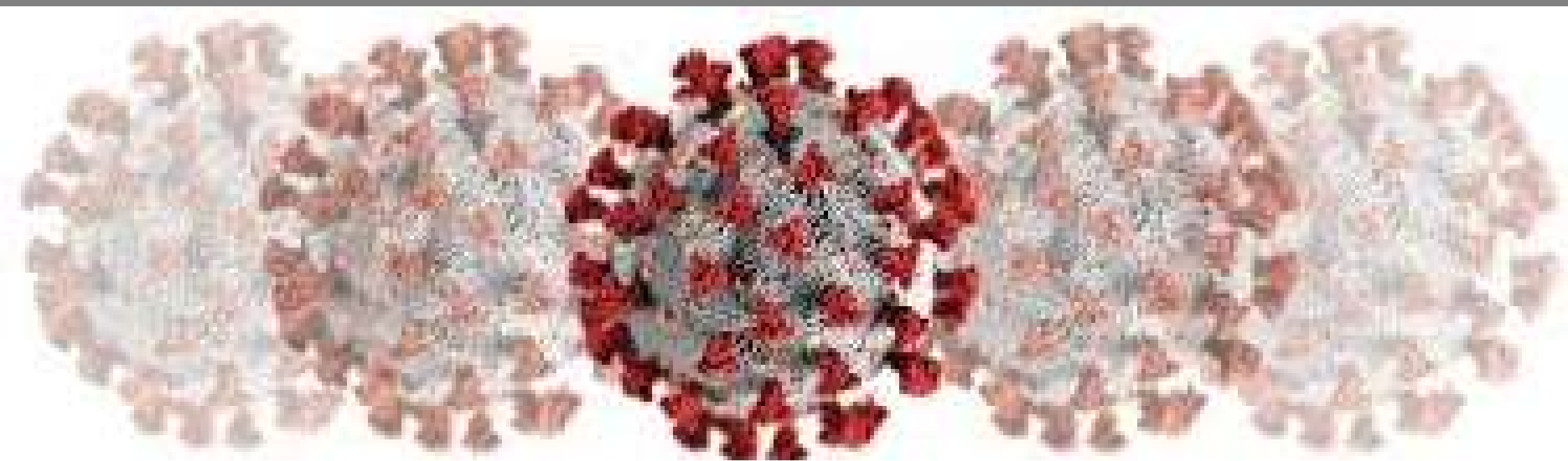




TONY BLAIR
INSTITUTE
FOR GLOBAL
CHANGE

Guia de Segurança no Trabalho para a COVID-19

Abril de 2020



4 passos sugeridos para um ambiente de trabalho seguro



O presente destina-se a ser apenas um documento de orientação e as considerações devem ser adaptadas ao contexto com base na viabilidade.

