minimize the gaps between the face and the mask;



1
Place the mask in your hand and adjust the nasal clip

2
Starting by the chin, place the mask of your face. The inferior elastic has be below the ears, the superior is place on top on the ears



4
Adjust the mask pulling the lateral thread (if applicable)

5
Adjust the nasal clip in order to stay molded to your face. Gently move left and right up and down, in order to get the most efficient way to use the mask

6
To be sure that the mask is correct, place two hands on the mask and inhale. If you fell the air coming from the border line, adjust the nasal clip and the elastics

While in use, avoid touching the mask;

Remove the mask using the appropriate technique (do not touch the front, but remove the tape from behind);

After removal or whenever you accidentally touch a used mask, clean your hands with soap and water, or if not possible, with disinfectant;

Replace the masks with a new, clean and dry mask as soon as the mask is wet;

Do not reuse disposable masks;

Place the masks in the trash after use.

SUGGESTED MEASURES - SOCIAL CONDUCT

Avoid non-essential contacts!

Some of the usual social behaviors are an important factor in the transmission of respiratory diseases, namely SARs-CoV-2.

These forms of transmission allow the spread of disease outbreaks,

Most vulnerable to infection. In order to avoid contagion, changing social behaviors during an epidemic of viruses such as SARs-CoV-2 are essential for everyone's safety.

Reduce the number of face-to-face meetings (opt for video conferencing)

Whenever possible, replace face-to-face meetings with distance meetings or telephone contacts.

Reduce the number of face-to-face contacts of a social nature

Whenever possible, avoid groups associated with usual social situations. For example, meetings during breaks, places with greater crowds of people (shopping centers, theaters, etc.).

Avoid contact

Avoid compliments with physical contact.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF TRAVELERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

SUGGESTED MEASURES - TRAVEL

Inform yourself, protect and protect others!

Inform yourself before traveling, by consulting the information available through official sources:

Ministry of Foreign Affairs and World Health Organization.

All travelers who show symptoms should be prepared for the possibility of prolonged delay, since screening is a precautionary measure to prevent the spread of Covid-19.

Follow the recommendations of the country's health authorities;

Wash your hands frequently, especially after direct contact with sick people, with soap and water, rubbing them well for at least 20 seconds;

Reinforce hand washing before and after food preparation, after using the bathroom and whenever your hands appear dirty;

An alcohol-based solution can also be used instead;

Avoid close contact with people with signs and symptoms of acute respiratory infections;

Wash your hands frequently, especially after direct contact with sick people;

Avoid contact with animals;

In the case of private travel, notify the company's Human Resources Services by telephone, where they will be traveling or from where they will return.

People returning from an affected area should be aware of the appearance of fever, cough and possible breathing difficulties. If these symptoms appear, you should not go to the health services, but call the SNS24 - 808 24 24 24, and follow the instructions given to them.

As a rule, no isolation of people without symptoms is recommended.



HOTEL DA BAIXA
ACQUEDOTTI S.p.A.

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise n°01

Attachment 2 - SPECIFIC PROCEDURES - CONTINGENCY PLAN MANAGER AND FOCAL POINT

The procedures in this annex aim to define the measures to be taken by the Contingency Plan and Focal Point Manager in the face of specific situations.

Suspected Case Not Validated

The Focal Point must immediately inform all employees by issuing the statement “Communication of Suspicious Case Not Validated”.

The Focal Point must take the following additional measures:

- Inform the Contingency Plan Manager of the situation;
- Keep in touch with the direct head of the affected employee, or with the Focal Point if it is a customer, in order to keep up with the evolution of the situation;
- Avoid communications about the development of the situation until you have information on whether the case is validated or not.

Validated and Unconfirmed Suspect Case

The Focal Point must immediately inform all employees by issuing the communication “Communication of Validated and Unconfirmed Cases”.

The Focal Point must take the following additional measures:

- Communicate to the Contingency Plan Manager the situation, and in accordance with his instructions
- Communicate the “close contacts” (according to the information of the employee with a suspected case) and ask them to contact the emergency services (SNS24);
 - Keep in touch with health services in order to keep up with the evolution of the situation;
 - Proceed with the request for urgent disinfection of all areas where the suspect was during the day (including the isolation area)
 - Proceed to close social spaces if applicable
 - Take measures to keep only the essential services in operation.



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Suspected Case Confirmed

The Focal Point must immediately inform all employees and customers by issuing the statement “Communication of Confirmed Case”.

The Focal Point must take the following additional measures:

- Communicate to the Contingency Plan Manager the situation, and according to instructions:
 - Keep in touch with health services in order to keep up with developments.
 - Proceed to close the facilities:
 - The closure of the facilities can take place in two different ways according to the capacity of the Health Authorities:
 - Closure of facilities with the allocation of guests to other hotel establishments or hospital units;
 - Confinement of customers in the hotel space, not being allowed to
Entry of new customers
 - The use of the cafeteria must take into account a maximum capacity that allows a distance greater than 2 meters between each employee
 - Proceed with the request for urgent disinfection of all facilities
Take steps to keep only teleworking services.

Epidemic declaration in the geographical area of the facilities

The Focal Point must immediately inform all employees by issuing the communication “Communication of Epidemic Declaration”.

The Focal Point must take the following additional measures:

- Communicate to the Contingency Plan Manager the situation, and according to instructions:
 - Keep in touch with health services in order to keep up with developments the situation;
 - Reinforce disinfection and cleaning of workspaces;
 - The use of the cafeteria must take into account a maximum capacity that allows a distance of more than 2 meters between each employee;
 - Proceed with the measures to carry out the work that allows teleworking;
 - Proceed with the implementation of measures to keep only the essential services in operation;
 - Proceed with the implementation of measures so that all non-essential workers only travel to the HOTEL DA BAIXA PRATA premises for unavoidable reasons.



HOTEL DA BAIXA

ACQUARTAMENTO 1 + 1 + 1

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Check-in of customers from risk areas or with confirmed contact with suspected cases The Focal Point must immediately inform all employees.

Upon arrival of customers the following measures must be taken:

- Inform customers that in order to safeguard their health and the population in general, a temperature control will be carried out at the entrance of the hotel;
 - This procedure is voluntary, but its importance must be reinforced with customers;
- Proceed to temperature control;
 - In case of positive control, act according to the suspected case procedure
 - In case of negative control, check-in normally;
- Reinforce with clients that in case of symptoms they must immediately inform the hotel staff.

Meal Service Procedure for People in Isolation

If it is necessary to deliver meals to isolated people on suspicion / confirmed case, the following should be done:

- The employee who delivers the meal must wear a disposable mask and gloves (must discard this equipment after use);
- The meal must be delivered to a meal cart and placed outside the room / isolation room;
- At the end of the meal, the person in isolation must place the cart in the same place and then contact the room service;
- The employee who collects the cart must wear a disposable mask and gloves (must discard this equipment after use);
- The dishes must be washed in a machine at an elevated temperature (above 75º) and the cart must be disinfected after each use. Waste (napkins, etc.) must be placed on the cart in a closed bag and then forwarded according to the general procedure for treating contaminated waste.

Procedure for treatment of contaminated waste

Possibly contaminated waste must be packed in a tightly closed first bag, which is then deposited in the 2nd bag. The 2nd bag must be identified as biological waste and treated by incineration or autoclaving.



HOTEL DA BAIXA

ACQUEDOTTI S.p.A.

