

PREVENÇÃO DE SURTOS E CUIDADOS RELACIONADOS À COVID-19 EM AMBIENTES DE TRABALHO

25 de junho de 2020

1ª revisão 27/07/2020

2ª revisão 17/08/2020

3ª revisão 21/10/2020

Elaboração: Anderson Araujo Lima, Diane Moreira do Nascimento, Fabiana Hermes Suprinyak, Juliana Maciel Pinto, Letícia Tonding, Marcelo Coelho, Natan Katz, Taís Fernanda da S. Anelo

A presente recomendação tem por objetivo esclarecer as medidas específicas necessárias para a proteção dos trabalhadores, considerando a transmissibilidade da COVID-19 e sua relação com o ambiente de trabalho e as áreas de convívio.

As recomendações descritas estão suscetíveis a mudanças de acordo com a evolução da pandemia na cidade. Para orientações atualizadas, é possível acessar o site: <https://prefeitura.poa.br/coronavirus>.

SUMÁRIO DE RECOMENDAÇÕES	2
IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DE CASOS SUSPEITOS	3
MEDIDAS NA PRESENÇA DE PESSOAS COM DIAGNÓSTICO DE COVID-19	3
Mitigação da Cadeia de Transmissão	5
MEDIDAS GERAIS	6
HIGIENIZAÇÃO AMBIENTAL	8
REFEITÓRIOS/ SALAS DE LANCHE	8
SANITÁRIOS e VESTIÁRIOS	9
TRANSPORTE DE TRABALHADORES FORNECIDO PELA EMPRESA	10
REFERÊNCIAS	11
ANEXO 1 - ROTINA DE MONITORAMENTO DE SINAIS E SINTOMAS	12



1. SUMÁRIO DE RECOMENDAÇÕES

- Adotar política rigorosa de distanciamento de dois metros entre os profissionais é a medida mais importante para reduzir o risco de surtos em ambientes de trabalho.
- Todas as medidas para reduzir o risco no ambiente de trabalho devem ser fortemente seguidas: redução das aglomerações, maior cuidado em áreas comuns, higienização mais frequente das mãos e dos ambientes, uso de máscara, etiqueta respiratória, trabalho em casa (*home office*), divisão das pessoas em turnos/horários de trabalho, manter ambientes ventilados.
- Para evitar transmissão do Covid-19 no local de trabalho, é fundamental o afastamento o mais rápido possível da pessoa com suspeita ou confirmação da doença.
- A triagem de sintomas e sinais compatíveis com a infecção pelo Covid-19 deve ser implementada para identificação precoce de casos suspeitos.
- É considerado contactante no trabalho de um caso de Covid-19 (paciente índice) somente quando:
 - a) o paciente índice teve teste confirmatório por RT-PCR, por detecção de antígeno ou por detecção de anticorpo IgM positivo;
 - b) último contato aconteceu em período de transmissão do caso índice: 2 dias antes até 10 dias após data de início dos sintomas ou, nos casos positivos assintomáticos, data da coleta do exame;
 - c) o contato com o caso índice foi prolongado: a pessoa ficou 1 hora ininterrupta ou mais no mesmo ambiente que o caso índice ou tiveram contato repetido ao longo dos dias;
- Contactantes de trabalho que cumprem os critérios acima devem buscar uma Unidade de Saúde para avaliação e testagem para COVID-19.
- A ocorrência de mais de um caso positivo, no mesmo ambiente de trabalho e em um intervalo igual ou menor que 14 dias, caracteriza a possibilidade de surto. Nesse caso é obrigatório informar imediatamente a Secretaria Municipal da Saúde, através do email: epidemiologia@sms.prefpoa.com.br.

2. IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DE CASOS SUSPEITOS

O procedimento principal para identificação precoce de pessoas com sintomas é a de triagem autodeclarada (anexo 1). Nesse caso, todos devem ser orientados a se autoavaliar quanto à presença de febre, tosse, falta de ar ou outros sintomas indicativos de COVID-19, antes de cada turno de trabalho. O registro deve ser realizado pelo próprio trabalhador em planilhas, digital ou física (conforme definido pela instituição). O controle dos registros ficará a cargo do supervisor da área. Na presença de algum sinal ou sintoma, o profissional deve relatar essas informações à chefia imediata, ser encaminhado para avaliação médica e, conforme suspeita, ser afastado de suas atividades por 10 dias a partir da data de início dos sintomas.

