

PROTOCOLO COVID-19

Ações para manutenção da
saúde e segurança no
ambiente de trabalho

CORONAVÍRUS

O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.



PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

MENSAGEM AOS GESTORES:

O Seconci-Rio e o Sinduscon-Rio, atentos ao cenário de pandemia da Covid-19, assumiram o compromisso de divulgar as medidas protetivas que devem ser assumidas pelas empresas, em seus escritórios e canteiros de obra, as quais devem ser observadas e aplicadas, para garantia da saúde e da segurança de todos os trabalhadores.

Assim, foi produzido este documento, com orientações quanto aos procedimentos imprescindíveis para evitar a disseminação do vírus, ajudando as lideranças a manterem o ambiente de trabalho apto para as atividades diárias, dentro do viés de proteção.

Abaixo, confira as orientações gerais e as medidas que devem ser observadas e adotadas em todos os escritórios e canteiros de obra.



PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Grupos de Risco

A empresa deverá identificar os trabalhadores com 60 anos ou mais ou que apresentem condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações da COVID-19, dentre outros cardiopatias e pneumopatias graves e descompensadas, imunodeprimidos, diabéticos a critério clínico e doentes renais crônicos em estágio avançado. Estes profissionais deverão receber atenção especial, considerar permanência na residência em teletrabalho ou retorno à atividade presencial, após 15 dias da 2^a dose da vacina, completando o esquema vacinal. Caso tenha tomado a vacina de dose única, considere o retorno após 15 dias da vacinação. Atentar para o calendário vacinal da 3^a dose.

As gestantes, deverão permanecer afastadas de atividade de trabalho presencial, durante o período de emergência em Saúde Pública decorrente no coronavírus, de acordo com a Lei n.º 14.151 de 12 de maio de 2021.

Sugerimos que a Coordenação de PCMSO ou o Médico do Trabalho da empresa avalie a condição de saúde dos trabalhadores, para as orientações pertinentes.

Exames Ocupacionais

Como a MP 1046 teve sua vigência extinta em 25/08/21, as Empresas que aderiram, devem programar o agendamento dos Exames Ocupacionais de seus empregados.

Monitoramento dos Sintomas

O trabalhador que apresentar sintomas como febre, tosse, coriza, dor de garganta, dores no corpo ou dor de cabeça deve permanecer em casa e ser monitorado pela empresa. Se em 48h houver piora dos sintomas e sentir dificuldade para respirar, deverá procurar, imediatamente, uma unidade de saúde. Em caso de melhora, não deverá procurar o hospital, mas respeitar o afastamento orientado. Estamos atravessando um momento da pandemia em que várias variantes estão sendo responsáveis pelas infecções e as reinfecções são observadas.

De acordo com a orientação vigente, aqueles que apresentarem sintomas gripais leves a moderados devem permanecer em isolamento domiciliar por período mínimo de 10 dias, a contar da data de início dos sintomas, e dependendo do curso da doença. Deve ser feita uma revisão, a cada 24hs, para o grupo de risco e, a cada 48hs, para os demais, preferencialmente por telefone. Todos os membros da casa devem ser considerados como contactantes e também deverão ser afastados e acompanhados pelo mesmo período.

Uma medida preventiva que pode ser adotada pela empresa é a aferição de temperatura dos trabalhadores na chegada ao canteiro de obras, utilizando o termômetro sem contato e não esquecendo de mantê-lo sempre limpo, higienizado, com álcool 70º.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Monitoramento dos Sintomas

Os trabalhadores que apresentarem temperatura igual ou superior a 37,8 graus deverão ser orientados a retornar para casa. É importante que a empresa registre o nome deste trabalhador e faça o acompanhamento do estado de saúde do mesmo, por telefone, por meio do seu SESMT ou de alguém tecnicamente preparado para isso. Orientações à família para o período de isolamento social devem ser repassadas pela equipe responsável por este monitoramento.

Caso um trabalhador tenha o diagnóstico confirmado, deve ser realizada a busca ativa de todos indivíduos que tiveram contato inicial com ele e imediatamente providenciado o reforço da higienização das áreas comuns.