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise n°01

Procedure for cleaning and disinfecting contaminated areas

- If there is blood, respiratory secretions or other organic fluids, absorb the fluids with absorbent paper; apply the bleach diluted in water in the proportion of one measure of bleach, to 9 equal measures of water; leave to act for 10 minutes; wash it with water and soap; rinse only with hot water and allow to air dry; use a mask when diluting and applying bleach; open the windows for ventilation;
- For the common disinfection of surfaces: wash first with water and detergent; bleach diluted in water in the following proportion: one measure of bleach in 49 equal measures of water; leave the bleach for 10 minutes; rinse only with hot water and allow to air dry;
- Sanitary facilities must be washed and disinfected with a mixed cleaning product that contains both detergent and disinfectant in the composition, as it is easier and faster to apply;
- Furniture and some equipment can also be disinfected after cleaning, with wipes moistened with disinfectant or alcohol at 70°;
- Clean the bedroom furniture first. If there is a kitchenette, wash the dishes in the dishwasher at a high temperature; cleaning and disinfecting cabinets, countertops, tables and chairs, don't forget to disinfect cabinet and door handles; then clean and disinfect the tap, washbasin and drain.
- Clean walls up to arm's length.
- Remove the curtains and send them to wash, including the bathroom curtain;
- Clean the furniture;
- Wash the bathroom, starting with the taps, washbasins and drains of these, then move on to the furniture, then the bath or shower, toilet and bidet;
- The same procedure is repeated for the shower, don't forget to clean the shower, unscrew the shower head and wash and disinfect;
- Toilet: apply the detergent and disinfectant simultaneously, inside and outside the toilet; let the product for 10 minutes to get the desired effect, scrub the inside with the toilet brush, flush the water with the toilet brush still inside the toilet so that it is also clean; let the toilet brush drain; wash and disinfect the toilet brush holder;
- With another clean, single-use cloth, wash the outside of the toilet, starting with the top (the least dirty), followed by the top of the toilet and all the exterior parts with the same detergent / disinfectant; then rinse only with hot water and let it dry.
- Open the windows in the area and let them air dry.



HOTEL DA BAIXA

ACQUEDOTTI S.p.A.

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise n°01

Procedure in case of refusal in remaining inside the isolation room

Any worker, supplier or customer with a suspected (validated or not) or confirmed case of COVID19 must remain in the isolation room.

The refusal to remain in the place of isolation (when defined by health authorities) is civilly punishable and, according to the damage caused, it can be criminally punishable.

However, restrictions on individual freedom are not allowed in these cases unless there is a public declaration of the Emergency state.

Workers must always appeal to the civic participation of suspected cases, giving attention to the importance of remaining in isolation for the health of the entire community, but they cannot keep people in isolation against their will.

In the event that a confirmed suspect or patient who is in isolation demonstrates that he intends to leave the isolation area or effectively leave it, hotel staff should immediately contact the Police.



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Attachment 3 - INTERNAL COMMUNICATION MEASURES BEFORE A SUSPECTED CASE

NOTIFICATION OF NOT VALIDATED SUSPECTED CASE

Caros collaborators

During this day, there was a situation of a suspected case of infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus, HOTEL DA BAIXA PRATA has implementing the procedures contained in the Contingency Plan.

The employee / supplier / customer suspected of infection contacted the health services (SN 24), which was a not validated case declaed by the health professionals.

Which means that the suspicion is not confirmed and the disease situation is not related to COVID-19.

In this sense, all activities of HOTEL DA BAIXA PRATA are maintained and we will take the opportunity to reinforce everyone's participation in the implementation of the preventive measures.

""Name"

"Focal point"

"Date and place"



CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

COMMUNICATION OF SUSPECTED CASES VALIDATED AND NOT CONFIRMED

Dear collaborators,

During this day, there was a situation of a suspected case of infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus, HOTEL DA BAIXA PRATA has implementing the procedures contained in the Contingency Plan

The employee / supplier / customer suspected of infection came into contact with the health services (SN 24) and the case was validated by the health professionals.

This means that the employee / supplier / client was referred to health services through INEM.

Despite the suspicion, this is not a confirmed case, so there is no reason for excessive concern at this moment.

HOTEL DA BAIXA PRATA informs that appropriate containment / isolation measures have been taken, as well as communication to nearby contacts.

Within the scope of the Contingency Plan, we will proceed to disinfect the areas covered, so that there may be some conditioning of the usual work.

To reduce potential public health risks, we will maintain only those services that are essential with the human resources associated with them. The remaining employees are exempt from the service until further notice.

The tasks that can be performed in teleworking start from this moment to be performed in this way.

Once again we take the opportunity to reinforce everyone's participation in the implementation of the preventive measures and we will send new information as soon as it is available.

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact your Focal Point.

""Name"

"Focal point"

"Date and place"



CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

COMMUNICATION CASE CONFIRMED

Dear employee,

During this day, there was a situation of a suspected case of infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus, HOTEL DA BAIXA PRATA implement the procedures contained in the Contingency Plan.

The employee / supplier / customer suspected of infection came into contact with the health services (SN 24) and the case was validated by the health professionals.

After laboratory tests, the result was positive for COVID-19.

HOTEL DA BAIXA PRATA has already communicated to all employees that have been in close contact and they are all being advised by health services.

If you have not been contacted directly by your Focal Point you should assume that your risk of infection is low, so you should just keep the preventive measures in place. Only if you have any of the symptoms associated with the disease should you contact the health services or your direct manager.

Within the scope of the Contingency Plan, we will proceed with the disinfection of the facilities, for which reason they suspend all activities carried out there.

To reduce potential public health risks, we will maintain only those services that can be performed in telework, as defined in the Contingency Plan.

We will later communicate the possibility of returning to the facilities, after the disinfection procedures have been validated by the Health Authority.

In case of doubt about the measures, you should contact your Focal Point.

"Name"

"Focal point"

"Date and place"



CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

COMMUNICATION IN THE EVENT OF AN EPIDEMIC DECLARATION

Dear collaborators,

Today, an epidemic situation related to infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus has been declared, with HOTEL DA BAIXA PRATA implementing the procedures contained in the Contingency Plan.

To reduce potential public health risks, we will keep only the essential services in operation, as defined in the Contingency Plan.

We advise all workers to follow the recommendations of the Health Authorities, namely by adopting the rules of social etiquette established in this plan, to avoid public spaces that are very frequented and we remind you that in case of having symptoms of the disease, you should always use non-face-to-face means of contact with the SNS (SNS 24).

We will reinforce the cleaning and disinfection procedures of the facilities and we continue with the committed participation of all to avoid contagion among our working population.

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact your Focal Point.

""Name"

"Focal point"

"Date and place"



HOTEL DA BAIXA
PRATA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

COMMUNICATION OF SUSPECTED CASE CONFIRMED - FOR CUSTOMERS

Dear customers,

Today there was a situation of a suspected case of infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus. HOTEL DA BAIXA PRATA put in place procedures contained in the Contingency Plan.

The collaborator / supplier / user suspected of infection came into contact with the health services (SN 24) and the case was validated by the health professionals.

After laboratory tests, the result was positive for COVID-19.

HOTEL DA BAIXA PRATA has already communicated to all employees and customers that they have been in close contact with the patient and all of them are already being advised by the health services.

If you have not been contacted directly by us, you should assume that your risk of infection is low, so you should just keep the preventive measures in place. Only if you have any of the symptoms associated with the disease should you contact the health services.

As part of the Contingency Plan, we will proceed with the disinfection of the facilities, which will suspend all activities carried out there. Customers will be moved to other hotels in the region.

We will later communicate the possibility of returning to the facilities, after the disinfection procedures have been validated by the Health Authority.

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact us.

«Name»

«Focal point»

«Date place»



CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

COMMUNICATION IN THE EVENT OF AN EPIDEMIC DECLARATION - FOR CUSTOMERS

Dear customers,

Today an epidemic situation related to infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus has been declared, and HOTEL DA BAIXA PRATA has put in place the procedures contained in the Contingency Plan.

We will reinforce the cleaning and disinfection procedures of the facilities and we continue with the committed participation of all to avoid contagion among our population.

To reduce potential public health risks, we will maintain only essential services as defined in the Contingency Plan.

We advise everyone to follow the recommendations of the Health Authorities with the utmost diligence, namely through the adoption of social etiquette rules.

If you have symptoms of the disease, you should always use non-face-to-face contact with the SNS (SNS 24 – 808 24 24 24).

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact us.

«Name»

«Focal point»

«Date and local»



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF HOTELIERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Attachment 4 - PERSONAL PROTECTION EQUIPMENT DISTRIBUTION LIST

PERSONAL PROTECTION EQUIPMENT DISTRIBUTION LIST			
Equipment/Material	Date	Employee	Signature



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF TRAVELERS

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Attachment 5 –REGISTRATION OF close CONTACTS

To be filled in by the employee / guest with a suspicious case

It is important to know that the symptoms you are experiencing at this time have not been medically confirmed as CORONAVIRUS (COVID-19). Due to the similarity of symptoms to a “common” flu, be aware that the vast majority of cases with symptoms similar to yours have NEGATIVE result.

Contact the National Health Service: **808 24 24 24**.

INEM is the body of the Ministry of Health responsible for coordinating emergency calls in the national territory, assigning the degree of severity by describing the symptoms presented by telephone.

