



**CARVALHO & DANTAS**  
**Medicina e Saúde Ocupacional Ltda.**

São Paulo, 02 de Junho de 2020.

Prezados Clientes,

A **Carvalho & Dantas**, vem por meio das recomendações sobre o COVID-19 (Coronavírus), esclarecer as empresas sobre as condutas a serem tomadas no sentido ao combate a pandemia na retomada das atividades laborais.

Conforme previsto no Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus COVID-19 sempre que houver a confirmação de casos de Coronavírus (COVID-19) no território nacional, ou reconhecimento de declaração de Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) pela Organização Mundial de Saúde (OMS) deve ser acionado um plano de contingência específico.

**Sintomas:** Pessoas com infecção pelo COVID-19 podem desenvolver sintomas respiratórios leves a graves. Os principais sintomas são: febre, tosse e falta de ar.

Outros sintomas são: fadiga, congestão nasal, coriza, dor de garganta, dor de cabeça, diarreia, cansaço, perda de olfato e de paladar.

**Período de incubação:** pode ser de 2 a 14 dias.

**População vulnerável:** Segundo o Ministério da Saúde e o Governo do Estado de São Paulo, as pessoas consideradas de risco são: idosos com idade igual ou superior a 60 anos, gestantes e portadores de doenças respiratórias crônicas, cardiopatias, diabetes, hipertensão ou outras afecções que deprimam o sistema imunológico (exemplo pacientes em tratamento de câncer). Segundo a Sociedade Brasileira de Pneumologia são considerados pacientes com doenças respiratórias crônicas: DPOC, fibrose pulmonar ou asma grave.

**Medidas para os locais de trabalho:**

- ✓ Estimular a lavagem das mãos com fornecimento dispositivo de sabão líquido, papel descartável e lixo sem acionamento manual;
- ✓ Estimular etiqueta de higiene pessoal e respiratória, incluindo cobrir a boca com papel ou cotovelo ao tossir ou espirrar;



**CARVALHO & DANTAS**  
***Medicina e Saúde Ocupacional Ltda.***

- ✓ Evitar compartilhar equipamentos de trabalho como teclado, telefone, mesas e demais objetos;
- ✓ Manter a rotina de limpeza dos locais de trabalho;
- ✓ Disponibilizar álcool em gel em áreas comuns;
- ✓ Disponibilizar substância desinfetante (ex. álcool) para limpeza da estação de trabalho antes do início de seu uso;
- ✓ Manter portas e janelas abertas para facilitar a circulação de ar;
- ✓ Evitar contato próximo (recomenda-se uma distância de 2 metros);
- ✓ Uso de máscara de proteção.

**Medidas administrativas:**

- ✓ Adotar planos de ação para as organizações considerando o risco de exposição;
- ✓ Definir procedimentos de identificação rápida de trabalhadores com sintomas;
- ✓ Estimular horários de trabalho flexíveis, home-office, esquemas de plantão com escala mínima;
- ✓ Organizar os espaços de trabalho de maneira a possibilitar uma distância mínima social entre os postos de trabalho;
- ✓ Evitar reuniões e viagens internacionais e nacionais, principalmente para regiões de contaminação comunitária;
- ✓ Reduzir contatos presenciais, priorizando reuniões à distância;
- ✓ Treinamento para trabalhadores expostos a ambientes de alto risco sobre a utilização dos EPIs;
- ✓ Medidas educativas sobre higiene pessoal, através de políticas de comunicação e cartazes nos locais de convivência pública;
- ✓ Avaliar adoção de políticas flexíveis para trabalhadores que precisem permanecer em casa para cuidar de familiares doentes pelo COVID-19;
- ✓ Avaliar adoção de políticas flexíveis para trabalhadores que precisem permanecer em casa para cuidar de familiares em situação de vulnerabilidade como idosos;
- ✓ Avaliar adoção de políticas flexíveis para trabalhadores que precisem permanecer em casa para cuidar de crianças que necessitem permanecer em casa, em caso de fechamento de escolas por decisão governamental;
- ✓ Avaliar adoção de políticas flexíveis para trabalhadores que se enquadrem como em situação de vulnerabilidade.



**CARVALHO & DANTAS**  
**Medicina e Saúde Ocupacional Ltda.**

**Medidas para os trabalhadores:**

- ✓ Estimular que trabalhadores com sintomas respiratórios devem permanecer em casa, retornando ao trabalho após 24h de resolução dos sintomas, desde que estejam sem uso de nenhum tipo de medicação inibitória de sintomas (antitussígenos e antipiréticos);
- ✓ Trabalhadores que retornem de viagens internacionais de áreas de transmissão comunitária devem permanecer em casa por 14 dias e comunicar o surgimento de sintomas para iniciar os protocolos de vigilância do Ministério da Saúde;
- ✓ Comunicar ao serviço de medicina do trabalho ou equivalente se contato com pessoa com diagnóstico confirmado de COVID-19, sendo recomendado o afastamento do trabalho por 14 dias a partir da data do contato, para aqueles considerados comunicantes. Comunicar o surgimento de sintomas para iniciar os protocolos de vigilância do Ministério da Saúde;
- ✓ Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- ✓ Comunicar ao serviço de medicina do trabalho ou equivalente sobre o surgimento de sintomas respiratórios;
- ✓ Casos suspeitos de infecção pelo COVID-19 devem ser encaminhados para avaliação conforme os protocolos estaduais ou do Ministério da Saúde;
- ✓ Estender as medidas de prevenção adotadas para os trabalhadores terceiros.

**Fonte:** Associação Paulista de Medicina do Trabalho (APMT, com atualização).

Desde já, colocamos a disposição, nossa equipe médica e colaboradores para esclarecer qualquer dúvida.

Atenciosamente,

**Dr. Carlos Alberto de Souza Dantas**  
**Médico Coordenador**  
**CRM: 53.373**