



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais



MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



MINISTÉRIO DA
SAÚDE





CORONAVÍRUS - COVID-19





Prezado produtor rural, temos visto a cada dia no noticiário sobre a Pandemia do Coronavírus - COVID-19.

Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde) quando alguém que adquire o COVID-19 exala e libera gotículas infectadas principalmente ao tossir ou espirrar. A maioria destas gotas caem sobre superfícies e objetos próximos - como mesas, balcões etc. A contaminação acontece quando as pessoas tocam essas superfícies ou objetos contaminados - e depois tocam em seus olhos, nariz ou boca. A propagação e a contaminação também podem acontecer quando as pessoas estão conversando, especialmente a distâncias menores de 1 metro, pois aumenta a chance de aspirar gotículas contaminadas.

Em outras palavras, o COVID-19 se espalha de maneira semelhante à gripe comum. A maioria das pessoas infectadas com COVID-19 apresentam sintomas leves e se recuperam. No entanto, alguns passam a apresentar quadros mais graves da doença, como febre alta, tosse seca e dificuldade para respirar, e que podem exigir cuidados hospitalares. O risco de doença grave aumenta com a idade: pessoas com mais de 60 anos parecem ser mais vulneráveis do que aquelas mais jovens. Pessoas com sistema imunológico enfraquecido e pessoas com outras condições clínicas como diabetes, hipertensão,



CORONAVÍRUS

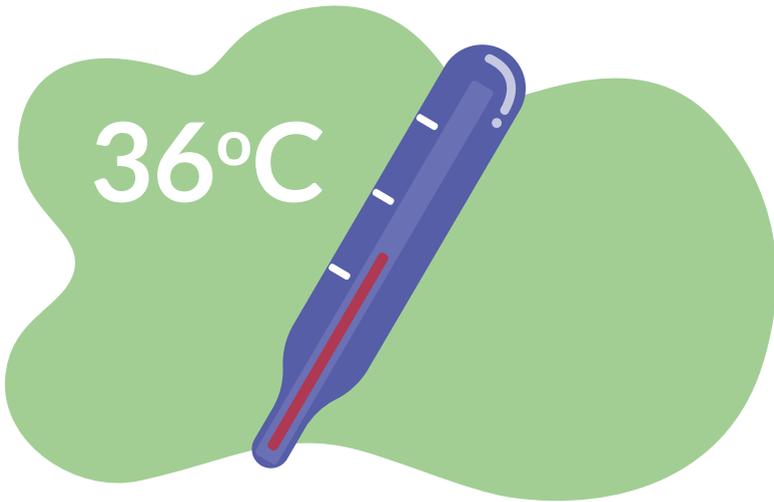
Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

doenças cardíacas e pulmonares também são mais vulneráveis a doenças graves.

Segundo as autoridades, o avanço do Coronavírus é inevitável, porém pode ser desacelerado caso cada um de nós entenda a sua responsabilidade individual perante a sociedade! Para tanto, precisamos também tomar alguns cuidados no meio rural, onde a doença pode impactar a vida de muitas pessoas e inclusive impactar a sua produção.



Pensando nisso elaboramos algumas recomendações para que você e seus colaboradores, também estejam seguros e colaborem com medidas preventivas.



1. Monitore empregados na entrada das propriedades:

- Os colaboradores devem ser orientados a fazerem uma auto-avaliação dos principais sintomas antes de entrarem;
- Monitorar a temperatura corporal dos trabalhadores ou de qualquer outra pessoa que acessar as dependências da empresa. Em caso de febre, a pessoa deverá ser impedida de entrar na área do estabelecimento, devendo o caso ser imediatamente comunicado ao superior, ao RH ou ambulatório médico da propriedade rural, quando houver;
- Os trabalhadores que apresentarem sintomas como febre, tosse seca e dificuldade respiratória, devem



ser orientados a ficarem em casa, em quarentena por 14 dias, de forma a reduzir o contágio dos demais colegas (Orientações para quarentena Anexo II, p. 36);

- Trabalhadores que moram com pessoas já diagnosticadas com a doença, também devem ser orientados a permanecer em quarentena em casa por 14 dias;
- Disponibilize água e sabão para que os trabalhadores façam a higienização das mãos antes de entrar na propriedade e algumas vezes durante a jornada de trabalho. Oriente a todos que sigam imediatamente ao vestiário para trocar a roupa de casa pela roupa de trabalho;
- Recomende que isso seja feito um a um evitando a aglomeração de pessoas dentro dos vestiários, sempre ressaltando a importância de não levar as mãos na boca, olhos e nariz;
- Após a saída do vestiário, todos devem lavar novamente suas mãos com água e sabão, conforme orientação da ANVISA. (Anexo I, p. 35);
- Oriente os trabalhadores sobre a forma correta de higienizar as mãos, por 20 segundos e limpando todas as partes das mãos e punhos;
- Converse com os trabalhadores sobre as medidas de higiene e etiqueta respiratória, como cobrir a boca e nariz com o cotovelo ao tossir ou espirrar, evitar tocar os olhos, boca e nariz com as mãos sujas, entre outras;