Inform others, in a simple and clear way:

- The symptoms (cough, fever and / or difficulty breathing);
- The phone number you are calling from;
- The exact location and, whenever possible, with reference points.

Stay calm because the arrival time of INEM's means of intervention may take some time. It is advisable that during the waiting period, drink water regularly.

IMPORTANT: it is requested that caring for the people around you is your priority.

At the isolation site, it's recommended:

- Keep the surgical mask always well placed and adjusted;
- Use the rubbing alcohol after placing on the mask;
- Avoid touching the mask and face or touching the eyes, mouth or nose.
If you do, you should sanitize your hands immediately.

Remember that your participation is essential to avoid spreading of diseases. Although your case is not confirmed, we request your help so that we can contact and monitor the health situation of your close contacts.

Fill in the following tables with the data you know and if in doubt consult the information with the definitions of High and Low Exposure Risk.



HOTEL DA BAIXA
SOCIETATE PUBLICA SA

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise n°01

CLOSE CONTACTS "HIGH RISK OF EXPOSURE"

Name	Area/department	Contact	E-mail

DISTANT CONTACTS "LOW RICK OF EXPOSURE"

Name	Area/department	Contact	E-mail

"High risk of exposure" is defined as:

- Employee at the same work station (office, room, section, zone up to 2 meters) in the case;
- Employee who was face-to-face with a Confirmed Case or who was with him in an enclosed space;
- Employee who shared Case dishes (plates, glasses, cutlery), towels or other objects or equipment that may be contaminated with sputum, blood, respiratory droplets.

"Low exposure risk" (casual), is defined as:

- Employee who had sporadic (momentary) contact with the Confirmed Case (ex in movement / circulation during which there was exposure to respiratory droplets / secretions through face-to-face conversation for more than 15 minutes, coughing or sneezing).



HOTEL DA BAIXA
SOCIETY OF TOURISM

CONTINGENCY PLAN COVID - 19

Date
13.03.2020
Revise nº01

Attachment 6 – Suspect cases contacts

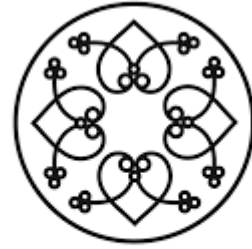
To be fulfilled by Focal Point

WEEKLY REGISTRATION

Weeka:

Responsible:

Establishment	Worker			Forwarded
	Name	Date of birth	Position	
Establishment	Third parties (suppliers, etc.)			Forwarded
	Name	Date of birth	Position	
Summary				
N.º of suspect cases		N.º of confirmed cases		



HOTEL DA BAIXA
DOWNTOWN LISBON ★★ ★★

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

0.Índice

0.Índice.....	2
1. Enquadramento	3
1.1. Aprovação	3
1.2. Âmbito e objetivos	4
1.3. Definição de caso suspeito.....	5
1.4. Transmissão da infeção.....	5
1.5. Definições.....	6
2. Plano de Contingência	7
2.1. Definição de atividades essenciais	7
2.2. Áreas de Isolamento	8
2.3. Funções e responsabilidades	9
2.4. Profissionais de Saúde e Gestão do Plano envolvidos.....	9
2.5. Recursos Materiais.....	10
2.6. Informação e formação dos trabalhadores	10
3. Procedimento de reação a um caso suspeito.....	11
4. Caso Suspeito Validado.....	13
5. Procedimento de vigilância de contactos próximos.....	14
6. Ativação	16
7. Reposição da Normalidade	17
8. Atualizações	17
9. Distribuição.....	17
Anexos.....	18
Anexo 1 - Medidas de proteção do contágio.....	19
Anexo 2 - Procedimentos específicos – Gestor do Plano de Contingência e Ponto Focal	26
Anexo 3 – Medidas de comunicação interna perante um caso suspeito.....	28
Anexo 4 - Lista de Distribuição de Equipamentos de Protecção Individual	35
Anexo 5 –Registo de Contatos Próximos.....	40
Anexo 6 – Lista de Casos Suspeitos	42

1. Enquadramento

1.1. Aprovação

O HOTEL DA BAIXA PRATA, LDA, pretende garantir a todos os seus colaboradores e clientes uma resposta eficaz à epidemia de COVID-19.

O presente Plano que faz parte uma política mais ampla de prevenção no âmbito da Segurança e Saúde no Trabalho tem como principal objetivo minimizar o impacto da epidemia nos trabalhadores da empresa e os consequentes impactos sociais e económicos dessa situação.

O HOTEL DA BAIXA PRATA criou um conjunto de soluções para assegurar a atempada recolha e comunicação de informação, reduzir o contágio, promover o treino de todos os funcionários da empresa e assegurar uma resposta coordenada com as outras instituições, nomeadamente as de saúde, envolvidas na resposta à situação.

Lisboa, 13 de Março de 2020

A Administração

1.2. Âmbito e objetivos

O Comité de Emergência do Regulamento Sanitário Internacional decretou Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional. De acordo com o European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC), o impacto potencial dos surtos por COVID-19 é elevado, sendo provável a propagação global do vírus.

As entidades empregadoras têm um papel fulcral a desempenhar na proteção da saúde e segurança dos seus trabalhadores, assim como são cruciais na limitação do impacto negativo sobre a economia e a sociedade. Assim, é muito importante que os Planos de Contingência sejam desenvolvidos e atualizados com a informação disponibilizada pela Direção-Geral da Saúde (DGS), para que sejam cumpridas as recomendações no âmbito da prevenção e controlo de infeção.

É provável que mais casos de COVID-19 sejam identificados nos próximos dias, incluindo mais casos em Portugal. Também é provável que a disseminação de pessoa para pessoa continue a ocorrer, inclusive em comunidades em Portugal. É provável que em algum momento ocorra uma transmissão generalizada do COVID-19 em Portugal.

A adoção por toda a comunidade de medidas de prevenção do contágio é fundamental para assegurar a saúde dos nossos trabalhadores e da população em geral.

Considerando o elevado grau de imprevisibilidade da ocorrência da pandemia o Plano tem como principal objetivo estratégico garantir, em cenários de elevado absentismo:

- A continuidade da prestação de serviços;
- Preparar uma resposta ágil que minimize as condições de propagação da epidemia e mantenha os serviços essenciais em funcionamento;
- Preparar o restabelecimento da atividade normal de forma tão rápida e segura quanto seja possível.

Para tal são definidos um conjunto de objetivos operacionais:

- Manter os serviços em funcionamento e assegurar os serviços mínimos;
- Definir estruturas de decisão e coordenação;
- Definir coordenação com as entidades/autoridades externas;
- Reduzir o risco de contaminação nos locais de trabalho;
- Preparar respostas para evitar/diminuir a propagação da epidemia;
- Preparar procedimentos que permitam proteger a saúde de todos os trabalhadores;
- Monitorizar e acompanhar o processo em permanência.

1.3. Definição de caso suspeito

Considera-se como caso suspeito aquele que se enquadre na definição veiculada pelo Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças Transmissíveis (ECDC), e que inclui os seguintes critérios clínicos e epidemiológicos:

Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;

Ou

Doente com infeção respiratória aguda + Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas

Ou

Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

1.4. Transmissão da infeção

Os Coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano. A infeção pode ser semelhante a uma gripe comum ou apresentar-se como doença mais grave, como pneumonia.

O novo coronavírus, intitulado 2019-nCoV (SARS-CoV-2), foi identificado pela primeira vez em janeiro de 2020 na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do COVID-19 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa

infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.

O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.

Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

1.5. Definições

Caso suspeito Não Validado – Ao tratar-se de um caso suspeito o SNS 24 contata a Linha de Apoio Médico (LAM) da Direção-Geral de Saúde (DGS) para validação da suspeição. Este caso fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador.

O trabalhador informa a Chefia Direta.

Caso Suspeito Validado – a DGS ativa o INEM e o INSA (Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge) iniciando-se a investigação epidemiológica. A chefia direta informa o Ponto Focal da existência de um caso suspeito validado na empresa.

Caso provável - Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus + sem outra etiologia que explique o quadro.

