



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

COVID-19

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS

WWW.AISET.PT



1. Objetivo

O presente manual descreve os procedimentos a desenvolver pelas empresas face à atual pandemia tendo em conta as recomendações da DGS, do ACT e de planos de Contingência já desenvolvidos por alguns Associados da Aiset. Este documento pretende ser apenas orientador de procedimentos a adotar pelas empresas e ainda procedimentos preventivos e reativos perante caso de suspeita de infeção por Covid-19 em qualquer colaborador cuja sintomatologia se inicie no local de trabalho.

O empregador é responsável por organizar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho e de acordo com o “*Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho*”, é sua obrigação assegurar aos seus colaboradores condições de segurança e de saúde, de forma continuada e permanente.



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

2. Retorno à atividade

Dando cumprimento às orientações, o retorno à atividade deve ser realizado de modo faseado tendo em conta as seguintes medidas:

a. Planificação de horário de trabalho/funcionamento tendo em conta os trabalhadores que devem ou podem ficar em regime de teletrabalho (total ou parcial) e procurar o desfasamento de horários dos colaboradores. A opção passa também pelo trabalho de equipas em espelho;

b. Planificação da melhoria da ventilação e de limpeza dos locais de trabalho.

As Rotinas de desinfeção devem ser reforçadas em:

- WCs;
- Secretárias / planos de trabalho;
- Corrimãos;
- Telefones;
- Maçanetas / puxadores / barras antipânico de portas;
- Teclados/écrans de computadores, fotocopiadoras e impressoras;
- Torneiras;
- Autoclismos;
- Interruptores;
- Vidros portas;
- Puxadores de gavetas e armários;
- Mesas, cadeiras e bancadas de copas;
- Braços das cadeiras;
- Dispensadores de água, aparelhos micro-ondas, frigoríficos, máquinas café, outros eletrodomésticos.

c. Planificação do trabalho no sentido de reduzir os contactos entre trabalhadores e entre trabalhadores e clientes/fornecedores.



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

- d. O empregador deve assegurar, sempre que necessário e possível, a alteração da disposição dos postos de trabalho de maneira a assegurar a redução do contacto pessoal e o necessário distanciamento físico. Nos casos em que não seja possível a distância recomendada entre trabalhadores, sugere-se que seja criada uma barreira física utilizando, por exemplo, divisórias; A promoção de métodos de organização e distribuição de tarefas permite identificar, com maior facilidade, as situações de contacto próximo e tomar medidas de isolamento mais assertivas;
- e. **Disponibilização de Soluções Antissépticas de Base Alcoólica em locais estratégicos:**
- o área de acesso das fábricas /estaleiros/escritórios;
 - o próximo dos postos de trabalho;
 - o área de isolamento;
 - o registo biométrico /controlo de ponto/controlo de acessos;
 - o instalações sanitárias;
 - o cantinas/copas.
- f. **Planeamento da utilização de meios de acesso comuns** (como escadas, portas e elevadores, vestiários e instalações sanitárias). A utilização dos meios de acesso comuns deve ser adaptada para garantir a distância segura, nomeadamente através de marcação no pavimento ou com informação visível;
- g. **Limitação da capacidade máxima dos espaços coletivos** nomeadamente cantinas e copas tendo em conta as regras de distanciamento físico, dispondo mesas e cadeiras com distância de segurança e, se necessário, alargando o horário e regulando o funcionamento;
- h. **Determinação de uso preferencial de escadas em detrimento do uso de elevadores.** Em caso de utilização de elevador, é de considerar transportar pessoas sozinhas;