- 1 Desenvolver um plano de preparação e resposta**
 - Incorporar orientações e regulamentos do Ministério da Saúde (MdS) nacional nos planos específicos para o local de trabalho
 - Os planos devem considerar e abordar os níveis de risco associados a vários locais de trabalho e as tarefas que os trabalhadores executam nos mesmos
 - Seguir as recomendações do Ministério da Saúde relativamente ao desenvolvimento de planos de contingência e de continuidade da actividade para situações que possam surgir como resultado de surtos
- 2 Implementar um plano de prevenção da infecção**
 - Exigir a lavagem das mãos de forma frequente e meticulosa, incluindo ao fornecer aos trabalhadores, clientes e visitantes do local de trabalho um local para lavarem as mãos. Se não houver sabão e água corrente imediatamente disponíveis, fornecer desinfectante para as mãos à base de álcool, com um teor de álcool de, pelo menos 60%
 - Incentivar os trabalhadores a ficar em casa se estiverem doentes e a seguir as normas a nível respiratório, e desencorajar os trabalhadores de usar os telefones, secretárias, escritórios ou outras ferramentas de trabalho e equipamentos de outros trabalhadores, sempre que possível
 - Reforçar as práticas de limpeza, incluindo a limpeza e desinfeção de rotina das superfícies, equipamentos e outros elementos do ambiente de trabalho
- 3 Identificar e isolar pessoas doentes**
 - Instituir rastreios de temperatura e através de questionários nos pontos de entrada das instalações e desenvolver políticas e procedimentos para os trabalhadores comunicarem e se isolarem quando se sentirem doentes ou apresentarem sintomas
 - Tomar medidas para limitar a propagação das secreções respiratórias de uma pessoa que possa ter COVID-19. Fornecer uma máscara, caso seja viável e estiver disponível, e pedir à pessoa para a usar
 - Isolar os casos suspeitos separadamente dos casos confirmados, para prevenir a transmissão subsequente – especialmente em locais de trabalho onde ocorram actividades de avaliação médica, triagem ou cuidados de saúde, utilizando uma barreira permanente (por exemplo, parede/divisão diferente) ou temporária (por exemplo, cobertura plástica)
- 4 Comunicar flexibilidades e protecções no local de trabalho**
 - Garantir que as políticas de baixa por doença são flexíveis e coerentes com as orientações de saúde pública, e que os funcionários estão cientes das mesmas
 - Falar com as empresas que fornecem trabalhadores contratados ou temporários à sua empresa sobre a importância de os trabalhadores doentes ficarem em casa e incentivá-las a desenvolver políticas de baixa não punitivas
 - Manter políticas flexíveis, que permitam aos funcionários ficar em casa para cuidar de um familiar doente. Os empregadores devem estar cientes de que mais funcionários podem precisar de ficar em casa para cuidar de filhos doentes ou outros familiares doentes do que seria normal

4 controlos no local de trabalho que os empregadores devem tentar implementar, na medida do possível, tendo em conta as suas limitações financeiras



Controlos

Passos

1

Engenharia

Reduzir a exposição a perigos sem depender do comportamento dos trabalhadores; pode ser a solução a implementar com uma melhor relação custo/benefício

- Instalar filtros de ar altamente eficientes
- Aumentar as taxas de ventilação no ambiente de trabalho
- Instalar barreiras físicas, como protectores contra espirros em plástico transparente
- Ventilação especializada de pressão negativa em alguns ambientes, quando viável

2

Administrativos

Exigir a tomada de medidas pelo trabalhador ou empregador. Normalmente, os controlos administrativos são alterações nas políticas ou procedimentos de trabalho, para reduzir ou minimizar a exposição a um perigo

- Estabelecer um número mínimo e máximo de funcionários no local por dia
- Distribuir as estações de trabalho de cada lado das linhas de produção, de forma a que os trabalhadores não fiquem de frente uns para os outros
- Fornecer EPI como máscaras, redes de cabelo, luvas descartáveis, vestuário protector e calçado antiderrapante ao pessoal
- Distanciar os postos de trabalho, o que pode exigir a redução da velocidade das linhas de produção
- Organizar o pessoal em grupos de trabalho ou equipas para facilitar a redução das interações

3

Trabalho seguro

Incluir procedimentos para a realização de trabalho seguro e adequado, utilizados para reduzir a duração, frequência ou intensidade da exposição a um perigo

- Fornecer recursos e um ambiente de trabalho que promova a higiene pessoal, por exemplo, fornecer lenços de papel, caixotes do lixo que não seja preciso tocar, sabão para as mãos, desinfectantes das mãos à base de álcool com um teor de álcool de, pelo menos, 60%, desinfectantes e toalhas descartáveis para permitir aos trabalhadores limpar as suas superfícies de trabalho
- Exigir a lavagem das mãos ou a utilização de desinfectantes das mãos à base de álcool, com regularidade. Os trabalhadores devem lavar sempre as mãos quando estiverem visivelmente sujas e depois de remover o eventual EPI