- Oriente os trabalhadores sobre a importância de manter uma distância segura dos colegas e evitar contatos físicos desnecessários, evitando inclusive se cumprimentar com abraços, beijos e apertos de mão;
- Nas áreas de convivência, intensificar a reposição e ampliar a quantidade de sabão líquido para assepsia das mãos, de forma a dar preferência à lavagem das mãos com água e sabão, conforme orientação da AN-VISA (Anexo I, p. 35);
- Fixar cartazes com recomendações sobre a higiene correta das mãos e etiqueta respiratória.



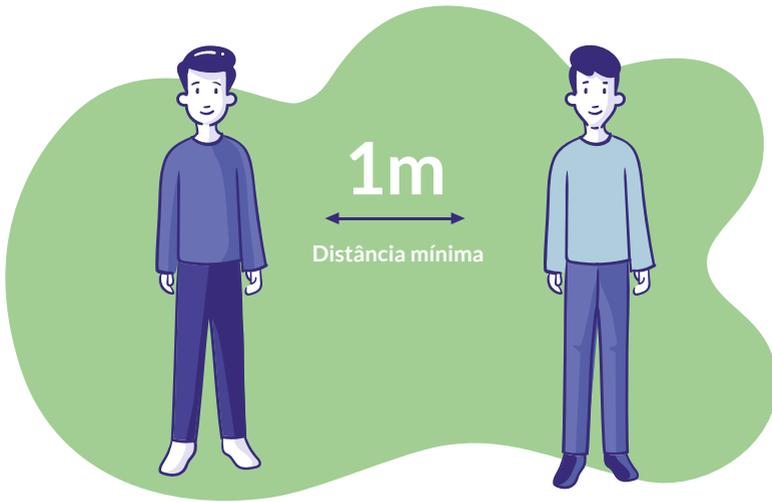
IMPORTANTE:

Um amplo material de apoio (ex. cards, peças publicitárias e vídeos) foi elaborado pelo Ministério da Saúde e pode ser encontrado em: <https://coronavirus.saude.gov.br/repositorio-multimedia>



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais



- 2. Adote, se possível, escalas de trabalho para reduzir a quantidade de trabalhadores simultâneos nas frentes de trabalho, de forma a garantir maior distância entre eles, observando a distância mínima de 1m e, quando possível, adotando a distância de 2m entre os trabalhadores.**



3. Oriente quarentena para quem está apresentando sintomas:

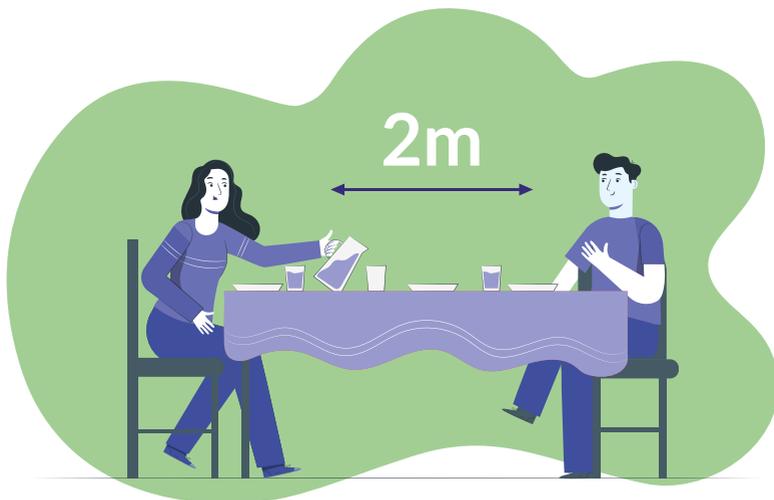
- Os trabalhadores que estiverem com sintomas respiratórios (ex. tosse, espirro, coriza e falta de ar) devem ir para casa e cumprirem isolamento domiciliar por 14 dias, evitando ao máximo terem contato com outras pessoas;
- É recomendável que pessoas que moram com esses trabalhadores também fiquem em casa por 14 dias;
- Reforce a mensagem, que já é uma boa prática, de que colaboradores que trabalham na produção de alimentos, caso apresentem qualquer sintoma de gripe ou resfriado devem ser afastados de suas atividades;



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

- A recomendação do Ministério da Saúde é que as pessoas com sintomas leves fiquem em casa;
- Apenas as pessoas com sintomas mais graves, como falta de ar e febre alta, devem procurar atendimento médico;
- No caso do novo Coronavírus, não é suficiente transferir a pessoa infectada para uma área de baixo risco, sem contato com alimentos expostos, como pode ser feito com outras doenças com menor taxa de transmissão. Se não fizerem o isolamento adequado, essas pessoas podem ter uma piora nos sintomas e infectar outras pessoas;
- Orientar o trabalhador que apresentar sintomas que comuniquem imediatamente o seu superior ou o Departamento de Recursos Humanos (RH) e se isole em casa por 14 dias;
- Os superiores devem acompanhar constantemente o status a condição de saúde dos trabalhadores.