Caso Suspeito Não Confirmado – caso não confirmado após testes laboratoriais. Este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;

Caso Suspeito Confirmado – caso confirmado após testes laboratoriais. A área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

2. Plano de Contingência

2.1. Definição de atividades essenciais

O HOTEL DA BAIXA PRATA assume a seguinte divisão de atividades imprescindíveis e atividades que podem ser reduzidas ou encerradas, assim como os recursos necessários.

a) Atividades imprescindíveis

A lista de atividades imprescindíveis será distribuída às direções de departamento e dadas a conhecer aos trabalhadores de acordo com as circunstâncias.

b) Atividades que ser podem ser reduzidas ou encerradas

Todas as demais atividades que não estejam incluídas na alínea a), podem temporariamente ser suspensas ou realizadas em teletrabalho.

Em caso de ser acionado o presente Plano de Contingência serão encerrados espaços de refeição de pessoal e outros espaços comuns considerando como não essenciais.

c) Recursos externos essenciais

Os recursos externos definidos como essenciais para a prossecução das atividades do HOTEL DA BAIXA PRATA são os seguintes:

- Serviços de limpeza, com reforço da limpeza das zonas comuns;
- Serviços de vigilância e segurança humana;
- Serviços de Saúde no Trabalho (SST).

No sentido de salvaguardar a sua capacidade o HOTEL DA BAIXA PRATA irá, de acordo com o aplicável:

- Solicitar o Plano de Contingência às empresas que prestam estes serviços.

d) Trabalhadores essenciais

A lista de trabalhadores essenciais será distribuída às direções de departamento e dadas a conhecer aos trabalhadores de acordo com as circunstâncias.

e) Trabalhadores com maior risco de infeção

Atenta a natureza de funções desempenhadas, o grupo que pode estar sujeito a maior risco de infeção são os trabalhadores que efetuam estão em contacto com o público.

f) Atividades que podem recorrer a formas alternativas de trabalho

A lista de funções a realizar em regime de teletrabalho será distribuída às direções de departamento e dadas a conhecer aos trabalhadores de acordo com as circunstâncias.

2.2. Áreas de Isolamento

A definição de um local/área de isolamento para onde um trabalhador ou cliente se desloca e permanece visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. Tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na empresa e na comunidade.

A área de “isolamento” tem como finalidade evitar ou restringir o contacto direto dos trabalhadores com o trabalhador ou cliente doente (com sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso suspeito, cujos critérios são referidos no ponto anterior) e permitir um distanciamento social deste, relativamente aos restantes trabalhadores.

A área de isolamento definida pelo HOTEL DA BAIXA PRATA é um quarto que reúna as seguintes condições:

- O mais próximo possível de uma saída e desocupado no momento da ocorrência;
- Casa de banho privativa;
- Janelas que permitam a sua abertura;

Os trabalhadores ou clientes identificados como caso suspeito deverão deslocar-se diretamente para a área de isolamento não passando por gabinetes ou salas comuns. O acompanhante deve permanecer disponível sempre fora da zona de isolamento e aguardar pela chegada dos serviços médicos (INEM).

Os clientes identificados como caso suspeito deverão deslocar-se diretamente para a área de isolamento. Devem ser acompanhados por um membro do staff do hotel. O acompanhante deve permanecer disponível sempre fora da zona de isolamento e aguardar pela chegada dos serviços médicos (INEM).

A área de isolamento encontra-se dotada dos seguintes produtos e equipamentos:

- Telefone;
- Cadeira;

- Água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica - SABA;
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis;
- Termómetro.

2.3. Funções e responsabilidades

Administração

Aprovação do Plano de Contingência; Criação das condições para a execução do Plano.

Gestor do Plano de Contingência (Diretor do Hotel)

Implementação e monitorização das medidas constantes do Plano de Contingência;
Acionamento do Plano de Contingência.

Ponto Focal (Responsável de Turno)

Comunicação ao Gestor do Plano de Contingência e implementação das medidas decididas por este;
Coordenação e monitorização da aplicação das medidas constantes do Plano de Contingência;
Responsável pela comunicação interna.

Serviços de Saúde e Segurança no Trabalho

Apoio técnico na área de saúde no trabalho.

Chefia Direta

Acompanhamento dos casos suspeitos;
Comunicação ao Ponto Focal do desenvolvimento da situação dos casos suspeitos.

2.4. Profissionais de Saúde envolvidos

Médico do Trabalho – Luzia Fernandes – TIm. 211 329 052

Gestor do Plano – Nuno Serôdio

Ponto Focal – Gestor de Turno

2.5. Recursos Materiais

O HOTEL DA BAIXA PRATA disponibiliza para utilização durante um surto de gripe, um conjunto de produtos e equipamentos:

Produto		Uso
Solução antisséptica de base alcoólica (SABA)	500 ml	Sala de isolamento
	Dispensadores	Entrada das instalações
Máscaras cirúrgicas		Para utilização do trabalhador/cliente com sintomas (caso suspeito)
Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis		Para trabalhadores que prestam assistência ao trabalhador com sintomas
Toalhetes de papel e sabonete líquido		Instalações sanitárias
Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico		Salas de isolamento
Equipamentos de limpeza de uso exclusivo (1 kit/sala)		Salas de isolamento
Termómetro (1 unidade)		Salas de isolamento
Limpeza e desinfeção reforçada das instalações		Limpeza diária e limpeza profunda antecipada para semanal e em função do Plano de contingência de cada empresa prestadora dos serviços de limpeza

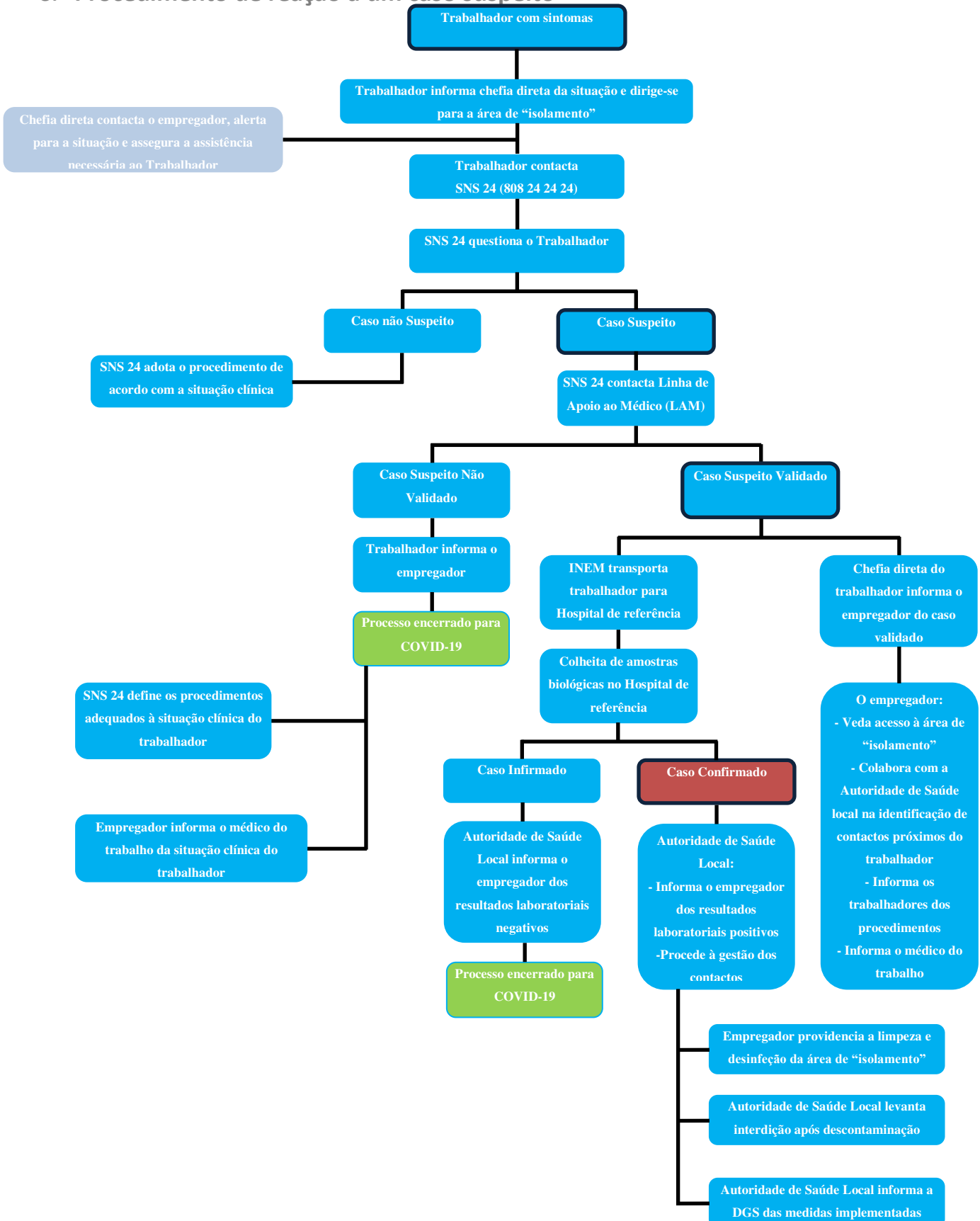
Sendo acionado o Plano de Contingência, o Gestor do Plano deve de imediato assegurar que os serviços de limpeza acionam os respetivos Planos de Contingência, nos locais abrangidos.

