

Leis & Rafael, Lda

# Plano de contingência COVID-19



## 1. CONTROLO DE ALTERAÇÕES

<b>Revisão</b>	<b>Data</b>	<b>Alterações</b>
01	28/05/2020	Primeira edição

## Sumário

1.CONTROLO DE ALTERAÇÕES.....	2
2.INTRODUÇÃO .....	4
3.A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19).....	4
4.A TRANSMISSÃO DO COVID-19 .....	4
5.O QUE É UM CASO SUSPEITO .....	5
6.DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO.....	5
7.DESIGNAÇÃO DO PONTO FOCAL .....	6
8.PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO .....	6
9.PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO .....	7
10.PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS .....	7
11.MEDIDAS DE PREVENÇÃO .....	8
12.MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS .....	8
ANEXO I – FOLHETO INFORMATIVO: RECOMENDAÇÕES GERAIS.....	11
Anexo II – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO ....	12
Anexo III – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM GEL ALCOÓLICO ..	13

## 2. INTRODUÇÃO

O presente documento dá a divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência da Leis & Rafael, Lda para a Doença por Coronavírus (COVID-19) estabelecido pela Leis & Rafael, Lda , fornece informação aos colaboradores da empresa sobre esta nova doença, sobre as medidas de prevenção e controlo desta infeção, e sobre os procedimentos e medidas a adotar perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados. O Plano de Contingência da Leis & Rafael, Lda para a Doença por Coronavírus (COVID-19) foi desenvolvido com base na propagação deste vírus que se alastrou por todo o país. Dessa forma, sendo nós um estabelecimento de Restauração e sendo uma das áreas de maior risco para a transmissão do COVID-19, somos expostos a várias pessoas e de forma continua, criámos estas medidas preventivas com o objetivo de proteger a nossa equipa e os próprios clientes e fornecedores.

De igual modo, a informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência da Leis & Rafael, Lda para a Doença por Coronavírus (COVID-19) será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados, por todo o estabelecimento do Restaurante Henrique Leis. A empresa está comprometida com a proteção da saúde e a segurança dos seus clientes e colaboradores, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade, face às valências de conhecimento que detêm em diversas áreas.

## 3. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

COVID-19 é o nome, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo novo coronavírus SARS-COV-2, que pode causar infeção respiratória grave como a pneumonia. Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser parecidas a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

## 4. A TRANSMISSÃO DO COVID-19

Com base na evidência científica atual, o vírus que provoca o Coronavírus pode-se transmitir por contacto direto ou contacto indireto.

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando por exemplo, uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, e podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros)
- **Contacto indireto:** através do contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com o vírus e que, em seguida, contactam com a boca, nariz ou olhos.

## 5. O QUE É UM CASO SUSPEITO

Considera-se um caso suspeito de COVID-19 aquele que apresenta os seguintes critérios:

CRITÉRIOS CLÍNICOS		CRITÉRIOS EPIDEMIOLÓGICOS
Doente com infeção respiratória aguda ( <b>início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória</b> ), sem outra etiologia que explique o quadro	<b>E</b>	História de <b>viagem</b> nos 14 dias antes do início de sintomas
<b>OU</b>		
Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória)	<b>E</b>	<b>Contacto com caso confirmado</b> ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas
<b>OU</b>		
Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, <b>sem outra etiologia</b>		

## 6. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO

A área de isolamento é o local onde uma pessoa suspeita do vírus COVID-19 que se encontra dentro do estabelecimento Restaurante Henrique Leis se irá direccionar e permanecer até ao fim do procedimento mencionado no ponto 8. É uma medida de afastamento social essencial de saúde pública com o intuito de proteger outras pessoas do seu possível contágio.

A empresa Leis & Rafael, Lda definiu a área de isolamento na sua Sala de Inverno no piso 0. A sala tem acesso a WC, janelas e uma porta para o exterior que não cruza com outras pessoas que possam estar no estabelecimento.

A área de isolamento estará também equipada com:

- telefone;
- cadeira;
- kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- contentor de resíduos com abertura não manual e saco de plástico;
- gel antisséptico de base alcoólica;
- toalhetes de papel;
- máscara cirúrgica e luvas de proteção.