4. Promover a prevenção da propagação nos refeitórios, alojamentos e espaços de convivência:

- Distribua mais os horários de café da manhã, almoço, jantar e intervalos: os momentos de maior aglomeração e de contato com pessoas de diferentes áreas são nas horas das refeições. O refeitório é o local de maior aglomeração então deve receber atenção especial. Sua propriedade deve estar preparada para que haja a distribuição de alimentos em diversos horários, reduzindo o acúmulo de pessoas no refeitório e o trânsito de pessoal na propriedade;



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

- É importante que os locais que várias pessoas colocam as mãos, como mesas, cadeiras, maçanetas e corrimãos sejam higienizados e desinfetados com frequência com álcool a 70%, água sanitária, hipoclorito de sódio ou outro desinfetante indicado para este fim;



IMPORTANTE:

Mais informações podem ser encontradas em: ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Manual de Segurança do Paciente: limpeza e desinfecção de superfícies. Disponível em: <https://www20.anvisa.gov.br/segurancadopaciente/index.php/publicacoes/item/seguranca-do-paciente-em-servicos-de-saude-limpeza-e-desinfeccao-de-superficies>

- Nas mesas, oriente a distância mínima de 1 a 2 metros entre cada trabalhador;
- Oriente os colaboradores a lavarem bem as mãos SEMPRE antes de entrarem no refeitório e ao sair dele, todas as vezes que isso for necessário;
- Disponibilize álcool em gel 70% em locais estratégicos para complementar a assepsia das mãos, se possível em todos os ambientes da propriedade;
- Oriente para que não haja o compartilhamento de copos, pratos e talheres;



- Em regiões com tradição do consumo de tereré ou chimarrão, restringir o uso coletivo dos mesmos. Cada pessoa faz uso individual do seu acessório;
- Aumentar a frequência e reforçar a limpeza de pisos, corrimãos, sanitários, locais para refeição, alojamentos e demais áreas de convivência com álcool 70% ou solução de água sanitária;
- Higienize maçanetas, interruptores, garrafas de café, cabines de tratores e todos os equipamentos de uso comum;
- Disponibilizar informações sobre higiene das mãos em áreas de uso coletivo, como banheiros, refeitórios, áreas de convivência, alojamentos, etc.;
- Evitar varrer superfícies a seco, pois favorece a dispersão de microrganismos nas partículas de pó. Recomenda-se usar rodo e panos úmidos com hipoclorito ou água sanitária para a limpeza de pisos;
- Quando possível, reduzir a quantidade de trabalhadores alojados, adotando regimes de escala ou remanejando os trabalhadores dentro do alojamento;
- Orientar os trabalhadores que só retornem ao alojamento após o expediente e depois da higiene pessoal realizada;
- Aumentar o arejamento dos alojamentos, áreas de convivência e refeitórios, deixando janelas e portas abertas, observando o cuidado com animais peçonhentos ou silvestres;



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

- Não permitir o compartilhamento de objetos pessoais, como pentes, toalhas de banho ou rosto, entre outros objetos;
- Lavar diariamente as roupas de cama dos alojamentos ou expô-las ao sol por 15 a 20 minutos, retornando a roupa para a mesma cama.



5. Promover boa higiene respiratória no local de trabalho:



ATENÇÃO:

Higiene respiratória é o conjunto de atitudes que devem ser tomadas para evitar a contaminação do ambiente (superfícies, objetos, etc.) e de outras pessoas por gotículas de saliva e outras secreções respiratórias, na hora de espirrar e tossir.



Para isso, deve-se:

- Estimular as pessoas a cobrirem a boca e o nariz ao tossir e espirrar usando lenços descartáveis e/ou cobrindo seu rosto com a manga da blusa, nunca as mãos. Fornecer máscaras para pessoas potencialmente infectadas e que lavem as mãos com frequência;
- Fornecer lenços para incentivar seu uso e instalar lixeiras para o descarte;
- Orientar as pessoas com doenças respiratórias que se afastem de outras pessoas em pelo menos 1 metro;
- Fazer a higiene das mãos após o contato com secreções respiratórias ou equipamentos contaminados;
- Além disso, é necessário manter ambientes arejados e limpos;
- Exibir cartazes promovendo a higiene respiratória. Combine isso com outras formas de comunicações e medidas, como oferecer orientação de agentes de saúde e segurança no trabalho, em todos os ambientes da propriedade;
- Oriente aos fumantes que lavem as mãos com água e sabão antes e depois de fumar, e não compartilhem os cigarros nem os maços e nem fiquem no mesmo ambiente dos demais.





