

ANEXO ÚNICO - Manual

RETOMADA RESPONSÁVEL AO TRABALHO PRESENCIAL - 2021

Com o arrefecimento da pandemia da Covid-19, estaremos, em 02/08/2021, dando início à primeira etapa do retorno seguro, gradual e controlado ao trabalho presencial no TRE/SE.

As medidas com vistas à prevenção de contágio da Covid-19 foram planejadas para que todos se sintam seguros no ambiente laboral.

Convidamos a lerem com atenção o Manual da Saúde - Retomada Responsável, que foi produzido com todo o cuidado, contendo as diretrizes sanitárias básicas para o retorno.

Equipe SEASA/COASA/SGP

Manual de Retomada Responsável às Atividades Presenciais

A Seção de Saúde está, desde o início da pandemia, atenta a todas as informações divulgadas pelos órgãos oficiais, bem como acompanhando as publicações realizadas por associações e sociedades médicas reconhecidas, a fim de se manter atualizada através de fontes seguras e confiáveis e aplicar estas informações para a implementação de um ambiente de trabalho mais saudável.

Este manual foi elaborado para descrever as medidas preventivas que devem ser adotadas para que o retorno às atividades presenciais seja o mais seguro possível para todos, com máxima redução do risco de contágio da Covid-19.

Deve ser lido com atenção, cabendo lembrar que a responsabilidade por manter o ambiente saudável é de todos nós. Faça sua parte e se sinta seguro e acolhido!

Os contatos da Seção de Saúde estão à sua disposição sempre que tiver qualquer dúvida.

Telefone: (79) 3209-8884

E-mail: seasa@tre-se.jus.br

SEASA/COASA/SGP

Medidas básicas de prevenção à COVID-19:

- Distanciamento físico entre as pessoas;
- Uso obrigatório de máscaras;
- Circulação de ar nos ambientes;
- Higiene das mãos (por lavagem ou fricção com álcool 70%);
- Não compartilhamento de objetos pessoais.

Orientações sobre as medidas básicas de prevenção:

Distanciamento físico entre as pessoas

É necessário que se obedeça a uma distância segura de 1,5 (mínima) a 2 metros (ideal) entre os indivíduos. Esse distanciamento deverá ser mantido entre as estações de trabalho, em reuniões e entre as pessoas, mesmo enquanto estiverem em pé ou circulando pelos ambientes.

Qualquer contato físico, seja entre colegas ou no atendimento ao público, representa risco de contágio. Por isto, não cumprimente as pessoas com apertos de mão, abraços ou beijos.

É importante também evitar receber pessoas alheias ao trabalho no Tribunal durante a pandemia, como familiares ou outros contatos pessoais.

Uso obrigatório, contínuo e correto de máscaras

Máscaras são essenciais para conter a transmissão da COVID-19, que se dá por meio de gotículas lançadas de uma pessoa a outra, pela fala, tosse ou espirro.

O TRE/SE providenciou máscaras de tecido para todos(as) os(as) servidores(as), as quais devem ser utilizadas de forma contínua durante o expediente presencial.

Não retire a máscara em sua sala de trabalho sob nenhuma hipótese, nem mesmo para ingerir alimentos ou bebidas! Utilize a copa para esta finalidade e sem acompanhante!

Siga as orientações sobre o uso correto de máscaras:

- A máscara é de uso estritamente pessoal, não devendo ser compartilhada em hipótese alguma;
- Tenha sempre máscaras limpas de reserva consigo;
- A máscara deve cobrir totalmente a boca e o nariz e deve ficar bem ajustada ao rosto, sem deixar espaços nas laterais;
- Evite tocar na máscara durante seu uso (se precisar ajustar, faça-o somente pelas laterais e com as mãos lavadas);
- Não deixe a máscara apoiada sobre o queixo ou testa;
- A substituição das máscaras deverá ser feita a cada 3 horas ou sempre que ficar úmida ou apresentar sujidade;

- Para trocar a máscara: lave as mãos, retire a máscara usada pelo elástico e acondicione-a em um saco plástico. Lave as mãos novamente antes de colocar a máscara limpa. Evite tocar a superfície externa da máscara e considere-a sempre contaminada.

