



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

São Luís, 21 de maio de 2020.

NOTA TÉCNICA Nº 019/2020/SUVISA/SES/MA

ASSUNTO: orientações técnicas e recomendações para os trabalhadores e empregadores quanto aos cuidados com a pandemia de covid - 19

Na execução da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT) instituída através da Portaria nº 1.823/2012, (Portaria de Consolidação do SUS nº 02), o Estado do Maranhão desenvolve ações de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora dando ênfase na vigilância, visando a promoção e a proteção da saúde dos trabalhadores e a redução da morbimortalidade.

São inúmeras as classes de trabalhadores que estão expostas a diversos riscos nas atividades laborais, principalmente os trabalhadores que atuam nos serviços de saúde, pois apresentam um maior risco de exposição, contaminação e infecção por agentes biológicos patogênicos, incluindo COVID-19. Ressalta-se, ainda, outras categorias profissionais como os que lidam com cargas, remessas, em portos, aeroportos e fronteiras, tripulação de aeronaves, navios e trens, servidores da Anvisa, Polícia e Receita Federal, Vigiagro e demais trabalhadores que realizem abordagens em meios de transporte. Além desses, correm risco também, os trabalhadores confinados em locais fechados em contato com pessoa infectada, assintomática ou com apresentação de sintomas.

A doença do novo Coronavírus-2019 denominada (COVID-19) é uma enfermidade respiratória causada pelo vírus SARS-CoV-2. Em dezembro de 2019, a Organização Mundial de Saúde (OMS) começou a monitorar um aumento de casos de pneumonia de causa desconhecida na cidade de Wuhan, na China. Em 7 de janeiro de 2020, as autoridades chinesas informaram que a causa era esse novo tipo de coronavírus. A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 30 de janeiro de 2020, que o surto da doença causada pelo novo coronavírus constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional – o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada pela OMS como uma pandemia. A OMS e, desde então, todos os países, incluindo o Brasil, vêm monitorando a progressão, o comportamento, e as respostas dadas à COVID-19. No dia 20/03, o Ministério da Saúde declarou, por meio da Portaria nº 454, o estado de transmissão comunitária em todo o território nacional.

Sabe-se que o vírus da COVID-19 é transmitido por gotículas de saliva e secreção, permanece ativo em superfícies, com duração variada, e tem alto índice de transmissibilidade. Pessoas infectadas podem permanecer assintomáticas e transmitindo para outras pessoas. Acomete, em suas formas mais graves, idosos e portadores de comorbidades, notadamente, as doenças dos aparelhos cardiovascular e respiratório, diabetes, hipertensão e imunodeprimidos.

Os serviços precisam definir e garantir espaços de representação e escuta desses trabalhadores na gestão da atenção à sua saúde. Os trabalhadores precisam estar informados,



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

treinados, conscientizados e mobilizados para ações de proteção necessárias. É direito dos trabalhadores ter um ambiente de trabalho seguro e pleno acesso a medidas de proteção compatíveis com suas atividades de rotina e as excepcionais, como aquelas decorrentes do atendimento a COVID-19.

Assim, é essencial a adoção de medidas de prevenção e controle durante todas as etapas de atendimento a casos suspeitos ou confirmados: antes da chegada do paciente ao serviço, na triagem e espera do atendimento e durante toda a assistência prestada, ofertando, se necessário, máscara cirúrgica aos suspeitos e acompanhantes.

Medidas eficazes de prevenção e de promoção da saúde devem ser adotadas e desenvolvidas de forma efetiva pela Vigilância em Saúde do Trabalhador articulada com outras áreas, no Estado, nas Regiões e nos Municípios a fim de protegê-los. Assim, é essencial a adoção destas durante todas as etapas de atendimento a casos suspeitos ou confirmados.