6. Disponibilize materiais que colaborem na prevenção da propagação:

Disponibilize máscaras faciais e / ou lenços de papel nos seus locais de trabalho, além de recipientes adequados para o descarte desses materiais, lembre-se que uma boa higiene respiratória impede a propagação do COVID-19.



ATENÇÃO:

Trabalhadores sintomáticos sejam afastados e isolados em casa por 14 dias.



7. Informação de qualidade: forneça informações de fonte segura, como, por exemplo, o Ministério da Saúde:

- Informe aos seus colaboradores que, se o COVID-19 começar a se espalhar na comunidade, qualquer pessoa com tosse leve ou febre baixa ($37,5\text{ }^{\circ}\text{C}$ ou mais) precisa permanecer em casa. Eles também devem ficar em casa se tiverem que tomar simples medicamentos, como Paracetamol/Acetaminofeno ou aspirina, que podem mascarar sintomas de infecção. Continue comunicando e promovendo a mensagem de que as pessoas precisam ficar em casa mesmo se tiverem apenas sintomas leves de COVID-19;



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

- Os medicamentos à base de Ibufrofeno e Cortisona devem ser evitados por pessoas com sintomas de COVID-19. Em caso de dúvidas, procure um profissional de saúde;
- Colaboradores que moram ou tiveram contato com pessoas já diagnosticadas com o Coronavírus devem também permanecer em casa por 14 dias;
- Liste as orientações sobre higiene pessoal e preguê cartazes e avisos nos locais por onde os funcionários circulam. Lembre-se que a informação precisa chegar e ser lembrada por todos. (Folder do Ministério da Saúde - Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>);
- Higienizar as mãos com água e sabonete/sabão SEMPRE antes das refeições, após tossir, espirrar ou usar o banheiro. Quando não houver sujeira visível, pode-se usar as preparações alcoólicas (álcool em gel a 70%, por exemplo);
- Enfatize para que os colaboradores evitem tocar os olhos, nariz ou boca sempre, principalmente após tossir ou espirrar ou após contato com superfícies que possam estar contaminadas;
- Enfatize para que os colaboradores não compartilhem alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.



8. Restringir o acesso às propriedades rurais àquelas pessoas estritamente necessárias, tais como trabalhadores, terceirizados, motoristas e fiscalização do trabalho (que exercerá papel orientativo nesse período de pandemia):

- Nesse período, escolha conversar com fornecedores e técnicos apenas à distância, lembre-se que quanto menor o trânsito de pessoas melhor;
- Suspender reuniões presenciais internas e externas, para evitar aglomeração de pessoas;
- Adotar sistemas de áudio e vídeo para realização de reuniões necessárias;



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

- Suspender viagens nacionais e internacionais;
- Em situações que seja imprescindível o trânsito de profissionais, fornecedores ou veículos, fazer a desinfecção dos veículos com água sanitária diluída ou amônia quaternária na entrada da propriedade e recomendar aos condutores para procederem com os protocolos de higiene recomendados. Perguntar a esses trabalhadores se eles (ou pessoas próximas) estão com algum sintoma respiratório, se sim, avaliar a possibilidade de evitar que eles entrem na propriedade;
- No caso de coleta de produtos ou entrega de insumos, tome todos os cuidados, mantendo a distância mínima de 1-2 metros das pessoas. Ofereça um local para que o visitante lave as mãos com água e sabão. Mantenha o acesso do visitante somente nas áreas realmente necessárias, como pátios, galpões, tanques de resfriamento do leite, depósitos, etc. Avaliar se esses visitantes (ou pessoas próximas) estão com algum sintoma respiratório, se sim, avaliar a necessidade da sua entrada. Limpe e desinfete todas essas áreas após a saída do visitante;
- Caso alguma entrega já esteja agendada (insumos) e devido a programação de produção da fazenda essa entrega se torne essencial, peça que o motorista do veículo não saia de dentro da cabine;
- Adotar o regime de trabalho remoto, em casa (home-office) para as atividades compatíveis;



- Evitar o trânsito de pessoas entre filiais e departamentos, utilizando-se, preferencialmente, e-mail, telefone, telefone celular ou outros meios telemáticos;
- Suspender processos seletivos e de admissão, ressalvada a contratação de trabalhadores para o período de safra e safrinha;
- Conceder licença remunerada ou férias coletivas aos trabalhadores que não possam exercer atividade em home-office e que sejam classificados como grupo de risco para COVID-19, tais como pessoas maiores de 60 anos, portadores de doenças crônicas, gestantes e lactantes.



9. **Converse com seu agrônomo, veterinário, técnico ou assistente técnico:**



Eles lhe darão as orientações sobre o estoque de insumos que precisa ter na propriedade nesse momento, desta forma você pode se planejar. De preferência peça essa orientação a distância.