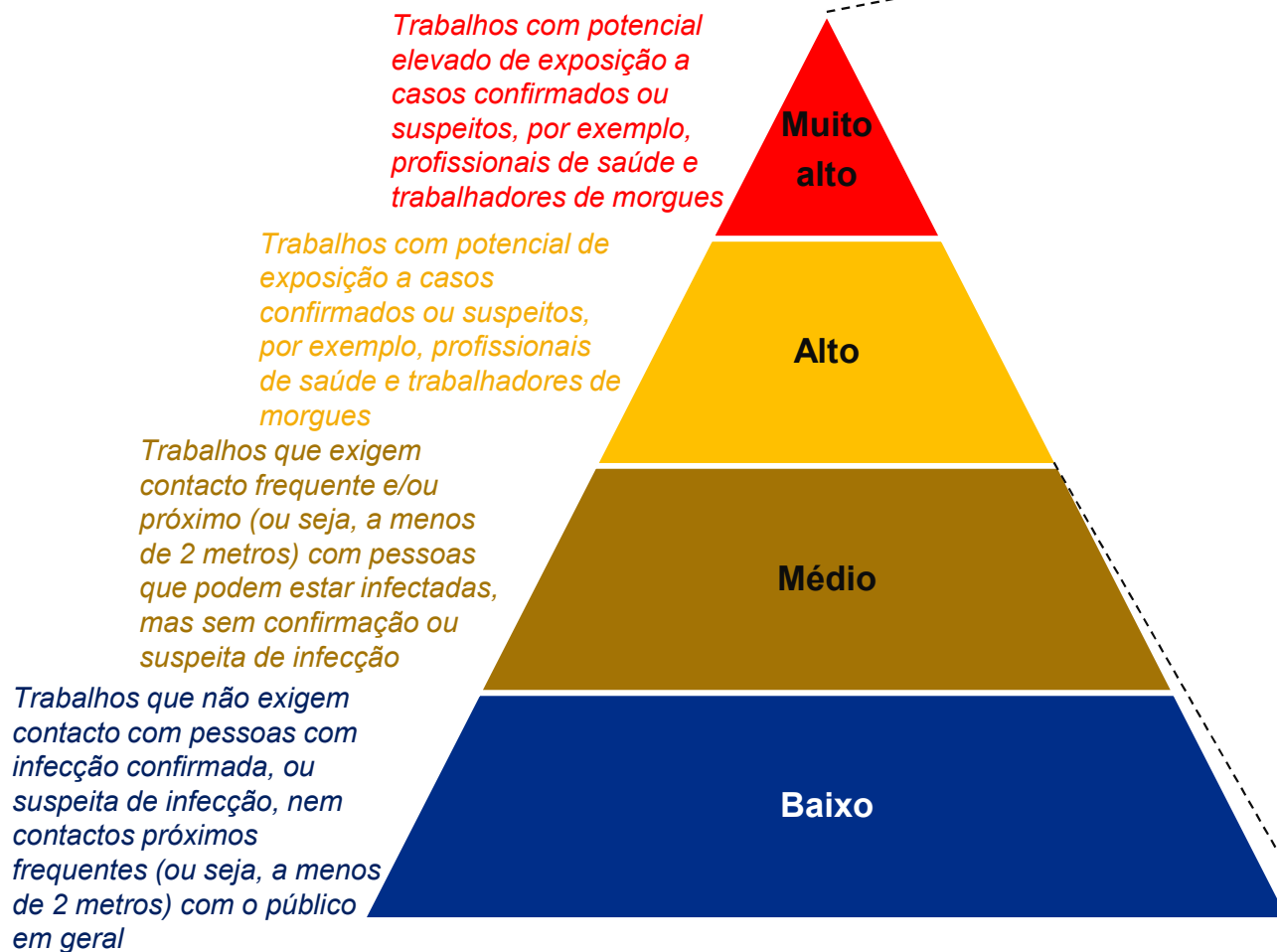
4

EPI

A prevenção de algumas exposições não deve substituir as estratégias de prevenção mencionadas anteriormente, nem reduzir a disponibilidade de EPI para os profissionais de saúde