Uma outra estratégia possível é a aferição de temperatura corporal por infravermelho ou equivalente, antes que os trabalhadores iniciem suas atividades. Essa estratégia é menos sensível do que a triagem de sintomas. **Visto isso, a sugestão é que mesmo locais que adotem a medição da temperatura também façam a triagem ativa de sintomas.**

3. MEDIDAS NA PRESENÇA DE PESSOAS COM DIAGNÓSTICO DE COVID-19

A primordial medida a ser implementada no local de trabalho, na presença de uma pessoa com sintomas compatíveis para o Covid-19, é o afastamento precoce dessa pessoa. Esse afastamento deve ser antes da confirmação do diagnóstico. O exame para investigar pessoas com sintomas compatíveis do Covid-19 é acessível a todos pelo SUS, procurando um posto de saúde ou as tendas de atendimento exclusivos em Porto Alegre.

São duas as estratégias possíveis de seguimento de uma pessoa com diagnóstico confirmado de Covid-19:

- A. afastamento e isolamento domiciliar por 10 dias, a contar do início dos sintomas, desde que, no retorno, a pessoa:
 - a. estiver há mais de 24 horas sem febre e sem uso de antitérmico, E
 - b. melhora dos outros sintomas, como tosse, dor de garganta, fadiga, ...

- B. retorno mediante avaliação médica se persistência de sintomas exuberantes no 10º dia de sintomas.



Contatos domiciliares dessas pessoas também devem se manter em isolamento por 14 dias a contar da data de início de sintomas do caso confirmado, mesmo que sem sintomas, e devem buscar uma Unidade de Saúde para avaliação e testagem após o período de quarentena. No período de isolamento, devem evitar sair do domicílio, suspendendo também o recebimento de visitas ou outros contatos sociais.

Contactantes do trabalho devem ser encaminhados para avaliação e testagem quando forem preenchidos os seguintes critérios:

- a) o paciente índice teve teste confirmatório por RT-PCR, por detecção de antígeno ou por detecção de anticorpo IgM positivo;
- b) último contato aconteceu em período de transmissão do caso índice: 2 dias antes até 10 dias após data de início dos sintomas ou, nos casos positivos assintomáticos, data da coleta do exame;
- c) o contato com o caso índice foi prolongado: a pessoa ficou 1 hora ininterrupta ou mais no mesmo ambiente que o caso índice ou tiveram contato repetido ao longo dos dias;

Importante: não é considerado o contato ocasional, como uso de áreas comuns como cozinha, elevador, sanitário, corredores; ou de curta duração, como reuniões ou outros que duraram menos de 1 hora.

As rotinas de testagem são publicadas e atualizadas diariamente no boletim Covid-19 da SMS-Porto Alegre, disponível [nesta página](#). Também é atualizado os locais que são disponibilizados a avaliação das pessoas com sintomas e de seus contactantes, e o teste mais indicado.

Nos casos de surto - ver abaixo - a equipe da Vigilância Epidemiológica realiza a avaliação do local e realiza as demais orientações necessárias.

Visto necessidade de afastamento precoce, é fundamental que a pessoa com sintomas e confirmação ou suspeita de COVID-19 comunique imediatamente à chefia para início das medidas de redução do contágio. O responsável pelo local deve resguardar o sigilo e a proteção da pessoa. Da mesma maneira, é importante reforçar a comunicação aos trabalhadores, informando-os da ocorrência do caso, sem informar dados clínicos e sensibilizando quanto à adoção imediata das medidas preventivas.

Para contactantes de trabalho, se possível, deve-se tentar ficar isolado (ou em trabalho remoto) enquanto aguarda o resultado do teste. Entretanto, para algumas atividades, isso não é

possível. Nesses casos, use máscara e reforçe os cuidados de higiene e distanciamento físico. **O afastamento só é obrigatório se o seu teste vier positivo. Nesse caso, é fundamental ficar pelo período de dez dias contados a partir da data de coleta do teste, mesmo se não tiver sintomas. Isso é válido para os testes que detectam a doença em atividade como RT-PCR, teste de antígeno ou teste sorológico com anticorpos IgM positivo.**

Como regra, não é obrigatório o afastamento das pessoas sem sintomas contactante no trabalho de casos confirmados da Covid-19 antes da presença de exame que confirme infecção aguda pelo SARS-COV-2.