Circulação de ar nos ambientes

Por muito tempo, a limpeza das superfícies e objetos era vista como uma das principais maneiras de evitar a disseminação do coronavírus. Sabe-se hoje, no entanto, que embora as superfícies possam ser meios de transmissão, a principal via de contágio é o ar. Seja através de gotículas maiores ou em forma de aerossóis, o coronavírus se transmite de uma pessoa a outra pelo ar por contato próximo, especialmente quando não há barreiras de proteção, como máscaras e distanciamento físico.

Por isso, faz-se essencial a máxima circulação de ar natural nos ambientes. Mantenha uma abertura nas janelas e também nas portas internas sempre que possível, a fim de garantir a circulação cruzada de ar.

Evite o uso de ar-condicionado, mas caso seja realmente necessário, deixe uma pequena abertura na janela durante o uso desse aparelho. O modo ventilação nos aparelhos de ar-condicionado não é válido para fins de diminuição do risco de contágio da COVID-19.

Higienização das mãos

Recomendamos que seja realizada a higienização das mãos ao chegar para o trabalho, em intervalos regulares durante o expediente (sugere-se a cada 2 horas), sempre que mudar de ambiente ou estação de trabalho, manipular documentos, manusear as máscaras de tecido ou os EPIs e a cada atendimento ao público externo.

- Lavagem das mãos: Deve ser sempre o método preferencial. Esta higienização deve ser realizada com sabonete líquido e água corrente e utilizando papel toalha para a secagem. Os banheiros estão providos de cartazes explicativos sobre como lavar as mãos corretamente.
- Uso de álcool gel a 70%: Deve ser utilizado sempre que não for possível realizar a lavagem das mãos. O Tribunal disponibiliza álcool gel 70% para a higiene das mãos. É importante utilizar o álcool gel de forma correta para que tenha efetividade; portanto, foram afixados cartazes em vários locais com instruções.

Não compartilhamento de objetos pessoais:

Evitar compartilhamento de quaisquer objetos de uso pessoal (celular, computadores, canetas, telefones, etc)

Orientações para ambientes e situações específicas:

Elevadores

Restringir o uso dos elevadores para 30% de sua capacidade.

Auditório para Sessões do Pleno

Conforme protocolo definido

Serviço de transporte (motoristas)

Deve ser mantida a ventilação natural dentro dos veículos através de abertura nas janelas.

Quando for necessária a utilização do sistema de ar-condicionado, deve-se evitar o modo recirculação do ar.

Procurar respeitar a ocupação máxima de 2 passageiros no veículo.

Deve ser realizada pelo motorista a higienização/desinfecção interna das superfícies do interior do veículo que são mais frequentemente tocadas pelas pessoas com álcool líquido 70%. Mas este produto não deve ser armazenado no veículo, devido ao risco de combustão.

Copas

A utilização das copas deverá ser individual, ou seja, uma pessoa por vez.

Não compartilhe copos, pratos, talheres ou panos. Esses utensílios devem, preferencialmente, serem trazidos de casa por cada pessoa para seu uso.

Higienize as mãos, lavando-as com água e sabonete líquido ou com álcool gel 70% antes de tocar em qualquer utensílio.

Friccione álcool 70% líquido com ajuda de um papel toalha nas superfícies que for usar, antes e depois do uso.

Atendimentos presenciais na Seção de Saúde pelo serviço médico

Conforme protocolo definido.

Orientações para desinfecção de equipamentos

Ponto biométrico: Não utilize álcool gel nas mãos antes de utilizar o ponto biométrico, pois este prejudica a leitura da digital. Contudo, utilize o álcool gel para higienizar as mãos após tocar na máquina de ponto biométrico.

Bebedouros de água mineral

- Antes de utilizar o bebedouro, higienize suas mãos com álcool gel 70%.