10. De acordo com os levantamentos técnicos relacionados à saúde animal:

Não há evidências comprovadas até o momento que os animais domésticos, como os cachorros, bem como animais de produção possam ser infectados, adoecerem e transmitir o vírus do COVID-19 para outros animais e, também, para seres humanos. Porém, em períodos de alerta e vigilância como este em vigor, recomenda-se as medidas higiênicas preconizadas após o contato com estes animais domésticos e de pro-



dução e, em suspeita de doença em curso com alguma pessoa da casa, não manter contato com nenhum animal.



FIQUE ATENTO:

Novas evidências apontam que os gatos podem se infectar com o novo coronavírus, mas não os cachorros.

Disponível em: <https://www.nature.com/articles/d41586-020-00984-8>



11. Transporte dos funcionários:

- Aumente o número de veículos ou o número de viagens no deslocamento dos trabalhadores aos locais



de trabalho. Isso vai reduzir a concentração de pessoas no local, evitando contágio;

- Tente organizar mais opções de horários para diminuir o número de trabalhadores se alimentando, entrando e saindo do trabalho no mesmo horário;
- Antes dos trabalhadores entrarem nos veículos, forneça álcool em gel 70% para higienização das mãos;
- Se possível, pode-se disponibilizar um pano de chão úmido com água sanitária ou hipoclorito de sódio diluídos para os trabalhadores limparem os calçados antes de entrarem nos veículos;
- Oriente para que o transporte dos funcionários seja realizado com todas as janelas do veículo abertas para manter o ambiente interno arejado e ventilado;
- Oriente para que haja a limpeza interna do veículo diariamente, usando água sanitária diluída em água [para cada 1L água 20 ml de água sanitária] ou álcool 70%. Atenção: Cuidado com a manipulação do álcool 70% pois é altamente inflamável. Deixe-o longe de crianças ou motores.



12. Interdite os bebedouros:

Bebedouros são locais de alta concentração de pessoas, em que o vírus pode ficar alojado e depois se disseminar. Oriente a todos os colaboradores a trazerem suas garrafas de água de casa. Caso esta medida não seja possível, principalmente em ambientes rurais, reforce a higienização dos bebedouros e mantenha álcool 70% ao lado de cada ponto de água. Os colaboradores devem ser orientados a higienizar os pontos de contato de bebedouros (locais de acionamento e coleta da água) e a lavar as mãos com água e sabão todas as vezes antes e depois de utilizar os bebedouros.





13. Uso de ferramentas e equipamentos:

As ferramentas e os equipamentos podem ser grandes fontes de contaminação. Na medida do possível, oriente a cada colaborador a utilizar sua ferramenta, sem trocar ou compartilhar com outros colaboradores.

- A ferramenta ou equipamento deve ser higienizada com álcool 70% antes e depois de seu uso. Oriente aos colaboradores a lavarem as mãos o mais frequente possível e não levar as mãos à boca, olhos e nariz, durante seu manuseio. Atenção: o uso de luvas durante o manuseio das ferramentas, não reduz seu potencial de contaminação, uma vez que o contato das luvas contaminadas com boca, olhos e nariz pode resultar com contágio da pessoa;



- É importante não compartilhar equipamentos de comunicação (celulares e rádios comunicadores);
- Todas as ferramentas e os equipamentos deverão ser limpos a cada término da jornada de trabalho.

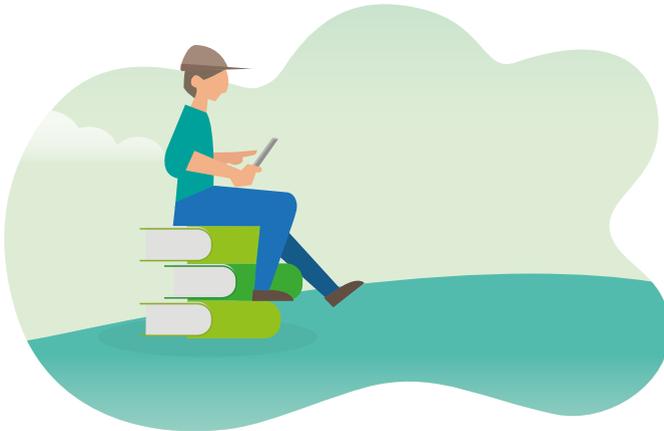


14. Uso de máquinas, implementos e veículos agrícolas:

A operação de máquinas, implementos e veículos agrícolas de maneira compartilhada também podem contribuir para disseminação do vírus aos colaboradores. Oriente o seu uso de maneira individual, e sempre que haja a troca de colaboradores é preciso proceder a higienização e descontaminação. Atenção especial aos locais de manuseio constante, como volantes, câmbio, maçanetas, cha-



ves de partida, alças de setas e botões no painel de controle. Em nenhuma situação é recomendado que mais de uma pessoa permaneça dentro de um mesmo ambiente fechado com outros colaboradores. Dentro de veículos, se essa recomendação não for possível, opte pelo uso de máscaras a todos os colaboradores.



