Cartilha

# PREVENÇÃO À COVID –19

## Indústria do Setor da Construção Civil

**VAMOS JUNTOS SUPERAR ESSA CRISE.**

A INDÚSTRIA NO COMBATE À COVID-19.

SESI SENAI FIEP IEL

PELO FUTURO DO TRABALHO

PELO FUTURO DA INDÚSTRIA

As recomendações inclusas nesta Cartilha são para a prevenção da COVID-19, seguindo as orientações das autoridades sanitárias no combate à pandemia em apreço. Este documento está sujeito a revisão contínua e pode ser modificado se a situação epidemiológica assim exigir.

VERSÃO ATUALIZADA EM 08/05/2020 SUJEITA A REVISÃO CONTÍNUA

SESI
Serviço Social da Indústria
PELO FUTURO DO TRABALHO

## APRESENTAÇÃO

A saúde e a integridade física das pessoas são de extrema importância e prioridade. Por este motivo, os profissionais de saúde e segurança do Serviço Social da Indústria – SESI da Paraíba elaboraram diversas orientações preventivas e de boas práticas de higiene para que sejam divulgadas e seguidas pela indústria e pelos trabalhadores a ela vinculados.

Esta Cartilha traz recomendações na seguinte disposição: Recomendações Gerais; Recomendações em Ambientes Administrativos; Recomendações em Canteiros de Obra; Recomendações em Almoxarifado e Expedições; Recomendações em Refeitórios; Recomendações em Sanitários e Áreas Comuns e Recomendações Médicas na Indústria Durante a Pandemia.

## SUMÁRIO

RECOMENDAÇÕES GERAIS ..... 4
RECOMENDAÇÕES EM AMBIENTES ADMINISTRATIVOS ..... 7
RECOMENDAÇÕES EM CANTEIROS DE OBRA ..... 8
RECOMENDAÇÕES EM ALMOXARIFADO E EXPEDIÇÃO ..... 9
RECOMENDAÇÕES EM REFEITÓRIOS ..... 10
RECOMENDAÇÕES EM SANITÁRIOS E ÁREAS COMUNS ..... 11
ORIENTAÇÕES MÉDICAS NA INDÚSTRIA DURANTE A PANDEMIA ..... 12
REFERÊNCIAS ..... 13

## RECOMENDAÇÕES GERAIS

- Realizar, na chegada dos trabalhadores, aferição da temperatura corporal dos mesmos, com uso de termômetro digital infravermelho por um colaborador capacitado. Caso seja identificada, em algum indivíduo, temperatura acima de 37,80C (estágio febril), deve-se evitar a sua entrada no estabelecimento e prover as necessárias orientações de saúde;
- Higienizar as mãos e antebraços com água e sabão por pelo menos vinte segundos, esfregando também as partes internas das unhas ou utilizar álcool em gel/líquido 70%;
- Cobrir o nariz e a boca ao espirrar ou tossir (etiqueta respiratória);
- Manter distância mínima de dois metros entre os trabalhadores;
- Evitar contato físico e aglomerações durante toda a jornada;
- Evitar apertos de mão, abraços e outras formas de cumprimento;
- Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de higienizar as mãos;
- Evitar o uso de ar condicionado (aconselha-se que o ambiente esteja sempre arejado, dando, assim, preferência à ventilação natural);
- Instalar, nos ambientes que precisem fazer uso do ar condicionado, filtros que contribuam para desinfetar mencionados ambientes;
- Higienizar as mãos caso utilize coletor de ponto por biometria, imediatamente após o registro, com água e sabão ou álcool em gel/líquido 70%;
- Seguir o especificado no Programa de Prevenção de Riscos Ambientais - PPRA/ Programa de Condições e Meio Ambiente de Trabalho na Indústria de Construção – PCMAT para o uso da máscara de proteção respiratória;

- Seguir as orientações da Agência Nacional de Vigilância e Saúde – Anvisa quanto ao uso da máscara facial não profissional (caseira), desde que este se faça no trajeto casa/empresa e empresa/casa. Lembre-se de que essa máscara não é um Equipamento de Proteção Individual (EPI) e, sim, uma barreira a mais para a proteção contra o vírus;
- Para a higienização da máscara de tecido, segundo o Ministério da Saúde, é necessário que se faça a imersão da máscara em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. Após o tempo de imersão, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão. A máscara deve estar seca para sua reutilização;
- Disponibilizar suportes de álcool em gel/líquido 70%, posicionados estrategicamente em todos os ambientes da empresa, inclusive nos veículos e nas máquinas;
- Afixar avisos com recomendações de higiene em todos os ambientes de trabalho, sobretudo em locais estratégicos: nas proximidades dos registros de ponto, dos vestiários, dos almoxarifados, etc.;
- Desestimular o uso de adornos (anéis, relógios, pulseiras) nas mãos e braços dentro e fora do trabalho;
- Desestimular o compartilhamento de objetos pessoais;
- Promover maior ventilação nos ambientes;
- Suspender o uso de bebedouros, os quais podem se tornar fonte de disseminação do vírus, orientando que cada trabalhador tenha a garrafinha de água de uso individual;