Responsabilidade do Empregado

O trabalhador deve comunicar, imediatamente, à empresa, se houve contato com pessoa diagnosticada com COVID 19 e/ou se está com algum sintoma.

Restringir a entrada e circulação de pessoas que não trabalham no canteiro e, caso seja necessário o acesso ao canteiro, observar a higienização das mãos com água e sabão ou com álcool em gel, e verificar a temperatura do visitante.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Orientações necessárias aos trabalhadores

Horário de Trabalho

Treinar quanto à higienização correta das mãos até o punho, uso correto de máscaras (cobrindo o nariz e a boca) e demais medidas preventivas contra a COVID 19.

Promover a capacitação da mão de obra responsável pela limpeza das áreas comuns.

Treinar equipe que recebe as refeições nos canteiros sobre a forma de receber e entregar a alimentação ao trabalhador.

Sugerimos estabelecer horários espaçados para o início das atividades na obra ou empresa, de tal modo que o ajuste de horário seja igualmente observado para a realização das refeições, término das atividades e retorno ao domicílio, nesse caso, para evitar a aglomeração de pessoas no transporte coletivo.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

NA CHEGADA AO CANTEIRO DE OBRAS:

Registro de presença

No local onde fica o ponto eletrônico é fundamental que a empresa garanta que não ocorram aglomerações, mantendo sempre os trabalhadores a uma distância mínima de 1,0 metro um do outro. Para orientar a fila, sugerimos o uso de fitas adesivas fixadas no chão, indicando a distância correta.

Atenção redobrada ao dispositivo onde os trabalhadores batem o seu ponto. Este local deverá ser higienizado o máximo de vezes possível, principalmente nos horários de concentração de trabalhadores chegando ou saindo do canteiro de obras.

Deve ser instalado um dispensador com álcool gel para que todo o trabalhador possa higienizar as mãos antes e depois de bater o ponto. Na ausência do álcool gel, uma alternativa é a instalação provisória de um lavatório neste local, com água, sabão líquido e papel toalha. Uma lixeira adequada para descartar o papel, após secar as mãos.

Outra opção é adotar, temporariamente, o registro do ponto por exceção, conforme previsão legal, para evitar aglomeração de pessoas em volta dos equipamentos de marcação, em horários de início e final de expediente.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Registro de presença

Também é recomendado o registro manual, com o apoio do apontador, que se deslocaria a cada trabalhador para registro do ponto, ou a modernização do registro, com o uso de relógio de ponto digital, com a identificação do trabalhador mediante aproximação do cartão pessoal no relógio do ponto.

Vestiário e uniformes

O vestiário também deve ser um ponto de atenção. É de extrema importância que a empresa faça o controle da entrada de trabalhadores neste ambiente, evitando aglomerações e sempre garantindo a distância mínima de 1,0 metro entre cada um deles. Também no vestiário, a empresa deverá fazer uso de fitas adesivas no chão, orientando este distanciamento.

O uniforme deve ser lavado com maior frequência e não deve ser utilizado fora do ambiente de trabalho. Ao ser colocado para lavar, deve-se colocá-lo dentro de um saco plástico, sem contato com outras roupas.

Se possível, a empresa deve disponibilizar uniformes adicionais a seus trabalhadores, possibilitando que a higienização dos mesmos possa ser feita com mais frequência. Sugere-se o fornecimento de um conjunto de uniforme por dia.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Vestiário e uniformes

Sugerimos o uso de cartazes educativos para lembrar ao trabalhador sobre a importância da higienização das mãos, antes e após o início do trabalho, e das refeições.

É importante que empresa oriente os trabalhadores a não utilizar acessórios, como anéis, pulseiras ou relógios, assim como não compartilhar dispositivos eletrônicos móveis.

Não deixe faltar sabonete líquido e toalhas de papel nos banheiros e lavatórios.

