

Protocolo interno Casas Vale Martinho

RNET-4685/ET

Plano de contingência contra corona vírus

Elaborado em 20-03-2020

Rectificado em 06-03-2021

Rectificado em 10-05-2021

Rectificado em 11-07-2021



O nosso pequeno empreendimento fica situado em plena floresta, em zona parcialmente ecológica, privilegiando a conservação e valorização da Natureza e o património rural

– Orientação técnica e formação sobre as novas rotinas e procedimentos adoptados no empreendimento Casa Vale Martinho para os colaboradores e hóspedes.

-- Este plano tem como seu responsável

Feizal Mussá -Contacto 962381968

-- Medição de temperatura dos colaboradores todos os dias(para uso interno).

_ É solicitado à entrada aos hóspedes um dos seguintes documentos

Teste negativo PCR com 72 horas

Teste antigénico com 48 horas

Certificado de vacinação válido

Certificado de recuperação de doença covid 19 com 180 dias

-- Triagem na data do check-in aos hóspedes para aferir se existe algum perigo de contágio. (nesta altura é solicitado aos nossos hóspedes informação se tiveram febre alta ou tosse forte ou outros sintomas que possam ser considerados factores de risco e ainda se

tiveram contacto com pessoas que se suspeitem estarem contagiadas com covid-19

-- Existem em cada ponto estratégico (entradas, saídas, recepção e outros que se considerem relevantes, disponíveis sinalética e informação visível para todo o publico interno e externo para contenção da propagação do corona vírus.

-- Agimos como disseminadores de boas praticas, no sentido de mitigar a propagação de contágio do vírus que provoca a doença do covid 19 , nesse sentido, agimos como influenciadores sociais.

Distanciamento social

Uso de mascara

Etiqueta respiratória

Higienização frequente das mãos

Desinfecção das mãos com álcool-gel

Existem na recepção (Loja) EPIs mascarar , luvas e álcool gel ,em numero suficiente para fornecer os hospedes se assim o solicitarem.

– Disponibilização de álcool gel 70% nas entradas, saídas e outros pontos relevantes para desinfecção das mãos .

-- Existe um local ventilado naturalmente, onde isolar um suspeito doente com covid 19 com as orientações descritas pela DGS, onde existe uma caixa contendo mascarar, luvas, álcool gel, comprimidos recomendados, um termómetro, alguns alimentos não perecíveis, garrafas de água , uma cadeira, contentor com sacos para roupas e outros utensílios utilizados pela pessoa contaminada, para serem entregues a uma empresa para recolha de resíduos com riscos biológicos certificada pela APA (agência portuguesa do ambiente) com o centro de contacto numero 210192327.

-- Caso exista algum isolamento seguir o recomendado nestes casos e contactar o serviço Nacional de Saúde através da Saúde 24 – através de telefone 808242424 ou o Centro de Saúde De Santa Comba Dão com o número de contacto 232 889840 ou 112 e aguardar o procedimento transmitido.

-- Recomenda-se aos hóspedes que permaneçam o tempo estritamente necessário para fazer o check-in e que não tenham contacto dentro do possível, com os objectos ou utensílios nas zonas comuns, se ocorrer algum contacto o objecto tocado será desinfectado com álcool a 70º

-- Todos os objectos ou utensílios utilizados pelos hóspedes devem manter-se nos quartos, para que sejam alvo de desinfectação ou recolha para resíduos sólidos.

– Oferta do pequeno-almoço para levar para o quarto, que serão entregues aos nossos hóspedes na recepção, caso não o queiram, podem tomar no exterior ou no salão (ventilado naturalmente e espaçoso) se for possível.

-- A loiça só é disponibilizada ao hóspede quando chega à mesa.

– Aumento do espaçamento entre as mesas e diminuição do número de cadeiras disponibilizadas aos nossos hóspedes, para aumentar a distância durante as refeições servidas no exterior ou em local bem arejado naturalmente.

-- Utilização de EPI adequado para cada tarefa, mascarar, luvas, óculos ou viseiras e aventais.

--Existem todos estes produtos em stock necessário, para assegurar uma desinfectação e limpezas adequadas.

-- Todos estes processos são efectuados com panos diferentes e descartáveis.