- Suspender salas de descanso e estimular os trabalhadores a permanecerem sempre em locais ventilados e sem aglomeração;
- Praticar horários de almoço alternados, evitando aglomerações no refeitório/copa;
- Estimular que, em caso de o trabalhador apresentar tosse, coriza, dor no corpo ou febre, comunique ao seu superior imediatamente e procure atendimento médico;
- Orientar sobre a importância da vacinação contra a gripe, para minimizar os adoecimentos com os mesmos sintomas da COVID-19.

## RECOMENDAÇÕES EM AMBIENTES ADMINISTRATIVOS

- Entrar no ambiente laboral apenas uma pessoa por vez, após higienizar as mãos;
- Evitar sentar muito próximo ao colega, mantendo uma distância mínima de dois metros entre si;
- Deixar as portas dos ambientes laborais sempre abertas e evitar tocar na maçaneta com frequência;
- Executar a desinfecção de superfícies e objetos de uso comum ou tocados com frequência, como máquinas, ferramentas, torneiras, balcões, bancadas, balanças, maçanetas, corrimãos, interruptores etc., várias vezes ao dia, como hipoclorito de sódio (1,0 a 2,5%), álcool em gel/líquido 70% ou outro saneante aprovado para esta finalidade;
- Evitar compartilhamento de objetos pessoais, como canetas, mouses, computadores, entre outros materiais de uso administrativo;
- Instalar filtros de ar que contribuam para desinfetar o ambiente onde não é possível a eliminação do ar condicionado;
- Instalar barreiras físicas (polietileno) que protejam contra respingos de secreções respiratórias de outros colaboradores em recepções ou mesas de trabalho;
- Estimular o respeito e o cumprimento da etiqueta respiratória e uso de máscara de tecido com troca regular;
- Para a higienização da máscara de tecido, segundo o Ministério da Saúde, é necessário que se faça a imersão da máscara em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. Após esse tempo, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão; deixando-a secar para a sua reutilização.

## RECOMENDAÇÕES EM CANTEIROS DE OBRA

- Evitar o compartilhamento de utensílios de uso pessoal, equipamentos e ferramentas como canetas, telefone celular, medidores de nível, prumo, trenas, espátulas, lixadeiras, rolos, entre outros. Caso haja a necessidade de compartilhamento desses materiais deve ser realizada a higienização antes da sua utilização por outro trabalhador;
- Utilizar elevadores/cremalheira e plataformas com no máximo dois trabalhadores por vez;
- Dar preferências ao uso de escadas em atividades de outros pavimentos;
- Manter distância dos demais trabalhadores e evitar aglomerações;
- Manter os trabalhadores com máscaras e a uma distância de no mínimo dois metros uns dos outros, na realização de Dialogo Diário de Segurança (DDS) no canteiro de obra;
- Executar a desinfecção de superfícies e objetos de uso comum ou tocados com frequência, como máquinas, ferramentas, torneiras, balcões, bancadas, balanças, maçanetas, corrimãos, interruptores etc., várias vezes ao dia, como hipoclorito de sódio (1,0 a 2,5%), álcool em gel/líquido 70% ou outro saneante aprovado para esta finalidade;
- Estimular o uso de máscara de tecido no trajeto casa/trabalho e trabalho/casa;
- Para a higienização da máscara de tecido, segundo o Ministério da Saúde, é necessário que se faça a imersão da mesma em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. Após esse tempo, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão; deixando-a secar para a sua reutilização.

## RECOMENDAÇÕES EM ALMOXARIFADO E EXPEDIÇÃO

- Determinar apenas um trabalhador para controle e entrega;
- Entrar apenas um trabalhador por vez para a retirada de produtos necessários, obedecendo à orientação de higienização das mãos na entrada e saída;
- Executar a desinfecção de superfícies e objetos de uso comum ou tocados com frequência, como máquinas, ferramentas, torneiras, balcões, bancadas, balanças, maçanetas, corrimãos, interruptores etc., várias vezes ao dia, como hipoclorito de sódio (1,0 a 2,5%), álcool em gel/líquido 70% ou outro saneante aprovado para esta finalidade;
- Estimular a ventilação natural no ambiente de trabalho;
- Evitar compartilhamento de objetos pessoais, como canetas, mouses, computadores, entre outros materiais de uso administrativo;
- Estimular o uso de máscara de tecido no trajeto casa/trabalho e trabalho/casa;
- Para a higienização da máscara de tecido, segundo o Ministério da Saúde, é necessário que se faça a imersão da mesma em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. Após esse tempo, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão; deixando-a secar para a sua reutilização.

