



PREFEITURA DE SUZANO



Secretaria Municipal de Saúde

Boletim Informativo 20/2020 – SMS Suzano COMITÊ DE ENFRENTAMENTO AO NOVO CORONAVÍRUS

Considerando o cenário mundial, nacional e estadual e municipal no contexto da Pandemia da Covid-19, o Comitê de Enfrentamento ao Novo Coronavírus anuncia as seguintes orientações para os servidores públicos municipais.

ORIENTAÇÕES GERAIS AOS SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS NO CONTEXTO DA COVID-19

Diante da atual situação mundial de Pandemia da COVID-19, doença causada pelo novo coronavírus, objetivando a não propagação do vírus, seguem as recomendações conforme Notas Técnicas e manuais da ANVISA/Ministério da Saúde:

1.DEFINIÇÃO DE COVID-19

COVID-19 (sigla em inglês para “coronavirus disease 2019” - doença por coronavírus 2019, em português) é a doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, em Wuhan, na China. O quadro da doença em geral pode variar de leve a moderado, semelhante a uma gripe ou resfriado, mas em alguns casos pode ser mais grave, podendo levar à síndrome respiratória aguda grave e complicações e, em casos extremos, ao óbito.

Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada pela Organização Mundial da Saúde como uma pandemia.

2.SINTOMAS

Os sintomas são principalmente respiratórios, em geral: febre, tosse seca e cansaço. Algumas pessoas podem ter dores, congestão nasal, corrimento nasal, dor de garganta ou diarreia. Casos mais graves podem apresentar febre alta e dificuldade para respirar. A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial e algumas são assintomáticas. Vale salientar que uma em cada seis pessoas

com a COVID-19 fica gravemente doente e desenvolve dificuldade em respirar. Até o momento não há tratamento específico para a doença, mas sim dos seus sintomas, que podem aparecer entre 01 e 12 dias após a exposição ao vírus.

Quanto ao período de incubação, que é o tempo entre ser infectado pelo vírus e o início dos sintomas da doença, segundo a Organização Pan-Americana da Saúde – OPAS, as estimativas atuais variam de 01 a 14 dias, mais frequentemente ao redor de cinco dias.

3. TRANSMISSÃO

O vírus é transmitido pelo contato próximo com pessoas infectadas (como toque ou aperto de mão) ou por meio de tosse, espirro, catarro e gotículas de saliva de pessoas infectadas. Também pode ser transmitido ao tocar objetos ou superfícies contaminadas, seguido do toque à boca, nariz ou olhos. Pessoas infectadas podem transmitir o coronavírus mesmo assintomáticas, por isso a importância do distanciamento social.

Não se sabe ainda ao certo quanto tempo o vírus que causa a COVID-19 sobrevive em superfícies. De acordo com a OPAS, uma série de estudos aponta que os coronavírus (incluindo informações preliminares sobre o vírus que causa COVID-19) podem persistir nas superfícies por algumas horas ou até vários dias, de acordo com diferentes condições (tipo de superfície, temperatura, umidade do ambiente, etc.). Por isso, a importância também dos processos de limpeza e desinfecção de objetos e superfícies.

4. COMPORTAMENTO SOCIAL

Em tempos de Pandemia, é importante a utilização correta dos conceitos atuais relacionados ao comportamento social diante da COVID-19 de acordo com o Ministério da Saúde.

DISTANCIAMENTO SOCIAL: É uma medida geral determinada por Estados, Municípios e União, que tem por objetivo resguardar a circulação das pessoas em ambientes públicos e privados (escolas, comércio, templos religiosos, etc.), para que as pessoas permaneçam em casa.

QUARENTENA: Conceito utilizado, neste momento, para a pessoa que teve contato com pacientes com diagnóstico positivo para a COVID-19 por 14 dias com intuito de avaliar surgimento de sintomas.

ISOLAMENTO DOMICILIAR: Recomendado para os casos suspeitos ou confirmados para a COVID-19, de maneira a evitar a propagação da infecção e transmissão local. A medida só poder ser determinada por prescrição médica ou por recomendação do agente da vigilância epidemiológica, por um prazo de 14 dias.

5. PREVENÇÃO

Mesmo diante da pandemia e com medidas de Distanciamento Social adotadas, é preciso manter o funcionamento dos serviços públicos que são fundamentais à população. Mas, é imprescindível para a proteção de todos neste contexto, o acesso à informação e a manutenção do autocuidado adequado.