15. Adie treinamentos presenciais internos e externos:

- Infelizmente não é hora de fazer treinamentos presenciais internos ou externos, já que a recomendação é de manter o afastamento de 1 a 2m, o que nesse caso seria quase impossível. Sendo assim: troque os treinamentos presenciais internos e externos por



versões online ou adie para uma data que as autoridades já tenham sinalizado como mais segura;

- O Senar tem no seu portal 70 cursos gratuitos, aproveite o momento se capacite e incentive seus funcionários a fazerem o mesmo. Consulte: www.ead.senar.org.br.



16. Evite se deslocar aos centros urbanos:

As cidades, principalmente os grandes centros urbanos, são os locais com maior número de casos do novo Coronavírus. Assim, evite deslocamentos desnecessários para esses locais. Verifique a possibilidade de a compra mensal ser feita pelo empregador/gerente da propriedade. Medi-



CORONAVÍRUS

Recomendações de prevenção
nas propriedades rurais

das de higiene devem ser realizadas com as compras vindas das cidades sempre antes do armazenamento. Recomenda-se uso de pano limpo com álcool a 70% ou solução de água sanitária diluída em água.



17. Armazenamento e Comercialização:

Em muitas situações os produtores fazem vendas diárias ou semanais de seus produtos. Quando este for o caso, cuidados especiais são necessários. Todos os cuidados ao receber um cliente em sua propriedade devem ser ob-



servados, da mesma forma que descritos no item 8 deste comunicado. Lembre-se de expor o mínimo possível o contato do visitante à sua propriedade. E proceder a limpeza e higienização desses locais sempre que visitantes forem embora da propriedade. Se o produto for ficar armazenado na propriedade por um período antes de ser comercializado deve-se observar os cuidados já previstos nas boas práticas de fabricação de alimentos.





BOAS PRÁTICAS NA FABRICAÇÃO DE ALIMENTOS





BOAS PRÁTICAS NA FABRICAÇÃO DE ALIMENTOS

As boas práticas de fabricação de alimentos são procedimentos que devem ser adotados pelas agroindústrias a fim de garantir a qualidade dos alimentos produzidos, comercializados e a sua conformidade com a legislação sanitária”, como prevê a resolução da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004.

Torna-se, portanto, imprescindível a elaboração de um regimento interno, conhecido por Manual de Boas Práticas de Fabricação de Alimentos (MBF), que defina os critérios e as normas que devem ser adotadas, a fim de nortear os procedimentos higiênico-sanitários nos estabelecimentos que produzem qualquer tipo de alimentos.

O Manual de Boas Práticas de Fabricação de Alimentos (MBF), juntamente com a implantação dos Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs), regulamentados também pela Anvisa, RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002, são parte importante dos programas de segurança alimentar que podem ser utilizados no setor da alimentação coletiva. Ao serem implantados, propiciam um controle de qualidade efetivo dos processos de manipulação de alimentação, garantindo segurança aos consumidores.

O Senar tem uma cartilha chamada “Agroindústrias: boas práticas de fabricação de alimentos” Coleção Senar 174. Consulte a estante virtual do Senar, disponível em <https://www.cnabrazil.org.br/senar/colecao-senar>.



Orientação para higiene pessoal:

- Todos os manipuladores, mesmo que saudáveis, podem contaminar os alimentos durante a manipulação, fazendo-se necessário seguir normas básicas de higiene:
- Tome banho antes do início das atividades;
- Não utilize perfumes ou cremes perfumados;
- Use cabelos presos e protegidos por redes, toucas ou outro acessório apropriado;
- Escove os dentes diariamente;
- Faça a barba diariamente;
- Mantenha as unhas aparadas sem esmaltes e base;
- Retire todos os adornos e a maquiagem;
- Lave as mãos e os antebraços, sempre que necessário, por pelo menos 20 segundos e atentando-se para a limpeza de todas as partes das mãos, punhos e antebraços; e
- Utilize EPIs.



Anexo I. Orientação geral para lavagem correta das mãos – Anvisa

HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

Higienização Simples das Mãos



1. Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



2. Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (segur a quantidade recomendada pelo fabricante).



3. Esfrie as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



4. Esfrie a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.



5. Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



6. Esfrie o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem.



7. Esfrie o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



8. Fricione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em canchã (e vice-versa), fazendo movimento circular.



9. Esfrie o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



10. Enxágue as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11. Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.



Anexo II. Isolamento domiciliar: instruções para pacientes com COVID-19 e familiares (FIOCRUZ)

O QUE É ISOLAMENTO DOMICILIAR?