- Seleccionar o tipo de EPI e as máscaras não médicas com base no perigo para o trabalhador
- Dar formação aos utilizadores sobre os procedimentos adequados para vestir e tirar EPI
- Gerir a devida remoção, limpeza, armazenagem ou eliminação dos mesmos, conforme aplicável, para evitar a contaminação do utilizador, dos outros, ou do meio ambiente
- Utilizar equipamentos devidamente ajustados e periodicamente reajustados, conforme aplicável (por exemplo, respiradores)
- Monitorizar a utilização, manutenção e substituição, conforme necessário

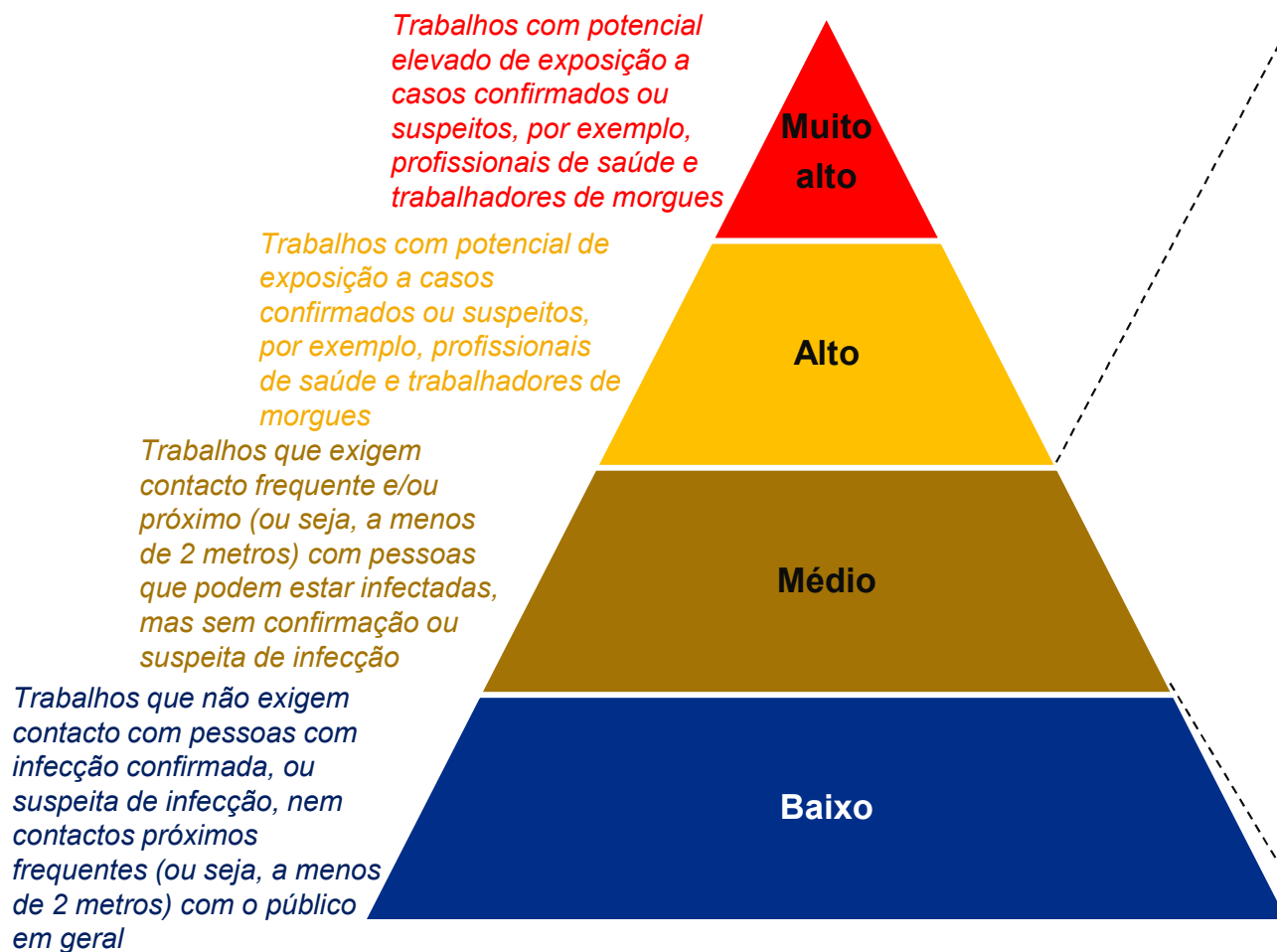
Orientações preliminares de saúde e segurança para profissões de risco **Muito alto** e **Alto**