5.1. ORIENTAÇÕES GERAIS

- Lavar com frequência as mãos até a altura dos punhos, preferencialmente, com água e sabão, ou higienizar com álcool em gel 70%.
- Praticar a etiqueta respiratória: ao tossir ou espirrar, cobrir nariz e boca preferencialmente com lenço descartável ou, na impossibilidade, com o braço, e não com as mãos.
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas, e ao tocar, lavar sempre as mãos como já indicado.
- Manter uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- Evitar abraços, beijos e apertos de mãos. Adotar um comportamento amigável sem contato físico.
- Higienizar com frequência o celular.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Manter os ambientes limpos e bem ventilados.
- Evitar circulação desnecessária nas ruas, estádios, teatros, shoppings, shows, cinemas e igrejas. Se puder, fique em casa.
- Se estiver doente, evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e ficar em casa até melhorar, utilizar máscaras.
- Dormir bem e ter uma alimentação saudável.
- Utilizar máscaras de tecido em situações inevitáveis de saída da residência.

5.2. CUIDADOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

- Manter os ambientes de trabalho arejados por **ventilação natural**, com portas e janelas abertas. Nos ambientes onde a ventilação e climatização (ar-condicionado e afins) são exclusivamente através de sistemas artificiais, realizar a adequada manutenção e limpeza dos sistemas com empresas especializadas, segundo normativa federal nº 13589/2018, que trata do Plano de Manutenção, Operação e Controle – PMOC.
- Reorganizar os processos de trabalho, proporcionando o distanciamento social recomendado, com distância mínima de 1 metro entre as pessoas.
- Recomenda-se que os profissionais evitem adentrar em outros setores/salas, realizando os contatos de trabalho preferencialmente via telefone.
- Disponibilizar locais adequados para a lavagem de mãos com água corrente, sabão e papel toalha, além de fornecer, como alternativa complementar, solução de higienização de mãos a base de álcool em gel 70%.
- Orientar a retirada de adornos como pulseiras e anéis para a higienização das mãos, seja com água e sabão ou solução de álcool em gel 70%.
- Não compartilhar objetos pessoais de trabalho, tais como fone de ouvido, headsets, celulares, canetas, lápis, copos, vasilhas e outros objetos.
- Estimular o uso de recipientes individuais para o consumo de água, evitando o contato direto da boca com as torneiras dos bebedouros. Não se recomenda a utilização de bebedouros do tipo “pressão”.
- No local/ambiente de trabalho, garantir a limpeza e reforçar a higienização do piso e das superfícies como mesas, cadeiras, mobiliário, maçanetas, dispenser de senhas, telefones fixos, botões de impressoras, teclados e afins, utilizando álcool 70% prioritariamente e hipoclorito a 1% quando pertinente, pois em alguns casos, o hipoclorito poderá comprometer a superfície (manchas e afins).
- Utilizar álcool gel e ou lavagem das mãos sempre que tocar outra pessoa ou utilizar algum objeto compartilhado.
- Adotar as orientações da Etiqueta Respiratória.
- Orientar ao público atendido medidas de distanciamento.
- Utilizar máscara como medida complementar de prevenção ao novo coronavírus.

5.3 CUIDADOS COM O TRANSPORTE DE PESSOAS

Diante da atual situação mundial de pandemia da COVID-19, doença causada pelo novo coronavírus, objetivando a não propagação do vírus, seguem as recomendações para o transporte de pessoas.

- Manter as janelas do veículo abertas, mantendo a ventilação natural. Não é recomendado o uso do ar-condicionado.
- Manter a etiqueta respiratória.
- Utilizar máscara, tanto motorista quanto passageiros.
- Disponibilizar álcool gel para a higienização das mãos.
- Manter o assento do meio da parte traseira livre.

Para os veículos:

- Limpar e desinfetar as superfícies internas do veículo após a realização do transporte.
- A desinfecção poderá ser feita com álcool a 70%, hipoclorito de sódio (0,5% a 1%) utilizando pano multiuso descartável.
- Borrifar álcool líquido a 70% no interior do automóvel, no início e término de cada viagem.
- Higienizar as maçanetas, dispositivos de abertura e fechamento dos vidros, apoio de braço, painel e direção, bancos, etc., com fricção manual com álcool líquido 70% ao término de cada viagem.