É uma forma de permanecer em casa tomando alguns cuidados que diminuem o risco de transmitir infecções respiratórias a outras pessoas, como a provocada pelo Coronavírus (COVID-19). COVID-19 é a sigla da doença Infecção Respiratória causada pelo novo Coronavírus. O vírus responsável pela COVID-19 é o SARS-CoV-2. Estes cuidados especiais impedem que um indivíduo contaminado entrem em contato com outras pessoas e infecte-as. Todos sabemos que essas medidas são difíceis de serem cumpridas, mas importantes para evitar a propagação do vírus e a contaminação da comunidade.

QUEM DEVE FICAR EM ISOLAMENTO DOMICILIAR?

Todos as pessoas com sintomas respiratórios, ou que vivem com pessoas que possuam esses sintomas, são casos suspeitos de COVID-19 e devem ficar em isolamento domiciliar por 14 dias, ou até receber o resultado negativo dos exames. Se o resultado for positivo o paciente deve fi-



car em isolamento até 3 dias depois do desaparecimento dos sintomas respiratórios. A equipe de saúde orientará os pacientes e seus familiares sobre quando é necessário fazer esse tipo de isolamento, quem deve ficar isolado e por quanto tempo. Evitar compartilhar objetos e utensílios, como toalhas, copos, pratos e talheres, com essas pessoas em isolamento. Deve-se ainda higienizar os banheiros com água sanitária sempre antes e após o uso.

ONDE DEVE FICAR A PESSOA QUE PRECISA DE ISOLAMENTO DOMICILIAR?

O ideal é que a pessoa fique sozinha em um quarto, ou em um cômodo da casa adaptado como quarto, se possível com um banheiro privativo. As portas do quarto devem ficar fechadas o tempo todo, mas as janelas devem ficar abertas para que o ambiente fique bem ventilado. O paciente só deve sair deste quarto em caso de necessidade (por exemplo, para ir ao banheiro se este for separado, ou para ir ao médico quando preciso). Se o doente precisa fazer algum tratamento com inalação (ou nebulização), deve fazer sempre dentro do quarto. As refeições também devem ser servidas dentro deste quarto.



E QUEM CUIDA DO DOENTE?

Qualquer familiar ou amigo pode cuidar do paciente mas, sempre que possível, é bom evitar que sejam gestantes, idosos ou pessoas com outros problemas de saúde, como outras doenças cardiovasculares ou respiratórias (diabetes, hipertensão, bronquite, asma, enfisema, etc). Os cuidadores devem evitar contato com as secreções respiratórias do doente, seguindo as instruções para uso correto de máscaras cirúrgicas, limpeza da casa e dos utensílios usados, além da lavagem das roupas e das mãos sempre antes e depois de qualquer contato com a pessoa sintomática ou com os utensílios utilizados por essa pessoa.

E AS VISITAS?

As visitas devem ser proibidas. Só as pessoas que precisam cuidar do paciente (dar comida, remédios e etc.) podem entrar no quarto. É importante também que essa pessoa evite sair do quarto ou casa. Ela não deve ir à locais públicos, como igrejas, praças, etc.. No caso de não possuírem ninguém para os apoiá-los em tarefas externas essenciais, essas pessoas com sintomas devem sair apenas usando máscara e fazê-lo o mais rápido possível, como por exemplo, para ir ao mercado ou pagar alguma conta.



O QUE É PRECISO TER EM CASA?

Os cuidados de isolamento domiciliar não exigem nenhum equipamento especial. Além dos produtos de limpeza comuns é necessário ter máscaras cirúrgicas, água sanitária, sabonete e álcool gel que podem ser adquiridos em mercados e farmácias.

QUEM DEVE USAR MÁSCARA? EM QUE MOMENTOS?

Os cuidadores do doente devem colocar a máscara antes de entrar no quarto do doente e ficar com ela, tampando boca e nariz, durante todo o tempo em que ficarem lá.

O doente não precisa ficar de máscara dentro do quarto, mas deve colocar a máscara, tampando boca e nariz sempre que for sair, por qualquer motivo, e permanecer com ela durante todo o tempo em que ficar fora do quarto. Mesmo dentro do quarto, o doente deve cobrir o nariz e a boca com lenços de papel ao tossir ou espirrar e jogá-los fora sempre após o uso.



MÁSCARA PRECISA SER JOGADA FORA A CADA VEZ QUE FOR USADA?

Sim. As máscaras usadas pelo doente e pelo cuidador devem ser descartadas no lixo após cada uso.

OS CUIDADORES DEVEM TOMAR ALGUM CUIDADO ESPECIAL?

É importante lavar as mãos com água e sabão após cada contato com o doente ou com as roupas, toalhas e lençóis que ele tenha usado (após a lavagem das roupas e a troca de roupas, por exemplo), após a lavagem de pratos, copos e talheres do doente, após a limpeza do quarto, do banheiro e dos objetos, e após cada vez que a máscara for retirada. Pode ser usado álcool gel 70% substituindo a lavagem se as mãos não estiverem sujas.