Intensificar a higienização das superfícies, como chão e banheiros, que devem ser lavados com detergente neutro (quando o material da superfície permitir) e, após, desinfetar com álcool 70% ou solução de água sanitária 1% ou outro desinfetante autorizado pelo Ministério da Saúde, conforme o tipo de material.

Refeitório

O refeitório está entre as áreas de vivência que precisam ser alvo de atenção durante esta pandemia. Mais uma vez é importante evitar aglomerações, e cuidar para garantir o distanciamento mínimo entre os trabalhadores, de 2,0 metros, mantendo o local arejado com ventilação natural circulando, em função da retirada da máscara.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Refeitório

A empresa deve implementar turnos de refeição para evitar grande concentração de trabalhadores, assim como organizar a fila do refeitório com fitas adesivas no chão, marcando o intervalo também de 1,0 metro entre os trabalhadores.

Atenção para o lavatório na entrada do refeitório: é importante que a empresa garanta que esteja sempre abastecido de sabão líquido e papel toalha, além de uma lixeira, de preferência de pedal, ou, caso não seja possível, com tampa.

As mesas de refeições também devem ser higienizadas a cada troca de trabalhador, além de terem, nos bancos ou cadeiras, a marcação do distanciamento recomendado. A higienização das superfícies deve ser feita com cloro ativo, solução de hipoclorito a 1%.

Os trabalhadores que fazem as refeições devem utilizar luvas, máscara e touca, além de higienizar as mãos antes e durante o preparo.

Dar preferência a pratos prontos e, se possível, embalados individualmente ou, como alternativa, designar um profissional da cozinha contratada para servir as refeições.

O compartilhamento de copos e talheres deve ser expressamente proibido.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Refeitório

Recomenda-se o uso de pratos, copos e talheres descartáveis.

Não utilize bebedouros tipo esguicho, pelo risco de contato com boca ou nariz do trabalhador. Recomenda-se o uso de bebedouro industrial de coluna e/ou fornecimento de copos de água mineral, evitando, inclusive, o uso de garrafas individuais ou coletivas;

Transporte Público

É importante orientar os trabalhadores que, ao entrar no transporte público, é preciso manter distância entre os demais usuários e NUNCA retirar a máscara.

Também é preciso fazer a higienização das mãos, após efetuar o pagamento e tocar nos bancos ou ferros de segurança, assim como após descer do coletivo.

Orientamos para a utilização de 02 máscaras quando em transportes coletivos.

Transporte fornecido pelo empregador

Estabelecer rotina de medição de temperatura dos trabalhadores, preferencialmente antes deles entrarem nos transportes coletivos da empresa. Disponibilizar álcool em gel na entrada do veículo. Manter a ventilação natural dentro do veículo, deixando as janelas abertas.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Transporte fornecido pelo empregador

Manter uma distância segura entre os trabalhadores, e NUNCA retirar a máscara.

Desinfetar, regularmente, os assentos e demais superfícies tocadas pelos trabalhadores.

O motorista deve fazer uso de álcool gel para higienizar as mãos, assim como fazer a higienização do volante, maçanetas e câmbio, mantendo as janelas abertas.

No Escritório

Mantenha a redução do número de pessoas no escritório, privilegiando o trabalho remoto (home office), se possível.

Faça as reuniões via teleconferência.

Privilegie as reuniões via teleconferência.
Privilegie a ventilação natural dos ambientes, ainda que tenham ar condicionado, de modo que fique sem barreiras que impeçam a circulação de ar.

Restrinja o número de colaboradores por ambiente, mantendo, sempre que possível, a distância de 1,0 metro entre os postos de trabalho e o uso de máscaras.

Prover a adequada manutenção e higienização dos sistemas de ar condicionado.

Suspenda a visita de fornecedores e promova encontros virtuais.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

No Escritório

Atenção à copa onde os trabalhadores fazem suas refeições. É recomendado incentivar que a alimentação seja realizada dentro da empresa. Neste caso, deve ser organizado o fluxo de utilização da copa, garantindo o distanciamento de 2,0 metros entre os empregados e, ainda, a higienização das mesas a cada troca de trabalhador.