1.0 RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA OS TRABALHADORES

De acordo com o Ministério da Saúde os cuidados básicos para reduzir o risco geral de contrair ou transmitir infecções pelo COVID-19 são:

- Evitar contato próximo com pessoas que sofrem de infecções respiratórias agudas;
- Realizar lavagem frequente das mãos, especialmente após contato direto com pessoas doentes ou com o meio ambiente;
- Utilizar lenço descartável para higiene nasal;
- Cobrir nariz e boca quando espirrar ou tossir;
- Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- Higienizar as mãos após tossir ou espirrar;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Manter os ambientes bem ventilados;
- Evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas da doença;
- Evitar contato próximo com animais selvagens e animais doentes em fazendas ou criações;
- Uso de EPIs.

Os profissionais de saúde devem utilizar medidas de precaução padrão, de contato e de gotículas, recomendando-se o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), como segue:

a) Uso de máscaras

- Utilizar máscara, colocando-a cuidadosamente para cobrir a boca e nariz e amarrando-a com segurança para minimizar os espaços entre a face e a máscara;
- Enquanto estiver em uso, **evitar tocar na máscara**;
- Remover a máscara usando a técnica apropriada (ou seja, não tocar na frente, mas remova sempre por trás);



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

- Após a remoção ou sempre que houver toque inadvertidamente em uma máscara usada, **deve-se realizar a higiene das mãos;**
- Substituir as máscaras usadas por uma nova máscara limpa e seca assim que esta tornar-se úmida;
- **NUNCA** reutilizar máscaras descartáveis;
- **Poderão ser utilizadas máscaras de proteção laváveis ou descartáveis e em conformidade com as normas sanitárias.**
- Quando o profissional atuar em procedimentos com risco de geração de aerossol em pessoas com infecção suspeita ou confirmada pelo novo coronavírus (2019-nCoV) deve utilizar a máscara de proteção respiratória (respirador particulado) **com eficácia mínima na filtração de 95% de partículas de até 0,3** (tipo N95, N99, N100, PFF2 ou PFF3);
- A máscara deve estar apropriadamente ajustada à face e nunca deve ser compartilhada entre profissionais;
- A forma de uso, manipulação e armazenamento deve seguir as recomendações do fabricante;

b) Uso de luvas

- As luvas de procedimentos não cirúrgicos devem ser utilizadas **quando houver risco de contato** das mãos do profissional com sangue, fluidos corporais, secreções, excreções, mucosas, pele não íntegra e artigos ou equipamentos contaminados, de forma a reduzir a possibilidade de transmissão do novo coronavírus (2019-nCoV) para o trabalhador de saúde, assim como de paciente para paciente por meio das mãos do profissional;
- Quando o procedimento a ser realizado no paciente exigir técnica asséptica, devem ser utilizadas **luvas estéreis** (de procedimento cirúrgico);
- Nunca tocar desnecessariamente superfícies e materiais (tais como telefones, maçanetas, portas) quando estiver com luvas.
- Não lavar ou usar novamente o mesmo par de luvas (as luvas não devem ser reutilizadas).
- **O uso de luvas não substitui a higiene das mãos.**
- Proceder à higiene das mãos imediatamente após a retirada das luvas.
- Observar a técnica correta de remoção de luvas para evitar a contaminação das mãos.

c) Protetor ocular ou protetor de face

- Os óculos de proteção ou protetores faciais (que cubram a frente e os lados do rosto) devem ser utilizados quando houver risco de exposição do profissional a respingos de sangue, secreções corporais e excreções.
- **Devem ser de uso exclusivo para cada profissional** responsável pela assistência sendo necessária a higiene correta após o uso.
- Sugere-se para a desinfecção, o uso de hipoclorito de sódio ou outro desinfetante recomendado pelo fabricante do equipamento de proteção.

d) Capote/avental



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

- **O capote ou avental deve ser impermeável** e utilizado durante procedimentos onde há risco de respingos de sangue, fluidos corpóreos, secreções e excreções, a fim de evitar a contaminação da pele e roupa do profissional.
- Deve ser de **mangas longas**, punho de malha ou elástico e abertura posterior. Além disso, deve ser confeccionado com material de boa qualidade, não alergênico e resistente; proporcionar barreira antimicrobiana efetiva, permitir a execução de atividades com conforto e estar disponível em vários tamanhos.
- O capote ou avental sujo deve ser removido e descartado após a realização do procedimento e antes de sair do quarto do paciente ou da área de assistência.
- Após a remoção do capote deve-se imediatamente proceder a higiene das mãos para evitar a transmissão dos vírus para o profissional, clientes e ambiente.