## **7. DESIGNAÇÃO DO PONTO FOCAL**

A empresa Leis & Rafael, Lda designará como Ponto Focal responsável pela gestão de qualquer caso suspeito de COVID-19 por parte de um funcionário os Sub-Gerentes em serviço- Rafaela Leis ou Pietá Leis. Os colaboradores estão todos informados sobre a quem deve ser reportada uma situação de doença enquadrada de colaborador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19 (ponto 5).

No caso de se tratar de um cliente do estabelecimento, o responsável a acompanhar o indivíduo até à sala de isolamento será o funcionário a quem o indivíduo se comunica. O restante apoio necessário a este suspeito de COVID-19 será prestado pelo Ponto Focal.

## **8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO**

No caso de alguém, cliente ou funcionário, se encontrar com um caso suspeito de COVID-19 terá de seguir os seguintes procedimentos:

1. A pessoa suspeita deverá de reportar a situação ao membro de equipa mais próximo;
2. O membro da equipa informado deverá acompanhar a pessoa suspeita fornecendo-lhe uma máscara cirúrgica e luvas de proteção (caso não tenha) para a área de isolamento mantendo a distância de segurança, também este deverá estar igualmente protegido com máscara cirúrgica e luvas de proteção;
3. O membro da equipa informado deverá de seguida desinfetar as suas mãos, trocar a máscara cirúrgica e luvas de proteção e informar um dos empregadores Henrique Leis, Rafaela Leis ou Pietá Leis sobre a dada situação;
4. O suspeito deverá contactar ele próprio a Linha de Saúde 24 (808 24 24 24) relatando a situação;
5. Se o caso não for considerado suspeito pelos técnicos de saúde da Linha Saúde 24, o suspeito deverá seguir os seus aconselhamentos e informar a empresa dessa decisão e esta, por sua vez, irá informar o seu médico do trabalho dessa decisão;
6. Se, pelo contrário, o caso for considerado suspeito, pelos profissionais da Linha Saúde 24, esta irá contactar a Linha de Apoio ao Médico (LAM) da DGS para validar essa suspeição;
  - Se o caso não for validado, serão desativadas as medidas constantes no Plano de Contingência e o SNS 24 definirá os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do indivíduo;
7. Se pelo contrário, essa validação ocorrer, a DGS contactará o INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais; contactará também o INSA e a Autoridade de Saúde Regional, dando desta forma início à Investigação Epidemiológica e à Gestão de Contactos desse caso;

### *Plano de contingência (COVID-19) Versão 01*

8. O empregador irá colaborar com a Autoridade de Saúde na identificação dos contactos próximos do trabalhador doente cujo caso foi validado;
  9. O empregador irá informar também os restantes trabalhadores da empresa da validação desse caso suspeito, que ficará a aguardar ter confirmação laboratorial;
- Se o Caso for infirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais no Restaurante Henrique Leis, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência;

## **9. PROCEDIMENTOS NUM CASO CONFIRMADO**

Na situação em que um caso suspeito seja, confirmado laboratorialmente com COVID-19, a empresa Leis & Rafael, Lda irá tomar as seguintes medidas:

- 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;
- será reforçada a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- os resíduos do Caso Confirmado serão armazenados 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 conjuntamente com o médico do trabalho informará a DGS das medidas implementadas na empresa e sobre os contactos identificados de acordo com os critérios de risco por esta definidos para o efeito.

## **10. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS**

Considera-se “contacto próximo” um Indivíduo 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:

**1. “Alto risco de exposição”**, sendo definido como:

- colaborador do mesmo posto de trabalho do Caso;
- colaborador que esteve face-a-face com o Caso Confirmado ou que esteve com este em espaço fechado;

### *Plano de contingência (COVID-19) Versão 01*

- colaborador 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.

#### **2. “Baixo risco de exposição”** (casual), sendo definido como:

- colaborador que teve contacto esporádico (momentâneo) com o Caso Confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- colaborador que prestou assistência ao Caso Confirmado, desde que tenha 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.

A vigilância de contactos próximos deve ser efetuada de acordo com as indicações constantes da tabela abaixo.