Higienize a área de trabalho, regularmente. Sempre que possível, forneça álcool e um pano para que o próprio trabalhador possa higienizar, com frequência, seu posto de trabalho.

Nos canteiros

Oriente os trabalhadores a fazerem a higienização nasal com lenço descartável, a ser depositado, após o uso, em lixeira com tampa, e a cobrir o nariz e a boca com lenço descartável ou com o antebraço ao espirrar e tossir.

Oriente, também, para que não toque nos olhos, nariz e boca sem que as mãos tenham sido higienizadas com água e sabão ou álcool gel a 70%.

Mantenha proibidos, os cumprimentos com toques entre os trabalhadores.

Determine que os trabalhadores lavem seus EPI's com água e sabão e que não os compartilhem com os colegas de trabalho.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Nos canteiros

As ferramentas de trabalho, sempre que possível, devem ser de uso individual. Oriente aos trabalhadores para que façam a higienização destas ferramentas no início e término de cada turno de trabalho. Uma dica pode ser criar baías de higienização de ferramentas e EPIs nos canteiros de obra.

Aumente o rigor com a limpeza das áreas comuns, principalmente maçanetas, corrimões, pias, mesas, cadeiras e demais superfícies de contato frequente.

Não deixe de realizar o DDS, mas faça isto em uma área bem arejada, garantindo a distância de 1,0 metro entre os trabalhadores. Para facilitar a compreensão do conteúdo, faça em grupos menores. As instruções deste procedimento de segurança devem ser lidas para os trabalhadores durante o DDS, diariamente, antes das informações de segurança sobre os processos de trabalho do dia.

Se a empresa possuir subcontratados em seus canteiros, deverá garantir que todos os colaboradores destas empresas sigam este protocolo e, para isso, sugerimos um termo aditivo aos contratos estabelecidos.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Utilização de Máscara

Uso da máscara deve ser individual e mantido, ainda que já esteja vacinado.

Tornar obrigatório o uso de máscara, exceto para serviços que exijam EPIs específicos.

A máscara deve cobrir a boca e o nariz e ser amarrada evitando espaço entre o rosto e a máscara.

Evite tocar a máscara e, ao retirá-la, faça isso pelas alças e não pela frente.

Fazer a adequada higienização das mãos antes e depois de utilizar a máscara.

Assegure-se de que a máscara está limpa e não possui rupturas.

Evite tocar na parte frontal da máscara e, havendo o contato, fazer, imediatamente, a higiene das mãos.

Máscara de Uso Caseiro:

A máscara deve ser, preferencialmente:

- confeccionada em tecido de algodão
- em número de cinco para cada usuário

Utilizar a máscara por, no máximo, três horas e, havendo necessidade de troca, acondicionar a usada em saco plástico.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Utilização de Máscara

Limpeza da Máscara:

As de tecido devem ser lavadas e reutilizadas, regularmente, por, no máximo, 30 vezes.

Lavar separadamente.

Lavar previamente com água corrente e sabão neutro e, após, deixar de molho em solução de água com água sanitária ou outro desinfetante, na proporção de duas colheres de sopa para cada litro de água, de vinte a trinta minutos.

Enxaguar bem em água corrente, para remover resíduos de desinfetante.

Evitar torcer com força.

Após estar seca, passar com ferro quente.

Guardar em recipiente fechado.

Trocá-la após o tempo máximo de utilização ou sempre que ela ficar úmida, com sujeira aparente, danificada ou se houver dificuldade para respirar.

Higienizar as mãos ao chegar em casa e após retirá-la, reservando-a em saco plástico para a lavagem logo que possível.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Utilização de Máscara

Repetir os procedimentos de higienização das mãos sempre que retirar e recolocar a máscara.

Não compartilhar a máscara, ainda que ela esteja lavada.

Não retirar a máscara para tossir!

A máscara caseira NÃO deve ser utilizada por:
Profissionais de saúde durante a sua atuação.

Pacientes contaminados ou com sintomas de contaminação pelo Sars-Cov-2, e por pessoas que cuidam de pacientes contaminados.