IMPORTANTE: todos os profissionais (próprios ou terceirizados) deverão ser capacitados para a prevenção da transmissão de agentes infecciosos e treinados para uso correto dos EPIs.

2.0 RECOMENDAÇÕES PARA OS EMPREGADORES

A Occupational Safety and Health – OSHA, órgão americano de orientação em saúde ocupacional, elaborou diretrizes para trabalhadores e empregadores sobre medidas de prevenção e cuidado contra o COVID-19 e classificação de graus de risco à exposição considerando as funções desempenhadas pelos trabalhadores.

Para ajudar os empregadores a determinar precauções apropriadas, foram estabelecidos quatro níveis de exposição ao risco: muito alto, alto, médio e baixo risco. A pirâmide de risco ocupacional mostra os quatro níveis de exposição.

a. **Risco muito alto de exposição:** aqueles com alto potencial de contato com casos confirmados ou suspeitos de COVID-19 durante procedimentos médicos, laboratoriais ou pós-morte, tais como: médicos, enfermeiras, dentistas, biomédicos, farmacêuticos, técnicos de enfermagem, profissionais que realizam exames ou coletam amostras e aqueles que realizam autopsias;

b. **Risco alto de exposição:** profissionais que entram em contato com casos confirmados ou suspeitos de COVID-19, tais como: fornecedores de insumos de saúde, e profissionais de apoio que entrem nos quartos ou ambientes onde estejam ou estiveram presentes pacientes confirmados ou suspeitos, profissionais que realizam o transporte de pacientes, como ambulâncias, profissionais que trabalham no preparo dos corpos para cremação ou enterro;

c. **Risco mediano de exposição:** profissionais que demandam o contato próximo (menos de 2 metros) com pessoas que podem estar infectadas com o novo coronavírus (SARS-coV-2), mas que não são considerados casos suspeitos ou confirmados; que tem contato com viajantes que podem ter retornado de regiões de transmissão da doença (em áreas sem transmissão comunitária); que tem contato com o público em geral (escolas, ambientes de grande



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

concentração de pessoas, grandes lojas de comércio varejista) (em áreas com transmissão comunitária);

d. **Risco baixo de exposição:** aqueles que não requerem contato com casos suspeitos, reconhecidos ou que poderiam vir a contrair o vírus, que não tem contato (a menos de 2 metros) com o público; profissionais com contato mínimo com o público em geral e outros trabalhadores