Considerações para risco **Muito alto** e **Alto**

- Assegurar que sistemas adequados de tratamento do ar são instalados e mantidos nas instalações de saúde
- Os casos confirmados ou suspeitos devem ser colocados numa sala de isolamento de infeções transportadas por via aérea (airborne infection isolation room, AIIR), se estiver disponível
- Utilizar salas de isolamento, quando estiverem disponíveis, para realizar procedimentos que produzem aerossóis em doentes com casos confirmados ou suspeita de COVID-19
- Desenvolver e implementar políticas que reduzem a exposição, tais como a colocação dos doentes com COVID-19 em instalações controladas (ou seja, agrupamento) quando não estiverem disponíveis quartos individuais
- Proporcionar a todos os trabalhadores educação e formação específicas para as suas funções sobre a prevenção da transmissão da COVID-19, incluindo formação inicial e de rotina/reciclagem
- Garantir a disponibilidade de apoio psicológico e comportamental, para lidar com o stress dos trabalhadores
- Fornecer às equipas de emergência e a outro pessoal essencial que pode ficar exposto ao trabalhar fora de instalações fixas desinfectantes para as mãos à base de álcool, com um teor de álcool de, pelo menos, 60%, para descontaminação no terreno
- A maioria dos trabalhadores com um risco de exposição alto ou muito alto provavelmente precisa de usar luvas, bata, uma viseira ou óculos de protecção, bem como uma máscara ou respirador, dependendo das respectivas tarefas e riscos de exposição