CONSIDERAÇÕES GERAIS:

Trabalhador com suspeita ou diagnosticado com COVID-19

Em caso de trabalhador afastado do trabalho com sintomas relacionados à COVID-19, a empresa deverá fazer a notificação ao Centro de Informações Estratégicas e Resposta em Vigilância em Saúde (<http://notifica.saude.gov.br/>).

Se for confirmado o diagnóstico, os 15 primeiros dias de afastamento são pagos pela empresa. Caso não apresente melhora e necessite de prorrogação do afastamento médico, a partir do 16º dia de afastamento médico, o empregado deve ser encaminhado ao INSS para receber auxílio-doença comum.

O MPT recomenda às empresas e empregadores que aceitem uma autodeclaração do empregado com sintomas da COVID-19, mesmo sem atestado médico, para justificar a ausência, apresentada por escrito (e-mail, mensagem digital ou qualquer outro meio), e que permitam o afastamento do local de trabalho, como medida de prevenção da saúde pública.

O representante da empresa, ao permitir o ingresso de trabalhador doente em suas dependências, poderá incidir, também, no crime previsto no art. 132 do Código Penal (“expor a vida ou a saúde de outrem a risco”).

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Retorno ao trabalho de trabalhador afastado

Medicina Ocupacional e Segurança do Trabalho

Retorno ao trabalho de trabalhador afastado:

O retorno deve acontecer quando não houver mais sinais de febre e outros sintomas por pelo menos 72 horas, devendo ser considerado também o intervalo mínimo de dez dias após o início dos sintomas.

O uso da máscara, assim como a adoção das medidas protetivas de distanciamento social e de higienização das mãos não devem ser esquecidos.

O Médico Coordenador do Programa Médico de Controle de Saúde Ocupacional (PCMSO) deverá orientar a realização dos exames médicos ocupacionais, tendo em vista a execução de atividades de risco, como trabalho em altura e espaço confinado.

O Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO) continuará sendo elaborado ou renovado normalmente.

Os treinamentos periódicos e eventuais deverão ser realizados cumprindo todas as orientações de higiene, cuidando para não aglomerar.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Acidente de Trabalho/Doença Ocupacional

Diante da disposição da Lei no 8.213/1991, que dispõe que não são consideradas doenças de trabalho as doenças endêmicas adquiridas por segurado habitante de região em que ela se desenvolva, salvo comprovação de que é resultante de exposição ou contato direto determinado pela natureza do trabalho, é necessário que o médico do trabalho faça a investigação para o estabelecimento de nexo causal, registro no prontuário e notificação formal à empresa para emissão de CAT.

Vacinação

Como a vacinação já está em curso, respeitando a faixa etária dos trabalhadores, e as vacinas disponíveis até o momento, em sua maioria, devem ser administradas em 02 doses, lembramos a importância da aplicação da 2^a dose, para que o efeito vacinal seja atingido, ainda que o prazo entre as doses seja maior. Ratificamos que, para o esquema vacinal ser considerado concluído, são necessárias 02 doses, das vacinas assim preconizadas, e o prazo de 15 dias após a 2^a dose ou a dose única.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

Vacinação

Lembramos que, mesmo diante da aplicação da vacina, é preciso continuar mantendo o distanciamento social, a lavagem das mãos e o uso de máscara, pois a vacina não protege quanto à contaminação pelo SARS COV 2, mas, sim, diminui o percentual de agravamento pela doença e, consequentemente, de óbitos. Ainda que vacinado, pode-se contrair a doença e transmiti-la.

Recomenda-se a vacinação dos trabalhadores contra a gripe, como estratégia para diminuir a incidência de infectados pela influenza, em período de tempo não inferior a 15 dias após a vacinação contra a COVID-19, para auxílio no diagnóstico.

Ratificamos que todos que contraíram COVID-19 também devem se vacinar, respeitando o prazo de 30 dias após o início dos sintomas para realizar a vacinação.

PROTOCOLO COVID-19

CORONAVÍRUS
O MELHOR REMÉDIO É A PREVENÇÃO.