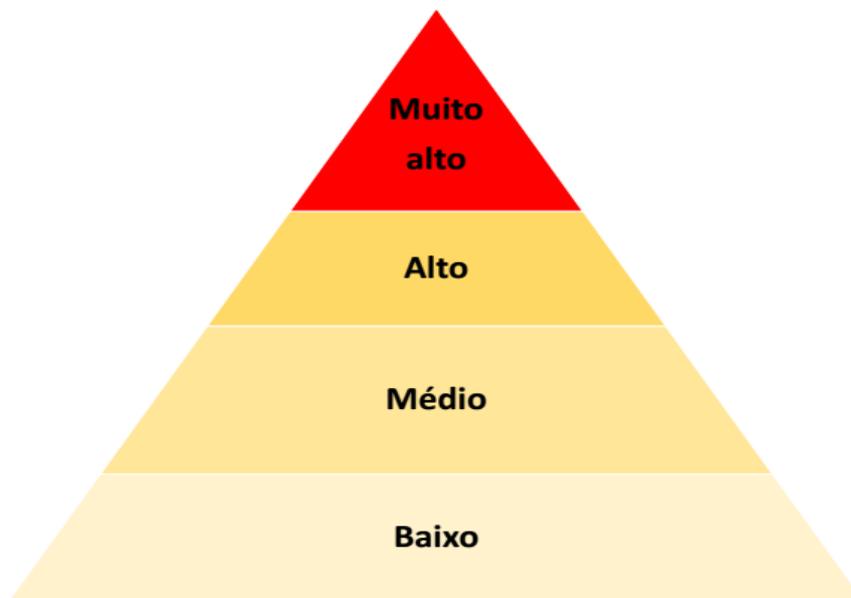


Figura 1: Pirâmide de nível de risco de ocupações para o COVID-19

Etapas que todos os empregadores podem adotar para Reduzir o risco de exposição dos trabalhadores para COVID-19:

- Os empregadores devem avaliar se podem estabelecer políticas e práticas, como **estratégias de trabalho flexíveis** (por exemplo, teletrabalho, *home office*) e horários flexíveis de trabalho (por exemplo, turnos), para aumentar a distância física entre funcionários e entre funcionários e outras pessoas;

- Substituir de reuniões e atendimentos presenciais por atendimento telefônico ou comunicações **virtuais**.

- **Desestimular os funcionários a usarem telefones**, mesas de trabalho, escritórios ou outras ferramentas e equipamentos de trabalho, quando possível.

- Manter **práticas regulares de limpeza**, incluindo rotina limpeza e desinfecção de superfícies, equipamentos e outros elementos do ambiente de trabalho.



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

■ Monitorar a ocorrência de transmissão do COVID-19 entre os trabalhadores, adotando medidas apropriadas para controle e mitigação da transmissão. O resultado do monitoramento deve fazer parte do processo de comunicação transparente entre a gestão e as equipes.

■ Os empregadores devem informar e incentivar os funcionários ao **automonitoramento de sinais e sintomas de COVID-19** em caso de suspeita de possível exposição.

■ Tomar medidas para limitar a disseminação das secreções respiratórias das pessoas que podem ter COVID-19, tais como **fornecimento de máscara facial**.

■ Incentivar ativamente os funcionários doentes a ficarem em casa.

■ Garantir que as políticas de **licença médica e deferimento de atestados e justificativas de ausência sejam flexíveis** e consistentes com orientações de saúde pública e que os funcionários estejam cientes dessas políticas.

■ **Afastar** trabalhadores doentes e sensibilizá-los para que fiquem em isolamento domiciliar. Essa medida não deve implicar em prejuízos trabalhistas aos profissionais.

■ Conversar com empresas que fornecem à sua empresa contrato ou funcionários temporários e terceirizados sobre a importância funcionários doentes que ficam em casa e os incentivam a desenvolver **políticas de licença não punitiva**.

■ Manter **políticas flexíveis que permitam que os funcionários fiquem em casa** para cuidar de um membro da família doente. Os empregadores devem estar cientes que mais funcionários talvez precisem ficar em casa para cuidar de crianças doentes ou outros familiares doentes do que o habitual.

■ Estar ciente das **preocupações dos trabalhadores com salários**, licenças, segurança, saúde e outros problemas que possam surgir durante a infecção surtos de doenças.

■ Proporcionar a instalação de filtros de ar adequados e o aumento das taxas de ventilação no ambiente de trabalho.

■ Instalar barreiras físicas, como plástico transparente guardas espirros.

■ Instalar janelas “drive-through” para atendimento a clientes.

■ **Descontinuar viagens** não essenciais para locais com Surtos de COVID-19.

■ **Proporcionar aos trabalhadores educação e treinamento** atualizados nos fatores de risco e comportamentos de proteção COVID-19 (por exemplo, etiqueta da tosse e cuidados com os EPIs).