2.6. Informação e formação dos trabalhadores

O gestor do Plano de Contingência é responsável por dar formação a todos os pontos focais, privilegiando-se a formação à distância.

O presente plano de contingência será divulgado por correio eletrónico. Encontram-se afixados cartazes informativos sobre o COVID-19.

3. Procedimento de reação a um caso suspeito





CASO SUSPEITO NÃO VALIDADO

- Qualquer trabalhador ou cliente com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica informa a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de “isolamento” definida. Caso identifique um trabalhador ou cliente do HOTEL DA BAIXA PRATA com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito deve pedir-lhe para seguir o mesmo procedimento.
- A chefia direta contacta de imediato, o Ponto Focal via contacto telefónico;
- Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador ou cliente) a chefia direta ou um membro do staff assegura que seja prestada, a assistência adequada ao trabalhador ou cliente até à área de “isolamento”.
- Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 2 metros) do doente.
- O(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao trabalhador ou cliente com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos (Anexo 1), após contacto com o trabalhador ou cliente doente.
- O trabalhador ou cliente doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de “isolamento”, contacta o SNS 24 (808 24 24 24).
- Este trabalhador/cliente deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador/cliente. Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida (máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.

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 ou cliente:

- Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19: define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador/cliente.

Nesta situação, e apenas como ação para evitar o pânico entre os restantes trabalhadores, é efetuada a comunicação de acordo com o definido em anexo.

Comunicação em situação de Caso Suspeito e Não Validado

4. Caso Suspeito Validado

Perante um Caso Suspeito Validado, a DGS ativa o INEM, o INSA e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

- A chefia direta do trabalhador informa o Ponto Focal da existência de um caso suspeito validado na empresa.
- O trabalhador/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), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- O acesso dos outros trabalhadores e clientes à área de “isolamento” fica interdito (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência);
- O Ponto Focal colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente (Caso Suspeito Validado);
- O Ponto Focal informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador;
- O Ponto Focal informa os restantes trabalhadores e clientes da existência de Caso Suspeito Validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais.

CASO NÃO CONFIRMADO

A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados dos testes laboratoriais. Se o Caso for Não Confirmado, este fica encerrado para COVID-19. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa.

Nesta situação, e apenas como ação para evitar o pânico entre os restantes trabalhadores e clientes, é efetuada a comunicação de acordo com o definido em anexo.

Comunicação em situação de Caso Suspeito e Não Confirmado

CASO CONFIRMADO

Se os resultados laboratoriais determinarem Caso Confirmado:

- A área de “isolamento” deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.
- O Ponto Focal deve providenciar:
 - A limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;

- O reforço da limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- O armazenamento dos resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.
- O planeamento da higienização e limpeza deve ser relativo aos revestimentos, aos equipamentos e utensílios, assim como aos objetos e superfícies que são mais manuseadas (ex. corrimãos, maçanetas de portas). A limpeza e desinfeção das superfícies deve ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante.
- Nunca utilizar equipamentos de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis.
- O Ponto Focal deve ativar os procedimentos de Vigilância Ativa dos Contactos Próximos.

5. Procedimento de vigilância de contactos próximos

Vigilância de contactos próximo	
“Alto Risco de Exposição”	“Baixo Risco de Exposição”
<ul style="list-style-type: none"> ● Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição; ● Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; ● Restringir o contacto social ao indispensável; ● Evitar viajar; ● Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; ● Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.

- A auto monitorização diária, feita pelo próprio trabalhador, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador ou cliente estiver na hotel, devem-se iniciar os “Procedimentos Caso Suspeito”;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

Considera-se “contacto próximo” um trabalhador ou cliente 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.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

“Alto risco de exposição”, é definido como:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
- Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
- Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
 - Numa aeronave:
 - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
 - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
 - Num navio:
 - Companheiros de viagem do doente;
 - Partilha da mesma cabine com o doente;
 - Prestação direta de cuidados ao doente;
 - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
 - A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

“Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

- contato esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19;
- contato frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos;
- contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros OU durante menos de 15 minutos.

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o Gestor do Plano de Contingência, o Ponto Focal e o médico do trabalho, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais);
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

A vigilância de contactos próximos deve ser organizada de acordo com os impressos definidos em anexo .

6. Ativação

O Plano de Contingência prevê três momentos de ativação:

- Ativação para prevenção de contágio.
- Ativação dos Procedimentos num caso suspeito quando existe qualquer caso suspeito ou confirmado entre os seus colaboradores, pessoas próximas destes, ou clientes.
- Ativação dos Procedimentos mais restritivos quando declarada pelas Autoridades de Saúde uma situação de fase de mitigação na região (consultar em <https://www.dgs.pt/>).



7. Reposição da Normalidade

A reposição da normalidade é efetuada após a desinfeção dos locais e mediante autorização prévia da Autoridade de Saúde.

8. Atualizações

A aplicação do Plano de Contingência será atualizado sempre que o conhecimento técnico-científico forneça novas informações relevantes. Essa atualização fica a cargo dos autores do documento e segue o mesmo circuito de aprovação definido para a versão inicial do Plano de Contingência.

9. Distribuição

A informação constante do presente documento será divulgada a todos os trabalhadores da empresa e outras partes interessadas pelo Gestor do Plano de Contingência.

Anexos

Os seguintes Anexos são parte integrante deste documento:

Anexo 1 – Medidas de protecção do contágio

Anexo 2 – Procedimentos Específicos

Anexo 3 – Medidas de comunicação interna num caso suspeito

Anexo 4 – Listagem de distribuição de Equipamentos de Protecção Individual

Anexo 5 – Registo de Contatos Próximos e Lista de Casos Suspeitos

Anexo 6 – Lista de Casos Suspeitos

ANEXO 1 - MEDIDAS DE PROTEÇÃO DO CONTÁGIO

MEDIDAS OBRIGATÓRIAS – ETIQUETA DE MÃOS E ETIQUETA RESPIRATÓRIA

A implementação das seguintes medidas tem carácter obrigatório para todos os trabalhadores do HOTEL DA BAIXA PRATA.

A publicitação destas medidas deve ser acompanhada pela distribuição dos cartazes constantes do presente anexo.

Se tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço de papel!

Para impedir que outras pessoas venham a adoecer, é muito importante, quando tossir ou espirrar, que cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou com o antebraço, mas nunca com a mão! De imediato, deposite no lixo o lenço utilizado.

Lave as mãos frequentemente com água e sabão!

É fundamental lavar as mãos com frequência, com água e sabão em abundância, durante 40 segundos, pelo menos, em particular depois de tossir ou espirrar. Em alternativa, pode usar toalhetes à base de álcool.

Evite o contacto das mãos com os olhos, nariz e boca!

Procure não tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos, porque o contacto destas com superfícies ou objectos contaminados é uma forma frequente de transmissão da doença.


Limpe frequentemente as superfícies ou objectos mais sujeitos a contacto com as mãos!

É necessário manter limpas, com um produto de limpeza comum, as superfícies sujeitas a contacto manual muito frequente, tais como mesas de trabalho e maçanetas das portas.

Se adoecer, assegure-se de que terá o apoio de outras pessoas!

É importante saber a quem poderá pedir ajuda, em caso de necessidade.

Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

LEIA ATENTAMENTE
O FOLHETO E
SE PRECISAR

POR FAVOR LIGUE

SNS 24

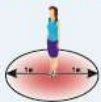
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A
SUA RECENTE VIAGEM
E SE CONTACTOU COM
ALGUMA
PESSOA INFETADA

PODEMOS AJUDAR!