<b>Vigilância de Contactos Próximos</b>	
<b>“Alto risco de exposição”</b>	<b>“Baixo nível de exposição”</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição;</li><li>- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li><li>- Restringir o contacto social ao indispensável;</li><li>- Evitar viajar;</li><li>- Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar;</li><li>- Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho.</li></ul> <p><b>Fonte: Orientação n.º 6/2020 Direção Geral de Saúde</b></p>

## **11. MEDIDAS DE PREVENÇÃO**

De modo a que a empresa Leis & Rafael, Lda certifique a proteção dos seus colaboradores, clientes e funcionários foram tomadas as seguintes medidas gerais de prevenção:

### *Plano de contingência (COVID-19) Versão 01*

- Fornecer a todos os colaboradores o Plano de Contingência e garantir que estão aptos para colocar em prática todas as medidas preconizadas, informando-os especialmente sobre como reconhecer e atuar perante um cliente ou colaborador com suspeita de COVID-19;
- Disponibilizar dispensadores de solução à base de álcool localizados perto da entrada do estabelecimento e noutros locais convenientes, associados a uma informação incentivadora e explicativa (Anexo II);
- Garantir que as instalações sanitárias dos clientes e dos colaboradores possibilitam a lavagem das mãos com água e sabão e a secagem das mãos com toalhas de papel de uso único;
- Garantir uma adequada limpeza e desinfecção das superfícies, de acordo com a Orientação 014/2020 “Limpeza e desinfecção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares” da DGS;
- Privilegiar a utilização de espaços destinados aos clientes em áreas exteriores, como as esplanadas (sempre que possível);
- Dispor as mesas e cadeiras de modo a garantir a distância de segurança de pelo 2m;
- Impedir que os clientes modifiquem a orientação das mesas e das cadeiras, permitindo que os colaboradores o façam, sempre dentro da consideração do ponto anterior;
- Assegurar uma boa ventilação e renovação frequente de ar nas áreas do restaurante através da abertura de portas e janelas;
- Garantir o cumprimento das medidas previstas no HACCP.

## **12. MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS**

De forma a garantir a segurança dos clientes, fornecedores, colaboradores e outros, a empresa implementou as seguintes medidas específicas para o estabelecimento:

### **Colaboradores:**

- Todos os colaboradores da Empresa Leis & Rafael LDA, vão ser obrigados a utilizarem máscaras descartáveis, assim que entram dentro do recinto (as mesmas vão ser disponibilizadas pela empresa) Esta só deve ser retirada para comer;
- As máscaras devem ser trocadas no mínimo de 4 a 6 horas, no entanto, sempre que um funcionário deparar que a sua máscara encontra-se húmida deve trocar a mesma;
- Assim que o funcionário entrar dentro do estabelecimento deve de imediato desinfetar as suas mãos. Iremos disponibilizar esta na entrada e todos os lugares estratégicos;
- Os colaboradores devem desinfetar as suas mãos regularmente no mínimo de 1 em 1 hora;

### *Plano de contingência (COVID-19) Versão 01*

- O funcionário, após a desinfectação, deve se dirigir ao balneário e trocar a sua roupa e vestir a sua respectiva farda (esta deverá ser trocada todos os dias).
- Para maior segurança todos os funcionários, estes terão que medir a sua temperatura após a chegada ao estabelecimento. A temperatura será medida tanto no serviço da manhã (almoços) como no serviço da tarde (Jantares). Iremos dessa forma, disponibilizar um termómetro digital. Após a utilização da mesma cada qual é responsável em desinfectar o equipamento para a próxima utilização.

#### **Fornecedores:**

- Todas as companhias de fornecimento terão que respeitar um horário específico e limitar as suas visitas;
- Todos os fornecedores são obrigados a utilizarem máscara, caso contrário não podem entrar dentro do local;
- Os fornecedores assim que entrem dentro do estabelecimento devem de imediato desinfectar as suas mãos;
- Os fornecedores não podem entrar dentro da zona de confeção de alimentos apenas na zona das descargas. Se por sua vez ser necessário entrar na zona de confeção de alimentos, a sua temperatura terá que ser medida.
- Apenas um membro da cozinha pode receber as respectivas encomendas e guardar as mesmas;
- Para as descargas dos vinhos estas terão que ser pela zona do exterior no primeiro andar.
- Apenas 1 pessoa poderá receber e guardar as respectivas encomendas.