-- Favorecesse limpeza húmida (balde e esfregona) em detrimento de limpeza a seco (aspirador)

– Higienização mais frequente e cuidado de utensílios de limpezas utilizados em todos os serviços nas nossas instalações, para as casas de banho um balde e uma esfregona, para o quartos outros utensílios diferentes e para as salas e corredores outros utensílios diferentes também, que serão todos desinfectados após cada utilização

– Intensificação do processo operacional de higienização de equipamentos, móveis e utensílios com produtos desinfectantes, lixívia ou álcool 70º, lixívia para pavimentos e casas de banho e álcool, para desinfectar interruptores, maçanetas, botões, comandos, etc.

--Sempre que possível os quartos ficam de quarentena de 24 horas.

.

-- O procedimento de recolha de roupa nos quartos é efectuado de fora para dentro não sacudindo, formado uma trouxa, não encostando ao corpo que nesta altura e por precaução utiliza-se um avental plástico que vai para uma lavandaria exterior, em sacos de plásticos fechados, bem como toda a roupa utilizada. Este processo é efectuado após uma quarentena de 2 horas após a saída do hospede. Neste momento são aplicados produtos desinfectantes

-- Após a recolha da roupa e resíduos e após a actuação dos produtos desinfectantes, só se efectua limpeza após 30 minutos e de seguida a limpeza final e arrumação dos quartos.

. Salienta-se que todas essas medidas estão a ser implementadas segundo as directrizes e recomendações da DGS e podem ser alteradas se assim o vier a ocorrer.

Nota:

Anexa-se o documento de orientação da DGS

Anexo

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLO DE INFEÇÃO NOS HOTEIS E ALOJAMENTOS

Limpeza de superfícies ambientais e tratamento de roupa nos hotéis e alojamentos

1. Princípios gerais:

i. Cada hotel ou alojamento deve ter o seu plano de contingência interno escrito e

operacional;

ii. Deve ficar definido por escrito, os níveis de responsabilidade de todos os intervenientes

no Plano;

iii. O Órgão de Gestão deve:

a) providenciar todos os equipamentos de proteção individual dos trabalhadores e

definir uma reserva estratégica interna destes equipamentos;

b) adquirir o mais possível, um stock de materiais de limpeza de uso único,

sobretudo panos de limpeza, toalhetes de limpeza de uso único humedecidos em

desinfetante, lixívia e álcool a 70°.

c) providenciar a colocação de dispensadores de solução antisséptica de base

alcoólica (SABA) ou solução à base de álcool, um por cada piso (exemplo: junto aos

elevadores), junto aos pontos de entrada e saída do hotel ou alojamento e à

entrada do restaurante e bar;

d) promover formação e treino de todos os grupos de profissionais das diversas

áreas do hotel ou alojamento sobre COVID-19 e como cumprir as precauções

básicas de prevenção e controlo de infeção;

iv. Deve ser definido um local para isolar uma ou mais pessoas que possam ser detetadas

como casos suspeitos ou casos confirmados de COVID-19. Este local deve ter

preferencialmente pressão negativa, casa de banho, contentor de resíduos e sacos de

resíduos e sacos de recolha de roupa usada, (aconselha-se a que tenha televisão/outros

meios de entretenimento passíveis de estarem no quarto enquanto o doente lá

permanecer), água, alguns alimentos. Se não houver ventilação de pressão negativa, abrir

regularmente as janelas do quarto para renovar o ar e manter a porta fechada;

v. As áreas de maior risco são o quarto da pessoa doente ou suspeita de COVID-19. As

restantes áreas em que a pessoa passou durante períodos mais curtos (como sala de espera, cinema, restaurante, ginásio) provavelmente têm níveis mais baixos de

contaminação e, portanto, o risco de transmissão contínua da infeção será por princípio,

menor. No entanto, aconselha-se a limpeza e desinfeção alargada desses espaços.

vi. Se o doente utilizou recentemente a piscina, as superfícies da piscina onde as pessoas

circulam devem ser lavadas e desinfetadas.

vii. A limpeza e desinfeção da piscina deve ser realizada com o procedimento habitual,

devendo-se substituir a água e proceder à cloragem como definido em protocolo interno.