5.4 DISPOSITIVOS PARA MEDIDAS DE PREVENÇÃO CONSIDERANDO O CENÁRIO ATUAL DA COVID 19

Consolidado e grande aliado na prevenção e proteção de acidentes de trabalho e exposição de doenças, os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) vêm reduzindo ameaças ou riscos para o/a servidor/a em nos sítios (áreas/setores) de trabalho. No âmbito da prevenção à COVID-19, a utilização e conservação correta dos EPIs são fatores primordiais para sua eficiência, e o seu uso racional é relevante para evitar condutas inadequadas e permissivas que possam gerar falsa sensação de segurança podendo levar a negligenciar outras medidas como as práticas de higienização das mãos e etiqueta respiratória.

Diante do contexto atual da pandemia, o Ministério da Saúde referenda que as máscaras cirúrgicas e respiradores PFF2/N95 são suprimentos essenciais que devem continuar reservados para os profissionais de saúde e outros socorristas. FONTE: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1scaras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7>

A gestão dos dispositivos de proteção tem sido orientada pelo Ministério da Saúde que recomenda o uso de máscara de tecido como medida de prevenção complementar no controle à COVID 19.

Considerando os sítios de trabalho na Prefeitura de Suzano, seguem recomendações gerais de dispositivos para os seguintes níveis de exposição; Serviço Interno e Atendimento ao Público, complementando as orientações como medidas de prevenção de exposição ao novo coronavírus. Vale ressaltar que em caso de normativa/legislação específica dos sítios de trabalho, os servidores deverão seguir as orientações preconizadas.

Serviço Interno

Recomenda-se o uso de máscaras em todo período de serviço.

Atendimento ao Público

Recomenda-se o uso de máscaras em todo período de serviço, para servidor e atendido.

Atendimento ao Público com Contato Físico

O atendimento ao público que impossibilite a recomendação de distanciamento e exija o contato físico, inevitável, para execução do processo de trabalho deverá seguir normas específicas determinadas por legislação, caso não houver, será importante a integração intersetorial com a Secretaria Municipal de Saúde, por meio da Vigilância em Saúde e do Comitê de Enfrentamento a COVID-19 na construção de medidas preventivas, respeitando cada especificidade.

Recomendações para o uso de máscaras de tecidos.

Como cuidar e utilizar a máscara de tecido

- A máscara é de uso individual. Não pode ser compartilhada em nenhuma condição.
- Deve ser produzida com pelo menos duas camadas de pano, ou seja, dupla face com elásticos ou tiras para amarrar acima das orelhas e abaixo da nuca. Desse jeito, o pano estará sempre protegendo a boca e o nariz e não restarão espaços no rosto.
- Usar a máscara sempre que precisar sair de casa com pelo menos uma reserva e leve uma sacola para guardar a máscara suja, quando precisar trocar.
- Manter o conforto e espaço para a respiração.
- Evitar uso de batom ou outra maquiagem ou base durante o uso da máscara.
- Não utilizar a máscara por longo tempo, realizando a troca quando apresentar umidade, sujeira aparente, danificada ou se houver dificuldade para respirar.
- Durante o uso da máscara, evitar tocá-la e realizar ajustes somente quando necessário.
- Remover a máscara pegando pelo elástico ou laço da parte traseira, evitando de tocar na parte da frente.
- No retorno, em casa, lavar as máscaras usadas com água sanitária. Fazer a imersão da máscara em recipiente com água potável e água sanitária por 20 a 30 minutos. Para preparar uma solução de água sanitária (2,5%) com água, por exemplo, diluir 2 colheres de sopa de água sanitária em 1 litro de água.
- A máscara deve estar seca para sua reutilização. Após secagem passar com o ferro quente e acondicionar em saco plástico.
- Descartar a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração ou funcionalidade comprometida.

5.4. APOIO PSICOLÓGICO PARA SERVIDORES DE SUZANO NA ATUAL PANDEMIA POR COVID-19

Diante dos possíveis efeitos psíquicos aos profissionais em contato diário com os atendimentos e consequências da atual pandemia por COVID-19, a RAPS oferta Plantão Psicológico para os servidores municipais.