Mitigação da Cadeia de Transmissão

Para ambientes de trabalho que ocorreu a presença de uma pessoa sintomática com caso confirmado do Covid-19, a redução na cadeia de transmissão é balizada na seguinte estratégia:

- realizar triagem ativa de forma obrigatória (anexo 1): verificação da presença de sintomas e, se disponível, verificação de temperatura corporal todos os dias antes de iniciar a jornada de trabalho, para todos os colaboradores do setor;
- realizar a higiene de mãos com maior frequência e de forma adequada;
- intensificar a rotina de limpeza de superfícies, em especial locais de contato frequente por múltiplos colaboradores como mesas, bancadas, sanitários, maçanetas de portas, interruptores, corrimãos e outros locais comuns;
- usar máscara durante todo o período de permanência no serviço;
- testagem dos contactantes do trabalho, conforme fluxo acima;
- **A ocorrência de mais de um caso positivo, em um intervalo igual ou menor que 14 dias, caracteriza a possibilidade de surto. Nesse caso é obrigatório informar imediatamente a Secretaria Municipal da Saúde, através do email: epidemio@sms.prefpoa.com.br. Denúncias também podem ser realizadas pelo número 156 da Prefeitura Municipal de Porto Alegre.**

A instituição deve manter à disposição dos órgãos fiscalizadores registros sobre:

- trabalhadores por faixa etária;
- trabalhadores com condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações que podem estar relacionadas a quadros mais graves da COVID-19 (cardiopatas graves ou

descompensados, pneumopatas graves ou descompensados, imunodeprimidos, doentes renais crônicos em estágio avançado, diabéticos, gestantes de alto risco);

- casos suspeitos;
- casos confirmados;
- trabalhadores contactantes afastados; e
- medidas tomadas para adequação dos ambientes de trabalho

4. MEDIDAS GERAIS

Adotar política rigorosa de distanciamento de dois metros entre os profissionais é a medida mais importante para reduzir o risco de surtos em ambientes de trabalho, incluindo estratégias de restrição de pessoas em áreas de maior risco e circulação para evitar aglomerações. **Ações educativas e de sinalização devem ser desenvolvidas nos serviços**, incluindo limitação de número de pessoas nos elevadores, salas de lanche, salas de descanso ou convivência, refeitório, vestiário, espaço para registro de ponto eletrônico, entre outros ambientes comuns. **Locais de convivência têm sido identificados como fatores importantes para desenvolvimento de surtos, e seu uso deve ser monitorado.**

Outras medidas importantes:

- Manter a ventilação natural para evitar a recirculação de partículas infecciosas;
- Manter os sistemas de ar condicionados limpos (filtros e dutos) e, obrigatoriamente, as janelas e portas abertas, contribuindo para a renovação de ar;
- Adotar o mascaramento universal;
- Realizar higienização mais frequente de superfícies com alta frequência de contato, como botões de elevador, maçanetas, corrimãos, etc;
- Dispor na entrada do estabelecimento e em local de fácil acesso ao público, álcool gel 70% (setenta por cento) para higiene de mãos.
- Dispor de kit completo de higiene de mãos nos sanitários, utilizando sabonete líquido, álcool gel 70% e toalhas de papel não reciclado, para utilização dos funcionários do local;
- Orientar todos trabalhadores sobre a higienização correta e frequente das mãos com utilização de álcool gel 70% ou água e sabonete;
- Orientar os trabalhadores para que evitem tocar na boca, no nariz, nos olhos e no rosto com as mãos e sobre praticar etiqueta respiratória, incluindo utilizar lenço descartável para



higiene nasal, cobrindo o nariz e boca ao espirrar ou tossir, higienizando as mãos em seguida;

- Disponibilizar álcool gel 70% para higiene de mãos ao lado do ponto biométrico;
- Evitar aglomerações durante o registro do ponto, adotando maior tolerância para a sua marcação, se possível. Prover demarcação no solo, próximo ao ponto, a fim de garantir o adequado distanciamento durante a espera do registro.
- Restringir a entrada de entregadores, realizando a retirada e pagamento dos produtos na entrada do prédio, sempre que possível;
- Vedar a realização de confraternizações de aniversário ou outras;
- Realizar reuniões de trabalho em ambiente virtual. Se uma reunião presencial for fundamental, realizar em ambiente ventilado, com o menor número de pessoas, com distanciamento mínimo de dois metros e uso de máscara pelos participantes - suspender reuniões presenciais em salas que não permitam o distanciamento de 2 metros;
- Manter avisos e cartazes de orientação visíveis e atualizados nas áreas comuns, reforçando uso de máscara, higiene de mãos, distanciamento e etiqueta respiratória;
- Permitir trabalho em casa (*home office*) para todos os trabalhadores e em todas as situações onde essa estratégia for possível;
- Priorizar medidas para distribuir a força de trabalho ao longo do dia, evitando concentrações nos ambientes de trabalho;
- Priorizar a permanência dos trabalhadores com 60 anos ou mais ou que apresentem condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações da COVID-19 na residência em teletrabalho ou trabalho remoto ou, ainda, em atividade ou local que reduza o contato com outros trabalhadores e o público, quando possível. Para os trabalhadores do grupo de risco, não sendo possível a permanência na residência ou trabalho remoto, deve ser priorizado trabalho em local arejado e higienizado a cada turno de trabalho, observadas as demais medidas previstas neste documento;
- Fornecer EPIs aos profissionais responsáveis pela triagem ou pré-triagem dos trabalhadores e aos que realizam atividades de limpeza em sanitários e áreas de convívio (como recepção, portaria, caixas, atendentes, profissionais de saúde, entre outros), de acordo com os riscos a que estejam expostos, em conformidade com as orientações e regulamentações dos Ministérios da Economia e da Saúde.

