

1. Cuidados e prevenção

- Lavagem das mãos com frequência e com gel anti-bacteriano
- Durante o período de epidemia, não é permitida barba nem bigode, pois os mesmos impedem o uso correto da máscara de proteção
- Caso tenha algum dos sintomas descritos no COVID-19, deverá se dirigir de imediato a uma unidade de saúde do SESARAM, de modo a evitar o contágio caso o resultado seja positivo
- A lavagem de todos os utensílios do hotel deverá ter uma observação acrescida
- Serão colocados postos de gel anti-bacteriano na Recepção, no Restaurante, SPA e Cozinha

○ **Evite o alarmismo e seja prudente!**

2. Procedimentos perante um Caso suspeito

- Verificar a temperatura com o termómetro disponibilizado para o efeito e usar de imediato máscara de proteção
- Contactar de imediato o IA-Saúde e preencher o registo online
- Encaminhar o caso suspeito para o isolamento

3. Procedimento perante um Caso Confirmado

- A área de “isolamento”, será localizada no 5º andar e 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.
- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de “isolamento”;
- Reforçar a 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);
- Armazenar os 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.
- A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contactos próximos do doente.

4. Procedimento de vigilância de contactos próximos

- Considera-se “contacto próximo” um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância (Anexo II).
- O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:
 - “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 expetoração, 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).
 - Trabalhador(es) que prestou(aram) assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha(m) seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).
- Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, 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 empregador 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 contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

A vigilância de contactos próximos deve ser a seguidamente apresentada:

Vigilância de contactos próximos	
“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.

ANEXOS

Anexo I → Fluxograma de situação de Trabalhador com sintomas de COVID-19 numa empresa

Anexo II → Fluxograma de monitorização dos contactos próximos (trabalhadores assintomáticos) de um Caso confirmado de COVID-19 (trabalhador)

Recomendações para o uso de máscaras

- Depois de colocar a máscara evitar tocar no rosto ou outras partes do corpo
- Antes de retirar a máscara, lavar as mãos e usar o gel anti-bacteriano e posteriormente colocar nos recipientes destinados para inceneração