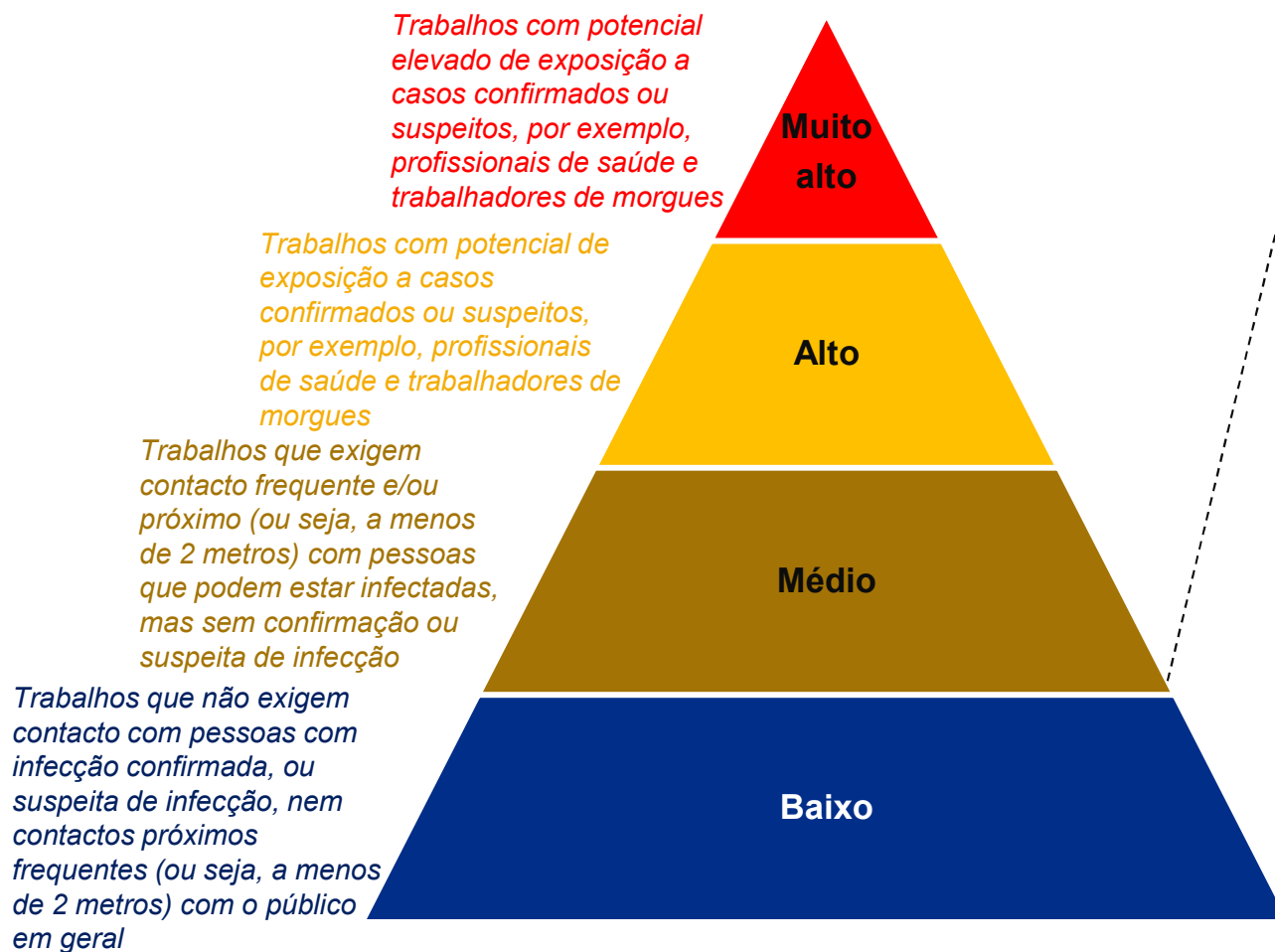
Orientações preliminares de saúde e segurança para profissões de **Risco médio**



Considerações para **Risco médio**

- Instalar barreiras físicas, como protectores contra espirros em plástico transparente, quando viável
- Considerar oferecer máscaras a todos os trabalhadores, ou no mínimo a todos os trabalhadores doentes, para conter as secreções respiratórias até poderem sair do local de trabalho (por exemplo, para avaliação/cuidados médicos ou para voltar para casa). Caso haja falta de máscaras, uma viseira reutilizável que possa ser descontaminada pode ser um método aceitável de protecção contra a transmissão de gotículas
- Considerar estratégias para minimizar os contactos pessoais (por exemplo, comunicações por telefone)
- Comunicar a disponibilidade de avaliação médica ou de outros recursos de saúde para os trabalhadores (por exemplo, enfermeiro nas instalações, serviços de telemedicina)
- Os trabalhadores com um risco de exposição médio podem precisar de usar uma combinação de luvas, bata, máscara e/ou viseira ou óculos de protecção. Os conjuntos de EPI para os trabalhadores na categoria de risco médio de exposição irão variar consoante a tarefa profissional, os resultados da avaliação de perigos do empregador e os tipos de exposições que os trabalhadores enfrentam no exercício das suas funções
- Considerar limitar o número de trabalhadores na instalação e oferecer alojamento para reduzir o tempo passado em deslocações e a utilização de transportes públicos