viii. O jacúzi - é recomendável o despejo de toda a água, seguido de lavagem e desinfeção;

voltar a encher com água limpa e desinfetada com cloro na quantidade adequada, de

acordo com o protocolo interno.

ix. Deve ser definido um meio de supervisão dos circuitos de tratamento de roupa e de

limpeza das instalações;

2. Proteção dos profissionais responsáveis por manter a acomodação dos clientes no

hotel ou alojamento

i. As pessoas que tratam da roupa de cama ou do quarto de um caso suspeito ou

confirmado e as pessoas que realizam as limpezas nos hotéis e alojamentos, desde que

cumpram as medidas de proteção recomendadas e garantam o controlo da exposição ao

risco de transmissão, não correm riscos desnecessários. No entanto, o risco de

transmissão pode, contudo, ser real em caso de acidente ouse não forem cumpridas

integralmente as medidas de proteção recomendadas. Daí a importância de todos os

profissionais terem formação e treino e estarem protegidos com os EPI adequados.

ii. Definir dois profissionais ou equipas diferentes: um para a remoção da roupa e fazer

camas de lavado; outra para realizar a limpeza, em dois tempos de intervenção

espaçados.

iii. Durante a fase de possível epidemia ou perante um caso suspeito de COVID-19, as

equipas encarregues do tratamento de roupa de cama e da limpeza dos quartos, ficam

mais expostos ao risco de aerossóis, pelo que se devem proteger, em particular, com os

equipamentos de proteção adequados (EPI) - máscara, óculos para proteção dos olhos,

aventilador de plástico sobre a farda e luvas (preferencialmente descartáveis, de nitrilo).

iv. O fardamento e os equipamentos de proteção individual (EPI) devem ser diferentes,

dependendo do tipo de intervenção ou tarefa e do risco de exposição.

v. A farda destes profissionais não deve ser levada para lavar em casa - deve ser lavada em

máquina, na lavandaria do hotel, a temperaturas elevadas. De preferência, deixar uma

máquina de lavar roupa só para a roupa dos clientes afetados e as fardas dos

profissionais.

vi. Após mudar a roupa da cama e os atalhados do quarto da pessoa suspeita ou doente

com COVID-19, é desejável esperar também um tempo (período de latência) para iniciar a

limpeza dos quartos.

3. Mudança de roupa dos quartos e limpeza e desinfecção das instalações:

i. Dado que a intervenção de mudança de roupa da cama, gera aerossóis, é aconselhável

separar as duas intervenções: limpeza e roupa (exemplo: 2 equipas diferentes) e dar um

tempo de espera entre estas duas tarefas - respeitar um tempo de pelo menos 2-3 horas

entre retirar lençóis e roupas de cama e atalhados e realizar a limpeza de pisos e superfícies.

ii. Equipar os profissionais encarregados de remover roupa e realizar a limpeza, com bata,

luvas esterilizadas, óculos de proteção e uma máscara de proteção respiratória do tipo

FFP2.

iii. Ao remover a roupa de cama e atalhados:

- Não agitar a roupa de cama;
- Retirá-la sem a sacudir, enrolando-a no sentido de dentro para fora, fazendo

um “embrulho”;

- Não encostar a roupa ao corpo;
- Transportar as roupas e colocar diretamente na máquina de lavar;

iv. A roupa deve ser lavada à temperatura mais alta que puder suportar (dependendo da

termoresistência) – ciclo de desinfeção pelo calor (pelo menos a 60°C durante 30

minutos, ou entre 80-90°C, com 10 minutos de contacto do calor com a roupa);

v. Se a roupa não puder ser lavada a quente, deve ser lavada na máquina a temperatura

entre 30-40°C e a um ciclo de desinfeção final na máquina, com um desinfetante

apropriado a este tipo de roupa e compatibilidade com a máquina.

vi. Na ausência de uma máquina de lavar, embale as roupas e acondicione num saco

impermeável, fechando-o bem e levar para a lavanderia e depositar a roupa diretamente

para dentro da máquina;

vii. Os resíduos recolhidos no quarto, devem ser acondicionados num primeiro saco bem

fechado, que depois é depositado no 2.º saco. O 2.º saco deve ser identificado como

resíduos biológicos e tratados por incineração ou autoclavagem.

