

Recomendações COVID-19 Versão 1

Publicação
São Paulo, 17 de março de 2020
Alterações/Atualizações
Versão 1, 24 de março de 2020.

Em 12 de março de 2020, entrou em vigor o plano de ação para nível de resposta classificado como emergência de saúde pública de importância nacional em todo o Brasil. Em resposta, a Associação Paulista de Medicina do Trabalho (APMT) entende ser necessário o desdobramento destas ações em medidas eficazes na proteção do trabalhador orientadas para o médico do trabalho.

Conforme previsto no Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus COVID-19 sempre que houver a confirmação de transmissão local do primeiro caso 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.

Em 21 de março de 2020 foi decretado estado de calamidade pública pelo Estado de São Paulo, o qual estabelece suspenso até 30 de abril de 2020, todas as atividades de natureza não essencial a partir de 23 de março de 2020. Determinou ainda a quarentena obrigatória em todo o Estado de São Paulo a partir de 24 de março de 2020, com fechamento compulsório de todos os serviços não essenciais até 07 de abril de 2020. ([Atualização, 24/03/2020](#))

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

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, particularmente os classificados como formas graves, Pessoa com Deficiência.* ([Atualização, 24/03/2020](#))

“Considerando que a lei da Inclusão da Pessoa com deficiência estabelece que em situações de estado de calamidade pública, a pessoa com deficiência será considerada vulnerável, devendo o poder público adotar medidas para sua proteção e segurança, é recomendado a inclusão dessa população de trabalhadores nas políticas flexíveis definidas pela organização.” ([Atualização, 24/03/2020](#))

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;
- 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).

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;

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 com diagnóstico confirmado de COVID-19 podem retornar do isolamento domiciliar após 72h da resolução da febre, desde que sem uso de antitérmicos, e a recuperação dos sintomas respiratórios, desde que tenha transcorrido no mínimo 7 dias desde o surgimento dos sintomas; [\(Atualização, 24/03/2020\)](#)
- 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 quarentena 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;
- Orientar que os trabalhadores com sintomas respiratórios leves não devem procurar os serviços de saúde, somente em caso de sintomas de maior gravidade;
- Comunicar ao serviço de medicina do trabalho ou equivalente sobre o surgimento de sintomas respiratórios;
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- Uso de máscaras é indicado somente para trabalhadores expostos a ambientes de alto risco (trabalhadores da área da saúde);
- 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.

Medidas para os serviços de medicina do trabalho:

- O Médico do trabalho Coordenador do PCMSO possui autonomia para definir os critérios de enquadramento dos trabalhadores no grupo vulnerável;
- Identificar a população em situação de vulnerabilidade e discutir medidas preventivas específicas para esse grupo, conforme o perfil epidemiológico da população atendida e do ramo de atividade econômica;
- É recomendável ao médico coordenador do PCMSO comunicar a listagem de trabalhadores que se enquadrem como população vulnerável, para que a organização defina a política adequada para estes casos, resguardando o sigilo médico individualmente;
- Priorizar atendimento a trabalhadores com sintomas respiratórios;
- Quando do atendimento a trabalhador com sintomas respiratórios ou diagnóstico confirmado de COVID-19, o médico do trabalho deve emitir atestado pelo período máximo 14 dias para todo o núcleo familiar residam no mesmo endereço desse trabalhador, mesmo que assintomáticos, conforme determinado pela Portaria N° 454 do Ministério da Saúde; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- O serviço de medicina do trabalho pode disponibilizar rastreamento ativo por telefone ou outros meios remotos de contato, desde que atendam os requisitos da Portaria N° 467 do Ministério da Saúde para a Telemedicina, para os casos de trabalhadores assintomáticos; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- O serviço de medicina do trabalho pode disponibilizar monitoramento clínico por telefone ou outros meios remotos de contato, desde que atendam os requisitos da Portaria N° 467 do Ministério da Saúde para a Telemedicina, para os casos de trabalhadores afastados em decorrência de sintomas respiratórios, objetivando a triagem de casos clínicos graves a serem encaminhados para hospitais; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- ~~▪ Avaliar o adiamento de atendimentos de exames ocupacionais de rotina como exames periódicos ou espaçar o intervalo de agendamento desses exames; ([Revogado](#))~~
- ~~▪ Adiar os exames ocupacionais de rotina como exames periódicos de trabalhadores classificados como em situação de vulnerabilidade; ([Revogado](#))~~
- ~~Avaliar o adiamento dos exames ocupacionais de rotina que incluam exames complementares obrigatórios pelo PCMSO, os quais foram suspensos por clínicas e ou laboratórios como medida de redução da contaminação; ([Revogado](#))~~