5. HIGIENIZAÇÃO AMBIENTAL

Aumentar a frequência de limpeza e desinfecção de superfícies de toque e áreas comuns. Outras medidas de higienização:

- Higienizar superfícies de toque (corrimão de escadas rolantes e de acessos, maçanetas, portas, inclusive de elevadores, trinco das portas de acesso de pessoas, carrinhos, entre outras.), durante o período de funcionamento e sempre quando do início das atividades. Utilizar álcool 70% (setenta por cento) ou outro desinfetante de superfícies com registro na Anvisa, à base de hipoclorito de sódio (água sanitária), biguanida polimérica, quaternário de amônio, peróxido de hidrogênio, ácido peracético ou glucopratamina;
- Promover a limpeza e desinfecção dos locais de trabalho e áreas comuns no intervalo entre turnos ou sempre que houver a designação de um trabalhador para ocupar o posto de trabalho de outro;
- Realizar limpeza e desinfecção de bancadas e mesas de trabalho, incluindo computador, teclado, cadeira e outras superfícies de toque no início de cada turno de trabalho;
- Não utilizar materiais ou outros dispositivos eletrônicos compartilhados sem higienizá-los primeiro (telefones, por exemplo).
- Higienizar os banheiros, preferencialmente após cada utilização, durante o período de funcionamento e sempre quando do início das atividades. Os pisos, paredes e demais superfícies, durante o período de funcionamento e sempre quando do início das atividade com água sanitária ou outro desinfetante de superfície com registro na Anvisa;

6. REFEITÓRIOS/ SALAS DE LANCHE

- Higienizar frequentemente as superfícies de toque;
- Realizar escalas de uso desses espaços, evitando aglomerações e garantindo o distanciamento mínimo de dois metros;
- Dispor de álcool 70% líquido e toalha de papel ou pano descartável, no local, para a higienização de mesas, bancos e cadeiras antes do uso;
- Demarcar o chão com fitas a fim de orientar o posicionamento adequado das cadeiras ou bancos durante o uso. Deve-se evitar a demarcação nas mesas, por acúmulo de sujeira e comprometimento da limpeza;
- Orientar os trabalhadores a se sentarem em zig zag e com 1,5 metro de distância, diminuindo o número de assentos, se possível;

- Manter a ventilação natural;
- Se buffet, evite conversar próximo ao alimento e mantenha a distância de 1,5m na fila.
- Retirar os recipientes de temperos (azeite, vinagre, molhos), saleiros e farinheiras, bem como os porta-guardanapos, de uso compartilhado, entre outros;
- Entregar jogo de utensílios higienizados (talheres e guardanapo de papel, embalados individualmente);
- Orientar os trabalhadores a higienizar as mãos, retirar a máscara imediatamente antes de se alimentar e a acondicionar em um guardanapo ou saco plástico, tomando o cuidado de dobrá-la para não contaminar a parte interna da mesma. Antes de recolocá-la no rosto, as mãos deverão ser higienizadas novamente;
- Orientar para que não seja estimulado o diálogo, durante o período da alimentação/refeições.
- É vedado o compartilhamento de copos, pratos e talheres, sem higienização. Após o uso, lavá-los, secá-los e guardá-los, evitando deixá-los expostos;
- Os bebedouros do tipo jato inclinado, quando existentes, devem ser adaptados de modo que somente seja possível o consumo de água com o uso de copo descartável. Na impossibilidade, adote bombonas de água ou filtros de parede;
- Lixeiras para acondicionamento de material orgânico devem possuir tampa e serem acionados por pedal. Não utilize lixeiras cujo contato com a tampa seja manual.