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

- i. **Determinação de trajetos alternativos para a circulação dos trabalhadores** de forma a cruzarem-se o menos possível;
- j. **Redução das reuniões presenciais** ao mínimo necessário, sobretudo com entidades parceiras ou mesmo nas instalações dos parceiros;
- k. **Os empregadores devem assegurar que os trabalhadores têm acesso aos equipamentos de Proteção Individuais** adequados aos riscos profissionais e às funções que desempenham. As instruções sobre a utilização de máscaras, luvas e outros, devem, sempre que aplicáveis, estar acessíveis a todos;
- l. **A medição de temperatura corporal de trabalhadores, quando realizada, deve respeitar as indicações legais e deve ser feito uso de equipamentos de infravermelhos para impedir o contacto cutâneo;**
- m. **TODOS os colaboradores devem ser informados das medidas de prevenção que a empresa está a implementar/implementou** no âmbito da COVID-19. Deverão ser transmitidas as principais medidas coletivas, de âmbito organizacional e funcional da empresa/fábrica/estaleiro, assim como as medidas individuais:
 - o Sobre objetos que não devem ser partilhados, como telemóveis, auscultadores/auriculares, teclados, canetas, material de escritório ou outros;
 - o Sobre os perigos da partilha de bebidas ou alimentos embalados cujo exterior seja manipulado com as mãos;
 - o Sobre o perigo da partilhadas de loiças e utensílios de cozinha/copa ou outros itens;



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

- o Em caso de necessidade de partilha, sobretudo de algumas ferramentas de trabalho, estas deverão ser desinfetadas antes e depois da utilização;
- o A necessidade de evitar apertos de mão ou qualquer tipo de cumprimento com recurso ao toque.



3. Planificação de Transporte e Logística:

- a. Os veículos de transporte de pessoal devem ser higienizados **frequentemente** assim como os veículos de transporte coletivo fornecidos pelas empresas;
- b. As **Viagens de trabalho devem ser reduzidas apenas ao essencial** para o desempenho da atividade, e a lotação dos veículos deve ser reduzida ao máximo; quando os veículos forem utilizados por mais do que uma pessoa, deve ser observado o distanciamento possível e é de considerar a utilização de máscara pelos ocupantes;
- c. **Nas Viagens em transporte coletivo** é de garantir a redução dos lugares disponíveis, por viatura, para assegurar um maior distanciamento (1/3 da lotação).



4. Entrada das empresas/fábricas/estaleiros:

- a. Sempre que possível, a entrada e saída de trabalhadores e/ou fornecedores externos ao serviço, deve ser registada;
- b. O sistema de ponto por leitura biométrica e outros sistemas que requerem toque manual devem ser desativados;
- c. As entregas de materiais devem passar a ser planeadas e monitorizadas cumprindo protocolos de entrega e rastreio (identificando o condutor, a empresa e as pessoas com quem houve contacto).



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

5. Casos suspeitos de Covid 19

- o No caso de sintomas como: quadro respiratório agudo/ tosse/ febre ($\geq 38.0^{\circ}\text{C}$), o colaborador deve ser imediatamente acompanhado em conformidade com o Plano de Contingência interno;
- o O Plano de contingência Interno deve prever uma área de isolamento, para que colaboradores em situação de suspeita, tenham um local onde ficar;
- o Os colaboradores que acompanha(m) ou presta(m) assistência ao colaborador com sintomas, devem utilizar uma máscara e luvas descartáveis;
- o Deve ser colocada uma máscara cirúrgica na pessoa com sintomas até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais;
- o A Empresa informa os Serviços Saúde do Trabalho;
- o Os casos suspeitos devem ser comunicados ao SNS 24;
- o A Empresa informa os restantes colaboradores da existência de um caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais;
- o Deve ser definido o circuito/caminho preferencial a adotar para a área de isolamento.



6. Características da área de Isolamento:

- Ventilação natural ou ventilação mecânica;
- Revestimentos laváveis (não deve possuir tapetes, alcatifa);
- Telefone;
- Cadeira ou marquesa;
- balde do lixo com abertura não manual e saco de plástico;
- Solução antisséptica;
- Máscara cirúrgica;
- Luvas descartáveis;
- Termómetro;
- Garrafa de água;
- Existência próxima de instalação sanitária com doseador de sabão e toalhetes de papel, para utilização exclusiva do colaborador com sintomas/caso suspeito.



aiset

associação da indústria da
península de setúbal

WWW.AISET.PT