■ **Capacitar os trabalhadores** que precisam usar roupas de proteção equipamentos, como vesti-lo, usar / usar e tirar corretamente, inclusive no contexto de sua atual e deveres potenciais. O material de treinamento deve ser de fácil entendimento e disponível no nível de alfabetização apropriado para todos os trabalhadores.

■ **Fornecer recursos e um ambiente de trabalho que promova higiene pessoal**. Por exemplo, forneça tecidos, sem toque latas de lixo, sabonetes para as mãos, toalhetes à base de álcool contendo pelo menos 60% de álcool, toalhas desinfetantes e descartáveis para os trabalhadores limparem suas superfícies de trabalho.



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

■ **Exigir lavagem regular das mãos ou uso de álcool esfrega as mãos.** Os trabalhadores devem sempre lavar as mãos quando visivelmente sujos e após a remoção de qualquer EPI.

■ **Postar sinais de lavagem das mãos nos banheiros.**

■ **Inspecionar os EPIs dos trabalhadores e substituí-los regularmente.** Os empregadores são obrigados a fornecer aos seus trabalhadores EPI, sendo necessário mantê-los seguros durante a execução de seus trabalhos.

■ Orientar aos clientes e acompanhantes sobre a necessidade de adoção de medidas de higiene respiratória/etiqueta da tosse: se tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com cotovelo flexionado ou lenço de papel; utilizar lenço de papel descartável para higiene nasal (descartar imediatamente após o uso e realizar a higiene das mãos); evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca; realizar a higiene das mãos com água e sabonete (40-60 segundos) ou preparação alcoólica a 70% (20-30 segundos);

■ Quanto às práticas referentes ao transporte de trabalhadores, deve-se manter a ventilação natural dentro dos veículos através da abertura das janelas. Quando for necessária a utilização do sistema de ar condicionado, deve-se evitar a recirculação do ar; desinfetar regularmente os assentos e demais superfícies do interior do veículo que são mais frequentemente tocadas pelos trabalhadores;

■ Os motoristas devem observar: a higienização do seu posto de trabalho, inclusive volantes e maçanetas do veículo; a utilização de álcool gel ou água e sabão para higienizar as mãos.

■ Desenvolver planos de comunicação de emergência, incluindo espaços e canais de comunicação para responder às preocupações dos trabalhadores (não presenciais, se possível).

REFERÊNCIAS

UNITED STATES OF AMERICA. **GUIDANCE ON PREPARING WORKPLACES FOR COVID-19.** U.S. DEPARTMENT OF LABOR OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ADMINISTRATION OSHA 3990-03 2020.

BRASIL. FIOCRUZ. **PLANO DE CONTINGÊNCIA DA FIOCRUZ DIANTE DA PANDEMIA DA DOENÇA PELO SARS-CoV-2 (COVID-19).** Versão 1.1, de 13 de março de 2020

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **RECOMENDAÇÕES DE PROTEÇÃO AOS TRABALHADORES DOS SERVIÇOS DE SAÚDE NO ATENDIMENTO DE COVID-19 E OUTRAS SÍNDROMES GRIPAIS.** COE/SVS/MS | Abr. 202.

BRASIL MINISTÉRIO DA ECONOMIA. Secretaria Especial de Previdência e Trabalho. Secretaria de Trabalho. Subsecretaria de Inspeção do Trabalho. **OFÍCIO CIRCULAR SEI nº 1162/2020/ME.** Brasília, 31 de março de 2020.



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

SECRETÁRIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM
SAÚDE

Waldeise Pereira

SUPERINTENDENTE DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

Edmilson Silva Diniz Filho

CHEFE DO CENTRO DE REFERÊNCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR

Luciano Mamede de Freitas Junior



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DA POLÍTICA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA

P.N. A Secretaria de Saúde do Maranhão elaborou e constantemente tem atualizado o Plano de Contenção do Coronavírus do Estado, disponível no site www.saude.ma.gov.br