- Não deixe que seu copo ou garrafa encoste no bebedouro.
- Não reabasteça de água seu copo ou garrafa sem higienizá-lo antes, lavando abundantemente com água e detergente.

Estação de trabalho

Quando necessário, e especialmente quando a estação de trabalho estiver sendo compartilhada com outro colega, realize a desinfecção da mesma com toalha de papel e álcool líquido 70%. Não utilize álcool etílico no monitor, pois poderá ser danificado.

Uso de “*face shield*” para determinadas atividades

O uso de face-shield é facultado aos(às) servidores(às) ou colaboradores(as) durante o atendimento ao público externo, durante a execução de serviço externo e aos(às) servidores(as) que atuam na recepção da Seção de Saúde.

Os face-shields são de uso individual e não devem ser compartilhados.

Como são reutilizáveis, devem sofrer processo de limpeza com água e sabão após cada uso.

Protocolo para servidor(a) com sintomas ou teste positivo para COVID-19

Quais os sintomas da COVID-19?

Estima-se que 20% dos casos de COVID-19 sejam assintomáticos. Nos casos sintomáticos, os sintomas associados à doença são muito variados e incluem:

- Cansaço ou fadiga
- Conjuntivite
- Coriza
- Calafrios
- Dor de garganta
- Dor de cabeça
- Diarreia e outros sintomas gastrointestinais
- Diminuição ou ausência de olfato e/ou paladar
- Dores musculares e dores no corpo, especialmente nos membros inferiores
- Lesões cutâneas
- Falta de ar
- Febre
- Tosse
- Mal-estar

As manifestações iniciais podem ser mais silenciosas, sendo infrequente a presença de febre, tosse, perda de olfato e paladar nos primeiros dias de doença.

O que fazer em caso de sintomas ou teste positivo para COVID-19?

Se estiver em trabalho presencial:

- Ao perceber sintomas da COVID-19 ou receber um resultado de teste positivo, não vá para seu local de trabalho! Se estiver no ambiente de trabalho presencial e apresentar sintomas, retorne imediatamente para casa e comunique à chefia e ao serviço de saúde.

Você será colocado em regime de trabalho remoto, caso tenha condições de saúde e sua atividade permitir. Para isto, a SEASA emitirá uma informação pelo SEI à Coordenadoria de Pessoal para ajustes no ponto.

Se você não estiver em condições de saúde para trabalhar remotamente ou sua atividade não permitir, deve solicitar a concessão de licença, anexando o atestado médico.

- Comunique à Seção de Saúde, pelo e-mail seasa@tre-se.jus.br ou através de processo gerado no SEI, que poderá ser em caráter sigiloso. Tanto a suspeita de COVID-19 como sua confirmação devem ser comunicadas, encaminhando o exame realizado.
- Permaneça em isolamento domiciliar até o resultado do exame para diagnóstico de COVID-19.

- *Se o resultado do exame para COVID-19 for negativo e estiver assintomático há pelo menos 24 horas, retorne às atividades presenciais.*
- *Se o resultado for positivo, permaneça em isolamento domiciliar pelo prazo de 10 dias a partir da data da coleta do teste ou pelo prazo estipulado pelo médico no atestado e só retorne às atividades presenciais após terem se passado pelo menos 24 horas do prazo acima explicitado sem febre, sem uso de antitérmicos e com melhora clínica.*
- *Em caso de dúvidas, entrar em contato com o serviço médico antes do retorno às atividades presenciais.*

Se você estiver em trabalho remoto:

- Continue seu trabalho remoto, caso tenha condições de saúde. Somente participe de alguma atividade presencial após passar o prazo indicado e se não apresentar mais qualquer sintoma.

Se você não estiver em condições de saúde para o trabalho remoto, deve solicitar a concessão de licença saúde, anexando o atestado médico.

- Permaneça em isolamento domiciliar até o resultado do exame para diagnóstico de COVID-19.

Qual o risco de pegar COVID-19 de um colega de trabalho presencial?