A oferta deste serviço é voltada para servidores com todos os tipos de vínculo: estatutários, celetistas, terceirizados e comissionados.

Esse atendimento ocorrerá por telefone seguindo as recomendações dos órgãos oficiais, e se necessário, presencialmente.

Vale ressaltar que este projeto não visa estabelecer processo psicoterapêutico, mas ofertar suporte pontual para momento de estresse e sofrimento agudo.

- Profissionais com sintomas gripais utilizarão apenas o canal de atendimento telefônico.
- **Telefone: 98284-1128 (TIM)**
- **Horário: das 8h às 16h - de segunda a sexta feira, exceto feriados.**

6. ORIENTAÇÕES DIANTE DE SINTOMAS GRIPAIS

- Ao apresentar sintomas gripais, é importante observar os sintomas por 48 horas, evitando o contato físico (em especial com pessoas que apresentem doenças crônicas). Com a persistência dos sintomas, procurar a Unidade Básica de Saúde próxima da residência, para avaliação e conduta médica.
- Em caso de diagnóstico positivo para COVID-19, siga as seguintes recomendações:
 - Ficar em isolamento domiciliar.
 - Utilizar máscara o tempo todo.
 - Se for preciso cozinhar usar máscara de proteção, cobrindo boca e nariz todo o tempo.
 - Depois de usar o banheiro, nunca deixar de lavar as mãos com água e sabão e sempre limpar vaso, preferencialmente imediatamente após o uso, pia e demais superfícies com álcool ou água sanitária para desinfecção do ambiente.
 - Separar, o uso e higienização (pias, tanques e máquinas de lavar/secar), toalhas de banho, garfos, facas, colheres, copos e outros objetos de uso pessoal, é recomendado o uso de luvas para os processos de higienização.

- Considerando as medidas de prevenção para os familiares e coletores de lixo. O lixo e resíduos produzidos pela pessoa infectada - Covid, deverão ser separados e descartados em embalagem dupla sendo a interior de material resistente e escrito na embalagem exterior **INFECTANTE COVID-19**, podendo ser dispensado no abrigo de lixo comum depois de devidamente identificado. O volume no interior das embalagens não deve ultrapassar 2/3 (um pouco mais da metade) e deverão ser manuseadas de forma a não tocar o conteúdo por dentro.
- Sofás e cadeiras também não podem ser compartilhados e precisam ser limpos frequentemente com água sanitária ou álcool 70%.
- Manter a janela aberta para circulação de ar do ambiente usado para isolamento e a porta fechada, limpe a maçaneta frequentemente com álcool 70% ou água sanitária. No caso da residência com mais pessoas, os demais moradores devem dormir em outro cômodo, longe da pessoa infectada, seguindo também as seguintes recomendações:
 - Manter a distância mínima de 1 metro dos demais moradores.
 - Limpar os móveis da casa frequentemente com água sanitária ou álcool 70%.
 - Se uma pessoa da casa tiver diagnóstico positivo, todos os moradores ficam em quarentena por 14 dias também.
 - Caso outro familiar da casa também inicie os sintomas leves, é preciso reiniciar a quarentena de 14 dias. Se os sintomas forem graves, como dificuldade para respirar, deve procurar orientação médica.
- **Obs. Até o presente momento, o Ministério da Saúde preconiza que os testes para a detecção do Coronavírus devem ser realizados somente em pacientes internados e nos profissionais de saúde sintomáticos.**
- O município de Suzano oferece um serviço de **TELEMEDICINA**, com atendimento por vídeo-chamada que conecta o paciente que apresenta sintomas do novo coronavírus (Covid-19) com um médico. Este serviço vai realizar ainda um acompanhamento dos munícipes que estiverem com os sintomas a fim de que seja monitorado o quadro clínico

Telefone: 0800 484 8001

Horário: das 8h às 16h - de segunda a sexta feira, exceto feriados.

Os serviços/categorias possuem especificidades/normativas características do processo de trabalho, é importante ações intersetoriais colaborativas e sinérgicas na construção de medidas preventivas e de enfrentamento a COVID 19.

A Secretaria Municipal de Saúde, por meio da Diretoria de Vigilância em Saúde e do Comitê de Enfrentamento a COVID-19, receberá demandas dos serviços através de seus gestores para orientações às equipes das Secretarias por meio do e-mail sms.gabinete@suzano.sp.gov.br.