CORONAVÍRUS (COVID-19)

Se regressou de alguma área afetada,
por favor fique alerta nos próximos 14 dias:



EVITE CONTACTO
COM OUTRAS PESSOAS



AVALIE E REGISTE A
TEMPERATURA CORPORAL
2 VEZES POR DIA

e se desenvolver algum dos seguintes
sintomas:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

LIGUE SNS 24 808 24 24 24

PROTEJA-SE A SI E AOS OUTROS



Quando espirrar ou tossir
tape a boca e nariz com o
cotovelo ou com um lenço
de papel que deverá colocar
imediatamente no lixo



Lave frequentemente as
mãos com água e sabão
ou use solução à base de
álcool



Lave e desinfete as maçanetas
das portas, corrimãos e as
superfícies em que se toque
com frequência

UTILIZAÇÃO CORRETA DE MÁSCARAS MÉDICAS

Coloque a máscara cuidadosamente para cobrir a boca e o nariz e amarre com segurança para minimizar as lacunas entre a face e a máscara;



Enquanto estiver em uso, evite tocar na máscara;

Remova a máscara usando a técnica apropriada (ou seja, não toque na frente, mas remova a fita por trás);

Após a remoção ou sempre que tocar inadvertidamente numa máscara usada, higienize as mãos com água e sabão, ou caso não seja possível, com desinfetante;

Substitua as máscaras por uma nova máscara limpa e seca assim que a máscara estiver húmida;

Não reutilize máscaras descartáveis;

Colocar as máscaras no lixo após a sua utilização.

MEDIDAS SUGERIDAS – CONDUTA SOCIAL

Evite os contactos não essenciais!

Alguns dos comportamentos sociais habituais são um fator importante na transmissão de doenças respiratórias, nomeadamente do SARs-CoV-2.

Estas formas de transmissão permitem a disseminação dos focos de doença prejudicando sobretudo as pessoas mais vulneráveis à infeção. De forma a evitar o contágio, a mudança de comportamentos sociais durante uma epidemia de vírus como o SARs-CoV-2 são fundamentais para a segurança de todos.

Diminua o número de reuniões presenciais (opte pela videoconferência)

Sempre que possível substitua reuniões presenciais por reuniões à distância ou contactos telefónicos.

Diminua o número de contactos presenciais de natureza social

Sempre que possível evite grupos associados a situações sociais habituais. Por exemplo, reuniões durante os intervalos, locais com maior aglomeração de pessoas (centros comerciais, salas de espetáculo, etc.).

Evite o contacto

Evite os cumprimentos com contacto físico.

MEDIDAS SUGERIDAS – VIAGENS

Informe-se, proteja e proteja os outros!

Informe-se antes de viajar, através da consulta da informação disponível através de fontes oficiais:
Ministério do Negócios Estrangeiros e Organização Mundial de Saúde.

Todos os viajantes que demonstrem sintomas deverão prepara-se para a possibilidade de demora prolongada, uma vez que o rastreio é uma medida de precaução que permite evitar a propagação do Covid-19.

Seguir as recomendações das autoridades de saúde do país;

Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes, com água e sabão, esfregando-as bem durante pelo menos 20 segundos;

Reforçar a lavagem das mãos antes e após a preparação de alimentos, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos parecerem sujas;

Pode também usar-se em alternativa uma solução à base de álcool;

Evitar contacto próximo com pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas;

Lavar frequentemente as mãos, especialmente após contacto direto com pessoas doentes;

Evitar contacto com animais;

No caso de viagens particulares avisar telefonicamente os Serviços de Recursos Humanos da empresa qual o local para onde vão viajar ou de onde regressaram.

As pessoas regressadas de uma área afetada devem estar atentas ao surgimento de febre, tosse e eventual dificuldade respiratória. Se surgirem estes sintomas, não se devem deslocar aos serviços de saúde, mas ligar para o SNS24 - 808 24 24 24, e seguir as orientações que lhes forem dadas.

Por regra não se recomenda qualquer tipo de isolamento de pessoas sem sintomas.

ANEXO 2 - PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS – GESTOR DO PLANO DE CONTINGÊNCIA E PONTO FOCAL

Os procedimentos constantes do presente anexo visam definir as medidas a tomar pelo Gestor do Plano de Contingência e Ponto Focal face a situações específicas.

Caso suspeito Não Validado

O Ponto Focal deve imediatamente informar todos os colaboradores emitindo o comunicado “Comunicação de Caso Suspeito Não Validado”.

O Ponto Focal deve tomar as seguintes medidas adicionais:

- Comunicar ao Gestor do Plano de Contingência a situação;
- Manter-se em contacto com a chefia direta do colaborador afetado, ou com o Ponto Focal caso se trate de um cliente, de forma a manter-se a par do evoluir da situação;
- Evitar comunicações sobre o desenrolar da situação até ter informação sobre a validação ou não validação do caso.

Caso Suspeito Validado e Não Confirmado

O Ponto Focal deve imediatamente informar todos os colaboradores emitindo o comunicado “Comunicação de Caso Validado e Não Confirmado”.

O Ponto Focal deve tomar as seguintes medidas adicionais:

- Comunicar ao Gestor do Plano de Contingência a situação, e de acordo com as instruções deste:
 - Comunicar os “contactos próximos” (de acordo com a informação do colaborador com caso suspeito) e solicitar-lhes que entrem em contacto com os serviços de Saúde (SNS24);
 - Manter-se em contacto com os serviços de saúde de forma a manter-se a par do evoluir da situação;
 - Proceder ao pedido de desinfeção urgente de todas as áreas onde o suspeito esteve durante o dia (incluindo a área de isolamento);
 - Proceder ao encerramento de espaços de convívio (ex. copa) quando existam;
 - Proceder às medidas para manter apenas os serviços imprescindíveis em funcionamento.

Caso Suspeito Confirmado

O Ponto Focal deve imediatamente informar todos os colaboradores e clientes emitindo o comunicado “Comunicação de Caso Confirmado”.

O Ponto Focal deve tomar as seguintes medidas adicionais:

- Comunicar ao Gestor do Plano de Contingência a situação, e de acordo com as instruções deste:
 - Manter-se em contacto com os serviços de saúde de forma a manter-se a par do evoluir da situação;
 - Proceder ao encerramento das instalações:
 - O encerramento das instalações pode decorrer de duas formas diferentes de acordo com a capacidade das Autoridades de Saúde:
 - Encerramento das instalações com a alocação de hóspedes a outros estabelecimento hoteleiros ou unidades hospitalares;
 - Confinamento dos clientes na espaço do hotel, não sendo admitida a entrada de novos clientes.
 - A utilização do refeitório deve ter em conta uma lotação máxima que permita uma distância superior a 2 metros entre cada colaborador;
 - Proceder ao pedido de desinfeção urgente de todas as instalações;
 - Proceder às medidas para manter apenas os serviços realizados em teletrabalho em funcionamento.

Declaração de epidemia na zona geográfica das instalações

O Ponto Focal deve imediatamente informar todos os colaboradores emitindo o comunicado “Comunicação de Declaração de Epidemia”.

O Ponto Focal deve tomar as seguintes medidas adicionais:

- Comunicar ao Gestor do Plano de Contingência a situação, e de acordo com as instruções deste:
 - Manter-se em contacto com os serviços de saúde de forma a manter-se a par do evoluir da situação;
 - Reforçar a desinfeção e limpeza dos espaços de trabalho;
 - A utilização do refeitório deve ter em conta uma lotação máxima que permita uma distância superior a 2 metros entre cada colaborador;
 - Proceder às medidas para realizar os trabalhos que o permitam em teletrabalho;
 - Proceder à implementação das medidas para manter apenas os serviços imprescindíveis em funcionamento;
 - Proceder à implementação das medidas para que todos os trabalhadores não imprescindíveis apenas se desloquem às instalações do HOTEL DA BAIXA PRATA por motivos inadiáveis.

Check-in de clientes provenientes de zonas de risco ou com contacto confirmado com casos suspeitos

O Ponto Focal deve imediatamente informar todos os colaboradores.

Aquando da chegada dos clientes devem ser tomadas as seguintes providências:

- Informar os clientes que para salvaguardar a sua saúde e da população em geral será realizado um controlo de temperatura à entrada do hotel;
 - Este procedimento é de carácter voluntário mas deve ser reforçado junto dos clientes a sua importância;
- Proceder ao controlo de temperatura;
 - Em caso de controlo positivo atuar de acordo com o procedimento de caso suspeito;
 - Em caso de controlo negativo realizar o check-in normalmente;
- Reforçar junto dos clientes que no caso de terem sintomas devem informar imediatamente o staff do hotel.