Consideram-se as seguintes situações como alto risco de contágio por pessoa confirmada para Covid-19:

- COVID pessoa que teve contato direto desprotegido com secreções infecciosas (por exemplo, tosse, espirro, etc);
- Uma pessoa que teve contato frente a frente, sem máscara, por 15 minutos ou mais e a uma distância inferior a 2 metros;
- Uma pessoa que esteve em um ambiente fechado, sem máscara (por exemplo, sala de reunião ou sala de trabalho), por 15 minutos ou mais e a uma distância inferior a 2 metros.

Se nenhuma das situações citadas ocorrer e se as medidas de prevenção já amplamente divulgadas (uso de máscaras, higiene frequente das mãos, distanciamento físico e circulação de ar nos ambientes forem respeitadas), o risco de contágio entre colegas é bastante reduzido.

O ambiente de trabalho do indivíduo com suspeita ou confirmação de COVID-19, assim como locais utilizados pela pessoa, tais como banheiro, copa e outros deverá passar por processo de limpeza, seguido por desinfecção de superfícies com álcool 70% líquido e arejamento dos ambientes, preferencialmente com circulação cruzada de ar.

Qual o risco de pegar COVID-19 de uma pessoa que reside junto comigo?

De acordo com estudos, o risco de contágio no ambiente doméstico é muito alto. Isto ocorre porque em casa as pessoas não usam máscara, não há distanciamento e as refeições são realizadas com as pessoas bem próximas.

Por isso, se alguém que reside com você apresentar sintomas ou testar positivo para COVID-19, deverá se afastar do ambiente de trabalho presencial, mesmo sem sintomas.

- Comunique a sua chefia e ao serviço de saúde e entre em trabalho remoto. Para isso, a Coordenadoria de Pessoal deve ser comunicada de processo gerado no SEI. Qualquer afastamento sem atestado tem que ser comunicado.
- Permaneça em isolamento domiciliar e trabalho remoto até sair o resultado do teste de COVID-19 da pessoa que está com sintomas.
*Sendo negativo, você pode retornar ao trabalho presencial.
Se for positivo e você permanecer sem sintomas, aguarde 10 dias da data de coleta do teste da pessoa para retornar ao trabalho presencial.*

Sobre o Atendimento Odontológico

O atendimento odontológico ficará restrito aos procedimentos de emergência e de urgência e aos de dentística restauradora. Visando a minimizar a utilização de aparelhos que gerem aerossóis como jato de bicarbonato e ultrassom, ficam suspensos os procedimentos de profilaxia.

De acordo com a classificação de procedimentos odontológicos estabelecidos pela Nota Técnica GVIMS/GGTES/ANVISA nº 04/2020 e pelo Conselho Federal de Odontologia, conforme descrito no Anexo IV, quadro 1 - Classificação de Procedimentos Odontológicos:

EMERGÊNCIA (potencializam o risco de morte)	URGÊNCIA (prioridade para o atendimento, mas não potencializam o risco de morte)
<ul style="list-style-type: none">• Sangramentos não controlados• Celulites ou infecções bacterianas difusas com aumento de volume (edema) de localização intra-oral ou extra-oral e potencial risco de comprometimento da via aérea do paciente• Traumatismo envolvendo os ossos da face com potencial comprometimento da via aérea do paciente	<ul style="list-style-type: none">• Dor odontogênica aguda (Pulpite)• Pericoronarite• Alveolite• Abscessos dentários ou periodontais• Fratura dentária que resulta em dor ou trauma de tecidos moles bucais• Necessidade de tratamento odontológico prévio a procedimento médico crítico• Cimentação de coroas ou próteses fixas• Biópsias• Ajustes de órteses e próteses que estejam causando dor, comprometendo a função mastigatória• Finalização de tratamento ou troca de medicação intracanal• Remoção de lesões de cárie extensas ou restaurações que estejam causando dor• Tratamento de necroses teciduais• Mucosites• Trauma dentário com avulsão ou luxação”

Importante: Todas as medidas descritas neste manual são baseadas no conhecimento atual divulgado sobre a COVID-19 e podem ser alteradas a qualquer tempo, na medida em que novas informações forem disponibilizadas sobre a doença.