## RECOMENDAÇÕES EM REFEITÓRIOS

- Promover escalonamento no horário das refeições para evitar aglomerações no ambiente;
- Determinar que ao chegar e ao sair do refeitório, sejam higienizadas as mãos e antebraços com água e sabão durante no mínimo vinte segundos, esfregando também as partes internas das unhas, ou utilizar álcool em gel a 70%;
- Executar a desinfecção de superfícies e objetos de uso comum ou tocados com frequência, como máquinas, ferramentas, torneiras, balcões, bancadas, balanças, maçanetas, corrimãos, interruptores etc., várias vezes ao dia, como hipoclorito de sódio (1,0 a 2,5%), álcool em gel/líquido 70% ou outro saneante aprovado para esta finalidade;
- Promover distanciamento de dois metros entre as pessoas na ocupação de assentos e nas esperas em filas;
- Estimular a ventilação natural no ambiente;
- Evitar compartilhamento de objetos pessoais, como talheres, copos, bandejas, entre outros materiais de uso na alimentação.

## RECOMENDAÇÕES EM SANITÁRIOS E ÁREAS COMUNS

- Higienizar o chão e os vasos sanitários com água sanitária diariamente;
- Executar a desinfecção de superfícies e objetos de uso comum ou tocados com frequência, como máquinas, ferramentas, torneiras, balcões, bancadas, balanças, maçanetas, corrimãos, interruptores etc., várias vezes ao dia, como hipoclorito de sódio (1,0 a 2,5%), álcool em gel/líquido 70% ou outro saneante aprovado para esta finalidade;
- Estimular a ventilação natural no ambiente.

## ORIENTAÇÕES MÉDICAS NA INDÚSTRIA DURANTE A PANDEMIA

- Divulgar amplamente nos canais de comunicação da empresa o Disque Saúde 136, assim como o aplicativo - App Corona Vírus do Sistema Único de Saúde – SUS, para que os trabalhadores acionem, frente a qualquer suspeita. Deve também ser disponibilizada uma pessoa da empresa para ser comunicada inicialmente pelo trabalhador;
- Promover orientação sobre os sintomas gripais compatíveis com casos suspeitos da COVID-19;
- Orientar, diante de um caso suspeito, o retorno do trabalhador ao seu domicílio, para que ele adira ao isolamento social, orientando-o a procurar um profissional da área de saúde nos locais de referência municipal para o enfrentamento da pandemia;
- Procurar identificar, dentro da empresa, os trabalhadores que tiveram contato com os casos suspeitos e recomendar que façam a quarentena;
- Orientar os trabalhadores para a importância e responsabilidade em alertar seus colegas na presença de tosses ou espirros durante a atividade laborativa, informando também aos seus supervisores;
- Estimular, se for possível, o teletrabalho (trabalho em casa), principalmente para os trabalhadores que compõem o grupo de risco, e se sua atividade for considerada essencial, que esta seja realizada com todos os controles ambientais visando à redução do risco de contaminação;
- Orientar continuamente sobre a necessidade de redução do contato humano tanto na empresa como entre os familiares.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. ***Protocolo de Manejo Clínico para o Novo COVID-19 (2019 – nCoV)***. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/11/protocolomanejocoronavirus.pdf>. Acesso: 3 mai. 2020

Serviço Social da Indústria – SESI. Guia SESI de prevenção da COVID-19 nas empresas. ***Vamos Juntos Superar essa Crise. 2020***. Disponível em: <https://bucketgwcnistaticcmssi.s3.amazonaws.com/media/filer_public/8f/e1/8fe1c45c-5b1b-4ec4-84d9-55d537512a3f/guia_sesi_de_prevencao_new_230420.pdf.

***GEISA BRITO DA SILVA***
Superintendente do SESI/PB

***MARIA GRINETE PINHEIRO DE MELO***
Gerente Executiva de Saúde e Segurança na Indústria

***EDSON CARNEIRO MONTEIRO JUNIOR***
Gerente de Segurança e Saúde do Trabalho

EQUIPE TÉCNICA:
***FÉLIX GUSTAVO DE ANDRADE SANTOS***
Engenheiro Civil/ Segurança do Trabalho/ Higienista Ocupacional

***KARLA VANESKA MACHADO BARROS ALMEIDA***
Médica do Trabalho

***EMILANIR GOMES MAIA***
Coordenadora de Odontologia

***CHRISTIANE BATISTA COSTA***
Supervisora da Unidade de Saúde e Segurança na Indústria

***ANA FÁBIA ALMEIDA LAGO***
Fisioterapeuta

SESI
Serviço Social da Indústria
PELO FUTURO DO TRABALHO