Procedimento para Serviço de Refeições a pessoas em isolamento

Caso seja necessária a entrega de refeições a pessoas isoladas por suspeita/caso confirmado deve atuar-se da seguinte forma:

- O colaborador que entrega a refeição deve usar máscara e luvas descartáveis (deve descartar estes equipamentos após a utilização);
- A refeição deve ser entregue num carrinho de refeição e colocada à porta do quarto/sala de isolamento;
- No final da refeição a pessoa em isolamento deve colocar o carrinho no mesmo local e depois entrar em contacto com o serviço de quartos;
- O colaborador que recolhe o carrinho deve usar máscara e luvas descartáveis (deve descartar estes equipamentos após a utilização);
- A loiça deve ser lavada em máquina a temperatura elevada (superior a 75.º) e o carrinho deve ser desinfetado após cada utilização. Os resíduos (guardanapos, etc.) devem ser colocados no carrinho em saco fechado e depois encaminhados de acordo com o procedimento geral de tratamento de resíduos contaminados.

Procedimento para tratamento de resíduos contaminados

Os resíduos possivelmente contaminados, 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.

Procedimento para limpeza e desinfecção de áreas contaminadas

- Se há presença de sangue, secreções respiratórias ou outros líquidos orgânicos, absorver os líquidos com papel absorvente; aplicar a lixívia diluída em água na proporção de uma medida de lixívia, para 9 medidas iguais de água; deixar atuar durante 10 minutos; passar o local com água e detergente; enxaguar só com água quente e deixar secar ao ar; 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 atuar a lixívia durante 10 minutos; enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar;.
- As instalações sanitárias devem ser lavadas e desinfetadas com um produto de limpeza misto que contenha em simultâneo detergente e desinfetante na composição, por ser de mais fácil e rápida aplicação e ação;
- Também o mobiliário e alguns equipamentos poderão ser desinfetados após a limpeza, com toalhetes humedecidos em desinfetante ou em álcool a 70º;
- Limpar primeiro o mobiliário do quarto; vi. Se houver kitchenette, lavar as louças na máquina a temperatura elevada; limpar e desinfetar armários, bancadas, mesa e cadeiras, não esquecendo de desinfetar os puxadores dos armários e das portas; de seguida, limpar e desinfetar a torneira, o lavatório e o ralo.
- Limpar paredes até à altura do braço.
- Retirar os cortinados e enviar para lavar, incluindo o cortinado da casa de banho;
- Limpar o mobiliário;
- Lavar a casa de banho, começando pelas torneiras, lavatórios e ralos destes, passar depois ao mobiliário, de seguida a banheira ou chuveiro, sanita 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 desinfetar;
- Sanita: aplicar o produto que tem a função de detergente e desinfetante em simultâneo, no interior e exterior da sanita; deixar atuar 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;
- Com outro pano limpo de uso único, lavar a parte externa da sanita, começando pelo tampo (o menos sujo), seguindo-se a parte de cima da sanita e todas as partes exteriores com o mesmo detergente/desinfetante; passar depois só com água quente e deixar secar.
- Por fim, lavar o chão das instalações.
- Abrir as janelas da área e deixar secar ao ar.



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

Procedimento no caso de recusa em permanecer no local de isolamento

Qualquer trabalhador, fornecedor ou cliente com um caso suspeito (validado ou não) ou confirmado de COVID19 deve permanecer no local de isolamento.

A recusa em permanecer no local de isolamento (quando definido pelas autoridades de saúde) é punível civilmente e, de acordo com os danos causados, pode ser punível criminalmente.

No entanto, restrições à liberdade individual não são permitidas nestes casos a não ser que existe uma declaração pública de Estado de Emergência.

Os trabalhadores devem sempre apelar à participação cívica dos casos suspeitos, chamar a atenção para a importância de se manter em isolamento para a saúde de toda a comunidade, mas no limite não podem manter as pessoas no local de isolamento conta sua vontade.

No caso de um suspeito ou doente confirmado que está em isolamento demonstrar que pretende sair da área de isolamento ou efetivamente sair desta, devem os funcionários do hotel contactar de imediato a Polícia de Segurança Pública.



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

ANEXO 3 – MEDIDAS DE COMUNICAÇÃO INTERNA PERANTE UM CASO SUSPEITO

COMUNICAÇÃO DE CASO SUSPEITO NÃO VALIDADO

Caros colaboradores,

Durante o dia de hoje ocorreu uma situação de um caso suspeito de infeção pelo vírus SARs-CoV-2/COVID-19, tendo o HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

O colaborador/fornecedor/cliente suspeito de infeção entrou em contacto com os serviços de saúde (SN 24) tendo sido o caso não validado pelos profissionais de saúde.

Isto significa que a suspeita não se confirma e a situação de doença não está relacionada com o COVID-19.

Nesse sentido todas as atividades do HOTEL DA BAIXA PRATA se mantêm e aproveitamos para reforçar a participação de todos na implementação das medidas preventivas em vigor.

««Nome»»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMUNICAÇÃO DE CASO SUSPEITO VALIDADO E NÃO CONFIRMADO

Caros colaboradores,

Durante o dia de hoje ocorreu uma situação de um caso suspeito de infeção pelo vírus SARs-CoV-2/ COVID-19, tendo o HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

O colaborador/fornecedor/cliente suspeito de infeção entrou em contacto com os serviços de saúde (SN 24) tendo sido o caso validado pelos profissionais de saúde.

Isto significa que o colaborador/fornecedor/cliente foi encaminhado para os serviços de saúde através do INEM.

Apesar da suspeita não se trata de um caso confirmado pelo que não existe, neste momento, qualquer motivo para preocupação excessiva.

O HOTEL DA BAIXA PRATA informa que foram tomadas as medidas de contenção/isolamento adequadas, assim como a comunicação aos contactos próximos.

No âmbito do Plano de Contingência iremos proceder à desinfeção das áreas abrangidas pelo que se pode registar algum condicionamento do trabalho habitual.

Para reduzir potenciais riscos de saúde pública iremos manter apenas os serviços imprescindíveis com os recursos humanos que lhes estão associados. Os restantes colaboradores estão dispensados do serviço até nova informação.

As tarefas que podem ser realizadas em teletrabalho passam a partir deste momento a serem realizadas dessa forma.

Mais uma vez aproveitamos para reforçar a participação de todos na implementação das medidas preventivas em vigor e enviaremos nova informação assim que a mesma esteja disponível.

Em caso de dúvida sobre as medidas a adotar devem entrar em contacto com o vosso Ponto Focal.

««Nome»»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMUNICAÇÃO DE CASO SUSPEITO CONFIRMADO

Caros colaboradores,

Durante o dia de hoje ocorreu uma situação de um caso suspeito de infeção pelo vírus SARs-CoV-2/ COVID-19, tendo o HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

O colaborador/fornecedor/cliente suspeito de infeção entrou em contacto com os serviços de saúde (SN 24) tendo sido o caso validado pelos profissionais de saúde.

Após a realização de testes laboratoriais o resultado foi positivo para COVID-19.

O HOTEL DA BAIXA PRATA já comunicou a todos os colaboradores que estiveram em contacto próximo e todos eles já estão a ser aconselhados pelos serviços de saúde.

Se não foi contactado diretamente pelo seu Ponto Focal deve assumir que o seu risco de infeção é baixo, pelo que deve apenas manter as medidas preventivas em vigor. Apenas no caso de ter algum dos sintomas associados à doença é que deve entrar em contacto com os serviços de saúde ou a sua chefia direta.

No âmbito do Plano de Contingência iremos proceder à desinfeção das instalações, pelo que suspendem todas as atividades realizadas nas mesmas.

Para reduzir potenciais riscos de saúde pública iremos manter apenas os serviços que podem ser realizados em teletrabalho, de acordo com o definido no Plano de Contingência.

Iremos posteriormente comunicar a possibilidade de regresso às instalações, depois de os procedimentos de desinfeção terem sido validados pela Autoridade de Saúde.

Em caso de dúvida sobre as medidas a adotar, devem entrar em contacto com o vosso Ponto Focal.