- Suspensão dos exames ocupacionais clínicos e complementares, exceto os demissionais, o qual poderá ser dispensado caso o exame médico ocupacional mais recente tenha sido realizado há menos de cento e oitenta dias, conforme Medida Provisória 927; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- O médico do trabalho coordenador do PCMSO deve avaliar a necessidade de realização dos exames ocupacionais conforme essa suspensão ofereça risco para a saúde do empregado, conforme Medida Provisória 927; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- Avaliar a realização do exame ocupacional de retorno ao trabalho, quando da cessação do benefício previdenciário, a fim de possibilitar ao trabalhador o retorno do contrato de trabalho e seus reflexos; ([Atualização, 24/03/2020](#))
- Os profissionais do SESMT devem lavar as mãos antes e depois de atender cada trabalhador;
- Definição do uso de EPIs conforme o risco do ambiente de trabalho;
- SESMT de serviços de saúde devem seguir procedimentos de proteção definidos pelo serviço próprio.

Referências

- 1 - Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19. <https://www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf>. Citado em: 14 de março de 2020.
- 2 - Centers of Disease Control and Prevention (CDC). Interim Guidance for Businesses and Employers. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>. Citado em: 14 de março de 2020.
- 3 - Centers of Disease Control and Prevention (CDC). Interim US Guidance for Risk Assessment and Public Health Management of Persons with Potential Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Exposures: Geographic Risk and Contacts of Laboratory-confirmed Cases. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/risk-assessment.html>. Citado em: 17 de março de 2020.
- 4 - World Health Organization (WHO). Getting your workplace ready for COVID-19. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/getting-workplace-ready-for-covid-19.pdf>. Citado em: 14 de março de 2020.
- 5 - Ministério da Saúde. Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus COVID-19. <https://portalquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/13/plano-contingencia-coronavirus-COVID19.pdf>. Citado em: 14 de março de 2020.
- 6 - COVID-19: guidance for the workplace. https://oshwiki.eu/wiki/COVID-19:_guidance_for_the_workplace#See. Citado em: 16 de março de 2020.
- 7 - Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia. <https://sbpt.org.br/portal/sbpt-coronavirus/>. Citado em: 17 de março de 2020.
- 8 - Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia. <https://sbpt.org.br/portal/wp-content/uploads/2020/03/asma-covid-19-sbpt.pdf>. Citado em: 23 de março de 2020.
- 9 - Secretaria de Saúde do Governo do Estado de São Paulo. <http://www.saude.sp.gov.br/ses/perfil/cidadao/homepage/destaques/perguntas-e-respostas-tire-suas-duvidas-sobre-o-novo-coronavirus>. Citado em: 17 de março de 2020.
- 10 - Ministério da Saúde. <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-454-de-20-de-marco-de-2020-249091587>. Citado em: 23 de março de 2020.
- 11 - Associação Nacional de Medicina do Trabalho (ANAMT). https://www.anamt.org.br/portal/wp-content/uploads/2020/03/RECOMENDACAO_4_ANAMT_2020_v1.pdf. Citada em: 23 de março de 2020.
- 12 - Centers of Disease Control and Prevention (CDC). Discontinuation of Home Isolation for Persons with COVID-19. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/disposition-in-home-patients.html>. Citado em: 23 de março de 2020.



Avenida Brigadeiro Luiz Antônio, 278 - 6º andar
01318-901 - São Paulo - SP - Brasil
Fone/Fax (11) 3107-7979
www.apmtsp.org.br

Responsáveis pela elaboração:

Dra. Flávia Almeida – Presidente da APMT

Dra. Daniele Maciel – Diretoria de Comunicação APMT

Dr. Alexander Buarque – Diretor de Ética APMT

Dr. Rodrigo Camargo – Diretoria de Ética APMT

Dra. Flávia Souza e Silva de Almeida
Presidente APMT