7. SANITÁRIOS e VESTIÁRIOS

- Higienizar os banheiros, preferencialmente após cada utilização, durante o período de funcionamento e sempre quando do início das atividades, os pisos, paredes e banheiro, preferencialmente com água sanitária, bem como com peróxido de hidrogênio ou ácido peracético;
- Adotar planilha de controle disposta no banheiro, para a verificação de limpeza frequente, a ser preenchida pela equipe de higienização.
- Dispor de ventilação natural ou sistema de exaustão.
- Dispor de sabonete líquido e toalhas de papel descartável e não reciclado junto a pia. Toalhas de tecido estão vedadas.
- Colocar o rolo de papel higiênico em dispenser, dentro de cada compartimento sanitário.
- Em mictórios com calha coletiva, isolar parte do mictório com fitas, a fim de prover o distanciamento adequado durante o uso.

- Lixeiras para acondicionamento de material orgânico devem possuir tampa e serem acionados por pedal (uma lixeira em cada compartimento sanitário e uma lixeira próxima ao local de lavagem de mãos). Não utilize lixeiras cujo contato com a tampa seja manual.
- Evitar a aglomeração de trabalhadores na entrada, na saída e durante a utilização do vestiário, adotando procedimento de monitoramento do fluxo de ingresso nos vestiários e orientando os trabalhadores para manter a distância de um metro entre si durante a sua utilização.
- Pertences pessoais como roupas, calçados e toalhas, assim como equipamentos de proteção individual (EPI), não devem ser guardados nos banheiros, fora de armários individuais.
- Se existência de chuveiro, esse deve dispor de suporte para sabonete e toalha. Após o uso, o trabalhador deve recolher o seu material de higiene, evitando deixá-lo exposto no banheiro.

8. TRANSPORTE DE TRABALHADORES FORNECIDO PELA EMPRESA

- Implantar, antes do embarque no transporte para o trabalho, procedimentos para identificação (como mensuração da temperatura corporal e/ou a autodeclaração de ausência de sintomas) e afastamento imediato de trabalhadores com sintomas da COVID-19.
- Instituir o uso obrigatório de máscara desde o embarque e durante todo o período de deslocamento.
- Orientar os trabalhadores no sentido de evitar aglomeração no embarque e no desembarque do veículo de transporte, implantando medidas que garantam distanciamento mínimo de um metro entre trabalhadores.
 - Realizar o espaçamento dos mesmos dentro do veículo de transporte.
 - Dar preferência para veículos com menor número de pessoas.
 - Manter a ventilação natural dentro dos veículos e, quando for necessária a utilização do sistema de ar condicionado. Deve-se evitar a recirculação do ar.
 - Higienizar regularmente os assentos e as demais superfícies do veículo frequentemente tocadas pelos trabalhadores.
 - Os motoristas devem higienizar frequentemente as mãos e o seu posto de trabalho, inclusive o volante e superfícies mais frequentemente tocadas.



REFERÊNCIAS

1. Porto Alegre. Prefeitura Municipal. Código Municipal de Saúde - Lei Complementar Municipal 395/ 96, Art 122 e 124.
2. Porto Alegre. Prefeitura Municipal. Decreto Municipal n° 20625/ 2020.
3. Brasil. Ministério da Economia e Ministério da Saúde. Portaria Conjunta n° 20, 18 de junho de 2020.
4. Brasil. Norma Regulamentadora n° 24 de 06/07/1978.
5. Brasil. Ministério da Saúde. Nota Técnica GVIMS/GGTES/ANVISA N° 07/2020.
6. Porto Alegre. Secretaria Municipal de Saúde. Nota Técnica sobre o uso de máscaras para prevenção de infecção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2) para a população em geral.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Diretrizes para diagnóstico e tratamento da COVID-19. <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/07/ddt-covid-19.pdf> . 6 de abril de 2020.
8. Ministério da Saúde. Guia de Vigilância Epidemiológica: Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019
9. United States of America. Centers for Disease Control and Prevention. Duration of Isolation and Precautions for Adults with COVID-19. https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/infection-control-recommendations.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Finfection-control%2Fcontrol-recommendations.html#collection. Atualizado em 22 de Julho de 2020.



ANEXO 1 - ROTINA DE MONITORAMENTO DE SINAIS E SINTOMAS

Preencher diariamente, sendo de responsabilidade do funcionário e sob monitoramento de profissional responsável no setor.

Nome:

DATA (dd/mm) - HORÁRIO (hh:mm)								
Temperatura								
Tosse								
Alteração no olfato ou paladar								
Dor de Garganta								
Dificuldade de respirar								
Dor de cabeça								
Dor no corpo								
Cansaço/fadiga								
Febre ou Uso de antitérmico								
Rubrica								