Orientações preliminares de saúde e segurança para profissões de Risco baixo



Considerações para Risco baixo

- Não são recomendados controlos de engenharia adicionais para trabalhadores no grupo com menor exposição ao risco
- Os empregadores devem garantir que os controlos de engenharia, se aplicável, usados para proteger os trabalhadores contra outros perigos laborais continuam a funcionar conforme pretendido
- Monitorizar as comunicações de saúde pública sobre recomendações no âmbito da COVID-19 e garantir que os trabalhadores têm acesso a essas informações. Consultar com frequência o site do Ministério da Saúde
- Colaborar com os trabalhadores para designar meios eficazes para comunicar informações importantes sobre a COVID-19
- Não são recomendados EPI adicionais para trabalhadores no grupo com menor exposição ao risco. Os trabalhadores devem continuar a usar o EPI, se aplicável, que usariam normalmente para realizar outras tarefas profissionais

Ferramenta para a avaliação e gestão de riscos nos locais de trabalho



Modelo de avaliação de riscos

- A avaliação de riscos é o processo de identificar e avaliar os riscos para os locais de trabalho e definir prioridades em termos de recursos, para reduzir ou eliminar os riscos mais significativos.
- O modelo considera a Probabilidade/Relevância e a Gravidade do impacto do problema num local de trabalho. Os problemas com a classificação mais elevada constituem os riscos mais significativos e justificam a maior atenção.

	Muito improvável	Improvável	Possível	Provável	Muito provável
	1	2	3	4	5
1 - Insignificante	1	2	3	4	5
2 - Pequena	2	4	6	8	10
3 - Moderada	3	6	9	12	15
4 - Grande	4	8	12	16	20
Gravidade 5 - Extrema	5	10	15	20	25

Registo de riscos

- Devem ser implementados controlos para os problemas com a classificação mais alta (risco) e os empregadores devem voltar a analisar a avaliação de riscos para verificar se o risco foi reduzido, ou seja, se houve uma redução no número (risco) associado ao problema específico.
- Os controlos podem assumir a forma de fornecimento de desinfetante e EPI; distanciamento social; passagem de informações de mudança de turno por via electrónica, instalação de barreiras em interfaces; implementação de padrões de turnos diferentes; pessoal a trabalhar com padrões de turnos diferentes
- A avaliação de riscos deve ser documentada num registo, para implementar e gerir controlos e medidas de acompanhamento.

Risco	P	G	Classificação	Controlo	P	G	Classificação	Responsabilidade	Monitorização
Encerramento devido a surto entre o pessoal	5	5	25	Comunicar os riscos a todo o pessoal; Informar o pessoal da necessidade de ficar em casa se apresentar sintomas ou estiver em contacto com pessoas que apresentem sintomas; O distanciamento social é encorajado; Fornecimento de desinfetante e EPI (luvas/máscaras/óculos de protecção); Pausas intervaladas para usar a cantina; Separação dos turnos por intervalos de 15 minutos; Desinfecção das áreas/equipamentos partilhados.	3	5	15	Todo o pessoal; Instalações	Director-Geral; Supervisores de Turno
P = Probabilidade G = Gravidade									

Escolha dos controlos mais eficazes para o local de trabalho



1 O primeiro passo é tentar eliminar o risco. Se isto não for razoavelmente viável, este risco é minimizado na medida do razoavelmente viável

2 Ao utilizar a hierarquia de controlos para minimizar o risco, adoptar uma ou mais das medidas seguintes que sejam as mais adequadas e eficazes, tendo em conta a natureza do risco:

- substituição por uma actividade ou substância de menor risco
- isolar o perigo/evitar que as pessoas entrem em contacto com o mesmo
- aplicar controlos de engenharia

3 Se, após aplicar estes controlos de nível mais elevado, continuar a existir risco, minimizar o mesmo ao implementar controlos administrativos

4 Finalmente, se continuar a existir um risco, minimizar o risco remanescente ao garantir o fornecimento e utilização de EPI adequado

Como enfrentar os riscos no local de trabalho...

Mais eficaz

Eliminação



Minimização

Substituição (total ou parcial) e/ou

Isolamento/Prevenção do contacto e/ou

Medidas de controlo de engenharia



SE O RISCO SE MANTIVER

Medidas de controlo administrativas



SE O RISCO SE CONTINUAR A MANTER

Equipamento de proteção individual (EPI)

Menos eficaz