«Nome»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMUNICAÇÃO EM CASO DE DECLARAÇÃO DE EPIDEMIA

Caros colaboradores,

Durante o dia de hoje foi declarada uma situação de epidemia relacionada com infeção pelo vírus SARs-CoV-2/COVID-19, tendo o HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

Para reduzir potenciais riscos de saúde pública iremos manter apenas os serviços imprescindíveis em funcionamento, de acordo com o definido no Plano de Contingência.

Aconselhamos todos os trabalhadores a seguir as recomendações das Autoridades de Saúde, nomeadamente através da adoção das regras de etiqueta social estabelecidas neste plano, evitar espaços públicos muito frequentados e relembramos que em caso de ter sintomas da doença deve sempre utilizar meios não presenciais de contacto com o SNS (SNS 24).

Iremos reforçar os procedimentos de limpeza e desinfeção das instalações e continuamos com a participação empenhada de todos para evitar o contágio entre a nossa população laboral.

Em caso de dúvida sobre as medidas a adotar, devem entrar em contacto com o vosso Ponto Focal.

«Nome»

«Ponto Focal»

«Data e Local»

COMUNICAÇÃO DE CASO SUSPEITO CONFIRMADO – PARA CLIENTES

Caros clientes,

Durante o dia de hoje ocorreu uma situação de um caso suspeito de infeção pelo vírus SARs-CoV-2/ COVID-19, tendo a HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

O colaborador/fornecedor/utente suspeito de infeção entrou em contacto com os serviços de saúde (SN 24) tendo sido o caso validado pelos profissionais de saúde.

Após a realização de testes laboratoriais o resultado foi positivo para COVID-19.

O HOTEL DA BAIXA PRATA já comunicou a todos os colaboradores e utentes que estiveram em contacto próximo e todos eles já estão a ser aconselhados pelos serviços de saúde.

Se não foi contactado diretamente por nós deve assumir que o seu risco de infeção é baixo, pelo que deve apenas manter as medidas preventivas em vigor. Apenas no caso de ter algum dos sintomas associados à doença é que deve entrar em contacto com os serviços de saúde.

No âmbito do Plano de Contingência iremos proceder à desinfeção das instalações, pelo que suspendem todas as atividades realizadas nas mesmas.

Iremos posteriormente comunicar a possibilidade de regresso às instalações, depois de os procedimentos de desinfeção terem sido validados pela Autoridade de Saúde.

Em caso de dúvida sobre as medidas a adotar, devem entrar em contacto connosco.

«Nome»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMMUNICATION OF SUSPECTED CASE CONFIRMED - FOR CUSTOMERS

Dear customers,

Today there was a situation of a suspected case of infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus. HOTEL DA BAIXA PRATA put in place procedures contained in the Contingency Plan.

The collaborator / supplier / user suspected of infection came into contact with the health services (SN 24) and the case was validated by the health professionals.

After laboratory tests, the result was positive for COVID-19.

HOTEL DA BAIXA PRATA has already communicated to all employees and customers that they have been in close contact with the patient and all of them are already being advised by the health services.

If you have not been contacted directly by us, you should assume that your risk of infection is low, so you should just keep the preventive measures in place. Only if you have any of the symptoms associated with the disease should you contact the health services.

As part of the Contingency Plan, we will proceed with the disinfection of the facilities, which will suspend all activities carried out there. Customers will be moved to other hotels in the region.

We will later communicate the possibility of returning to the facilities, after the disinfection procedures have been validated by the Health Authority.

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact us.

««Nome»»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMUNICAÇÃO EM CASO DE DECLARAÇÃO DE EPIDEMIA– PARA CLIENTES

Caros clientes,

Durante o dia de hoje foi declarada uma situação de epidemia relacionada com infeção pelo vírus SARS-CoV-2/COVID-19, tendo o HOTEL DA BAIXA PRATA posto em prática os procedimentos constantes do Plano de Contingência.

Iremos reforçar os procedimentos de limpeza e desinfeção das instalações e continuamos com a participação empenhada de todos para evitar o contágio entre a nossa população.

Para reduzir potenciais riscos de saúde pública iremos manter apenas os serviços essenciais de acordo com o definido no Plano de Contingência.

Aconselhamos todos a seguir com a máxima diligência as recomendações das Autoridades de Saúde, nomeadamente através da adoção das regras de etiqueta social.

No caso de ter sintomas da doença deve sempre utilizar meios não presenciais de contacto com o SNS (SNS 24).

Em caso de dúvida sobre as medidas a adotar, devem entrar em contacto connosco.

««Nome»»

«Ponto Focal»

«Data e Local»



PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID - 19

Data
13.03.2020
Revisão nº01

COMMUNICATION IN THE EVENT OF AN EPIDEMIC DECLARATION - FOR CUSTOMERS

Dear customers,

Today an epidemic situation related to infection by the SARs-CoV-2 / COVID-19 virus has been declared, and HOTEL DA BAIXA PRATA has put in place the procedures contained in the Contingency Plan.

We will reinforce the cleaning and disinfection procedures of the facilities and we continue with the committed participation of all to avoid contagion among our population.

To reduce potential public health risks, we will maintain only essential services as defined in the Contingency Plan.

We advise everyone to follow the recommendations of the Health Authorities with the utmost diligence, namely through the adoption of social etiquette rules.

If you have symptoms of the disease, you should always use non-face-to-face contact with the SNS (SNS 24 – 808 24 24 24).

In case of doubt about the measures to be taken, you should contact us.

««Nome»»

«Ponto Focal»

«Data e Local»

ANEXO 4 - LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL			
Equipamento/Material	Data	Colaborador	Assinatura

ANEXO 5 –REGISTO DE CONTATOS PRÓXIMOS

A preencher pelo colaborador/cliente com um caso suspeito

É importante saber que os sintomas que apresenta neste momento não foram medicamente confirmados como CORONAVÍRUS (COVID-19). Devido à semelhança de sintomas com uma gripe “comum”, esteja consciente que a grande maioria dos casos com sintomas idênticos aos seus têm resultado NEGATIVO.

Entre em contacto com o Serviço Nacional de Saúde: **808 24 24 24**.

O INEM é o organismo do Ministério da Saúde responsável por coordenar as chamadas de emergência em território nacional, atribuindo o grau de gravidade mediante a descrição dos sintomas apresentados telefonicamente.

Informe, de forma simples e clara:

- O tipo de sintomas (tosse, febre e/ou dificuldade respiratória);
- O número de telefone do qual está a ligar;
- A localização exata e, sempre que possível, com indicação de pontos de referência.

Mantenha-se tranquilo porque o tempo de chegada dos meios de intervenção do INEM poderá demorar algum tempo. É aconselhável que no período de espera, ingira água de forma regular.

IMPORTANTE: é solicitado que o cuidado com as pessoas que o rodeiam seja a sua prioridade.

No local de isolamento, é recomendado:

- Manter a máscara cirúrgica sempre bem colocada e ajustada;
- Recorrer à solução alcoólica para a desinfeção das mãos após a colocação da máscara;
- Evitar mexer na máscara e na face ou tocar nos olhos, boca ou nariz. Se o fizer, deve higienizar de imediato as mãos.

Lembre-se que a sua participação é essencial para evitar o contágio da doença. Apesar do seu caso não estar confirmado, solicitamos a sua ajuda para podermos contactar e monitorizar a situação de saúde dos seus contactos próximos.

Preencha as tabelas seguintes com os dados que conhece e em caso de dúvida consulta a informação com as definições de Alto e Baixo Risco de Exposição.

CONTATOS PRÓXIMOS “ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO”

Nome	Área/departamento	Contacto	E-mail

CONTATOS PRÓXIMOS “BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO”

Nome	Área/departamento	Contacto	E-mail

“Alto risco de exposição”, é definido como:

- Trabalhador do mesmo posto de trabalho (gabinete, sala, secção, zona até 2 metros) do Caso;
- Trabalhador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;
- Trabalhador que partilhou com o Caso Confirmado loiça (pratos, copos, talheres), toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

“Baixo risco de exposição” (casual), é definido como:

- Trabalhador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro).

ANEXO 6 – LISTA DE CASOS SUSPEITOS

A preencher pelo Ponto Focal

REGISTO SEMANAL

Semana:

Responsável pelo Preenchimento:

Estabelecimento	Trabalhador			Encaminhamento
	Nome	Dt. Nasc.	Função	
Estabelecimento	Terceiros (fornecedores, etc.)			Encaminhamento
	Nome	Dt. Nasc.	Função	
Resumo				
N.º de Casos Suspeitos		N.º de Casos Confirmados		