4. Manutenção das superfícies ambientais:

i. O coronavírus (MERS-CoV-2) provavelmente pode sobreviver durante horas em

superfícies secas e até 6 dias, em superfícies com humidade.

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

iii. Não usar aspirador para limpeza de pisos.

iv. Não é adequado o uso de aspirador de pó, porque põem em movimento no ar, as

gotículas, nas quais o vírus pode estar contido e transforma-as em aerossóis.

i. Para equipar o pessoal encarregado da limpeza de pisos e superfícies com uma bata

impermeável, ou avental de plástico sobre o fardamento, luvas de uso único resistente a

líquidos, máscara de tipo cirúrgica.

ii. Cumprir o seguinte para a limpeza dupla de pisos e superfícies:

a) Limpar as superfícies de cima para baixo e no sentido das áreas mais limpas para as mais sujas.

b) Usar panos de limpeza de uso único, diferentes e exclusivos para a área do quarto e

para as casas de banho;

c) O balde e esfregona de limpeza da casa de banho deve ser diferente do balde de

limpeza e esfregona a usar no quarto;

d) Para lavar as superfícies: pode usar-se detergentes de uso comum;

e) Para desinfeção de superfícies: a Organização Mundial de Saúde (OMS) aconselha o

uso de lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5%

de cloro livre, e álcool a 70°, para as superfícies metálicas ou outras, que não sejam

compatíveis com a lixívia, de modo a evitar corrosão ou danificação. No entanto,

existem no mercado vários produtos de limpeza e desinfeção de superfícies com

ação virucida e que podem ser utilizados, nomeadamente, pastilhas de cloro para

diluir na água no momento da utilização; soluções detergentes com desinfetante na

composição (efeito 2 em 1), quer em apresentação de spray, líquida ou outra ou

toalhetes humedecidos em desinfetante para a limpeza rápida de algumas

superfícies de toque frequente.

5. Limpeza e Desinfeção de Superfícies:

i. 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;

ii. 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;

iii. 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;

iv. Também o mobiliário e alguns equipamentos poderão ser desinfetados após a limpeza,

com toalhetes humedecidos em desinfetante ou em álcool a 70°;

v. 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.

vii. Limpar paredes até à altura do braço.

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

ix. Limpar o mobiliário;

x. 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;

xi. O mesmo procedimento repete-se para o chuveiro, não esquecendo de limpar bem o

chuveiro, desenroscar a cabeça do mesmo e lavar e desinfetar;

xii. 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;

xiii. 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.

xiv. Por fim, lavar o chão das instalações.

xv. Abrir as janelas da área e deixar secar ao ar.

6. O que fazer com a pessoa doente ou suspeita de estar doente por COVID-19 no

hotel ou alojamento?

O estado atual de conhecimento, recomenda-se que:

i. A pessoa doente não deve sair do hotel. Deve permanecer no seu quarto e ligar aos

profissionais da área administrativa do hotel, para que liguem para a linha SNS24 (808 24

24 24) que avaliará o caso e contactará com a Autoridade Local de Saúde;

ii. Não se deve dirigir ao centro de saúde, a consultório privado ou à urgência do hospital;

iii. Aguardar as instruções dos profissionais de saúde que o vão atender e a decisão clínica.

iv. Se o hotel tiver máscara, deve entregar uma máscara cirúrgica à pessoa, ensinando-lhe a

colocar e a ajustar bem à face.

v. A Autoridade Local de Saúde poderá optar por enviar a pessoa para o Hospital de

referência da área ou não, dependendo da situação clínica do doente.

vi. Nos casos suspeitos de COVID-19, os profissionais de limpeza e roupa devem aguardar o

resultado do diagnóstico laboratorial de confirmação do caso suspeito ou não, antes de

iniciar os procedimentos de remoção da roupa e a limpeza.

Fonte: Société française d'Hygiène Hospitalière (SF2H. Relatif au traitement du linge, au

nettoyage des locaux ayant hébergé un patient confirmé à 2019-nCoV et à la protection des

personnels. 07 février 2020. Disponível em:

<https://www.sf2h.net/wp-content/uploads/2020/02/AVIS-SF2H-Prise-en-charge-linge-et-locaux2019-nCoV-07-02-2020.pdf>

Graça Freitas

Diretora-Geral da Saúde