COMO LIMPAR O QUARTO E O BANHEIRO?

O quarto e o banheiro devem ser limpos normalmente todos os dias. As superfícies do banheiro e do quarto devem ser desinfetadas com álcool 70% ou água sanitária diluída.



O piso do banheiro e o vaso sanitário devem ser desinfetados com hipoclorito (água sanitária), após a limpeza. A tampa do vaso sanitário deve ser mantida fechada durante o acionamento da descarga. Os panos de limpeza devem ser lavados após cada uso e desinfetados com hipoclorito (água sanitária). Antes de usar o álcool ou o hipoclorito certifique-se que essas substâncias não danificarão os objetos. O lixo do quarto e do banheiro do doente deve ser descartado em sacos fechados, normalmente, junto com o lixo da casa.

COMO LAVAR ROUPAS, TOALHAS E LENÇÓIS USADOS PELO DOENTE?

Não é necessário lavar as roupas do paciente em separado, mas outras pessoas só podem usar qualquer peça que teve contato com o doente depois da lavagem. Na hora de recolher e de lavar as roupas elas não devem ser sacudidas e se alguém for ajudar, deve usar máscara.



O QUE FAZER COM PRATOS, COPOS, TALHERES E OUTROS OBJETOS USADOS PELO DOENTE?

A louça utilizada pelo paciente não precisa ser lavada em separado, mas assim como as roupas os copos, pratos e talheres só podem ser usados por outras pessoas depois de lavados. Qualquer outro objeto que o doente usar, como por exemplo aparelho de telefone, livros, computador, jornais e revistas, deve ser limpo e desinfetado com álcool a 70% antes de ser usado por outra pessoa. Antes de usar o álcool certifique-se que essa substância não danificará os objetos.

QUAIS CUIDADOS O DOENTE PRECISA RECEBER?

O doente deve ficar em repouso, tomar bastante líquido e receber alimentação leve e balanceada. Podem ser usados analgésicos e anti-térmicos comuns para os sintomas, com exceção de Ibuprofeno e Cortisona.



QUANDO LEVAR O DOENTE PARA O HOSPITAL?

O doente deve ser levado para atendimento médico se apresentar piora. Em caso de febre alta, dor no peito, falta de ar, extremidades azuladas (unhas e pontas dos dedos), desidratação, vômitos incontroláveis, diminuição da quantidade de urina, vertigens e confusão mental o paciente deve ser conduzido a um hospital imediatamente.

O QUE FAZER SE ALGUÉM DA MESMA CASA TIVER ALGUM SINTOMA DE CORONAVÍRUS?

Se os sintomas forem leves, essa pessoa deve também ficar em isolamento por 14 dias, a partir do início dos sintomas. Se os sintomas se agravarem, deve procurar atendimento médico imediatamente em unidade de saúde ou hospital. Na consulta deve informar que teve contato com caso suspeito e fazer a coleta para exame para diagnóstico.



Referências

Plano de contingência da Fiocruz diante da pandemia da doença pelo sars-cov-2 (COVID-19) Versão 1.2, de 17 de março de 2020 – Disponível em <https://portal.fiocruz.br/>

OMS - Preparando o local de trabalho para o COVID-19 [Getting your workplace ready for COVID-19] - Disponível em https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/getting-workplace-ready-for-COVID-19.pdf?sfvrsn=359a81e7_6

Cartilha Coronavírus Ministério da Saúde - Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>

ANVISA - Lavagem simples das mãos – Disponível: http://www.anvisa.gov.br/servicosade/controle/higienizacao_simplesmao.pdf



Reportagens:

<https://www.canalrural.com.br/agronegocio/quem-vive-na-zona-rural-deve-evitar-grandes-centros-urbanos-diz-secretario-do-ministerio-da-saude/>

<https://revistagloborural.globo.com/Noticias/noticia/2020/03/coronavirus-no-campo-caes-cavalos-e-bois-nao-transmitem-doenca.html>

<https://www.canalrural.com.br/noticias/agricultura/arroz/coronavirus-veja-os-cuidados-que-o-produtor-deve-ter-na-lavoura/>

<https://coronavirus.saude.gov.br/>
<https://coronavirus.saude.gov.br/>

http://www.antt.gov.br/salaImprensa/noticias/arquivos/2020/03/Como_evitar_o_contagio_e_a_transmissao_do_coronavirus.html
http://www.antt.gov.br/salaImprensa/noticias/arquivos/2020/03/Como_evitar_o_contagio_e_a_transmissao_do_coronavirus.html





MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



CORONAVÍRUS - COVID-19



SGAN Quadra 601, Módulo K - Ed. Antônio
Ernesto de Salvo - Brasília - Distrito Federal
CEP: 70830-021 Telefone: (61) 2109-1400

www.senar.org.br