#### **Cliente:**

- O Restaurante Henrique Leis trabalha através de reservas (telefónicas, email ou aplicações);
- Apenas recebemos “walk in” se for possível respeitar a legislação das mesas (2 m por mesa);
- Assim que a reserva for efectuada devemos informar ao cliente que deve trazer a sua máscara. Caso o cliente não tenha, nós disponibilizamos;
- Na chegada, o cliente deve utilizar a sua máscara e desinfectar as suas mãos;
- Os Menus estão envolvidos num material em que a sua desinfeção é possível. Após o seu uso esta é imediatamente desinfectada para a próxima utilização;
- As máquinas de cartões para os respectivos pagamentos estão envolvidas em película. Após a sua utilização esta é de imediato desinfectada;
- Se o cliente se dirigir à WC, deve utilizar a sua máscara;
- A máquina POS estará revestida por uma película de possível desinfeção;

*Plano de contingência (COVID-19) Versão 01*

- Os respectivos pagamentos devem ser efectuados na mesa onde o cliente se encontra;
- Após o pagamento o funcionario deve seguidamente desinfetar as suas mãos e, se o pagamento for feito por cartão, a máquina POS.

28 de Maio de 2020

**A Gerência,**

---

# **Anexos**

## ANEXO I – FOLHETO INFORMATIVO: RECOMENDAÇÕES GERAIS

# CORONAVÍRUS (COVID-19)

### RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



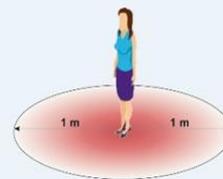
Quando espirrar ou tossir  
tape o nariz e a boca com  
o braço ou com lenço  
de papel que deverá ser  
colocado imediatamente  
no lixo

When coughing or sneezing  
cover your mouth and nose  
with your forearm or with  
tissue paper that should  
be placed immediately in  
the trash



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

Wash your hands frequently  
with soap and water or an  
alcohol-based solution



Se regressou de uma área  
afetada, evite contacto  
próximo com outras pessoas

If you returned from an  
affected area, avoid contact  
close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE  
IF IN DOUBT, CALL

SNS 24

808 24 24 24



## Anexo II – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO

# Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



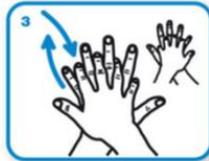
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



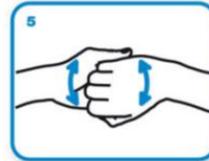
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



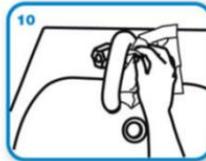
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



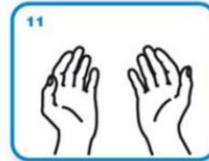
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



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



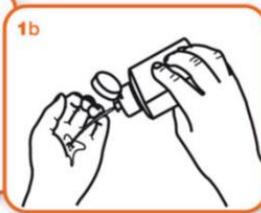
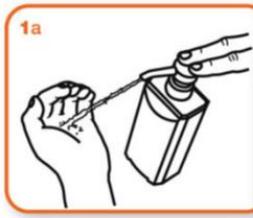
Agora as suas mãos estão seguras.

## Anexo III – FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM GEL ALCOÓLICO

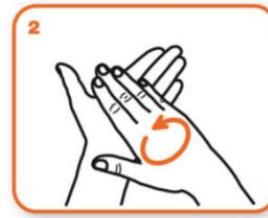
# Fricção Anti-séptica das mãos



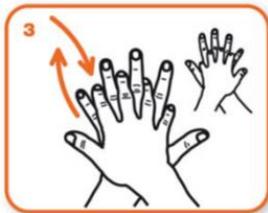
Duração total do procedimento: 20-30 seg.



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



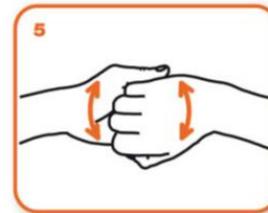
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



As palmas das mãos com dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com 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



Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.