



NOTA TÉCNICA

# PROTOCOLO PARA PREVENÇÃO RELACIONADA À EXPOSIÇÃO AO COVID E INFLUENZA (H1N1 / H3N2)

21/01/2022

# APRESENTAÇÃO



O cenário epidemiológico direciona para a ampliação dos cuidados sanitários, com vistas a controlar o acometimento das síndromes gripais causadas por Adenovírus, Rinovírus, SARS-CoV-2 (Covid -19), H1N1 e H3N2 (vírus influenza).

Considerando que todos (as) trabalhadores (as) estão em iminente risco de contágio no desenvolvimento das atividades laborais, a presente Nota Técnica “Prevenção relacionada à Exposição de servidores (as) ao Covid-19 e Influenza (H1N1 e H3N2)” da Prefeitura Municipal de Fortaleza, tem o objetivo de orientar quanto às medidas coletivas e individuais de proteção à saúde, prevenção e controle da infecção pelo Covid-19 e Influenza (H1N1 e H3N2), nos ambientes e processos de trabalho bem como implementar medidas a serem adotadas por todos gestores, empregadores e trabalhadores, a fim de promover saúde e segurança nos diversos ambientes de trabalho.

# DEFINIÇÕES GERAIS



## A. SÍNDROME GRIPAL

Indivíduo com quadro respiratório agudo, caracterizado por pelo menos 2 (dois) dos seguintes sintomas: febre (mesmo que referida), calafrios, dor de garganta, dor de cabeça, tosse, coriza, distúrbios olfativos ou distúrbios gustativos. Em crianças além dos itens anteriores considera se também obstrução nasal, na ausência de outro diagnóstico específico. Em idosos deve se considerar também critérios específicos de agravamento como síncope, confusão mental, sonolência excessiva, irritabilidade e inapetência (BRASIL, 2020).

## B. SÍNDROME RESPIRATÓRIA AGUDA GRAVE (SRAG – HOSPITALIZADO)

Indivíduo com Síndrome Gripal que apresente: dispneia/desconforto respiratório OU pressão persistente no tórax OU saturação de O<sub>2</sub> menor que 95% em ar ambiente OU coloração azulada dos lábios ou rosto. Em crianças além dos itens anteriores, observar os batimentos de asa de nariz, cianose, tiragem intercostal, desidratação e inapetência. OBS: Para efeito de notificação, devem ser considerados os casos de SRAG hospitalizados ou óbitos por SRAG, independente de hospitalização (BRASIL, 2020).

## C. COVID-19

O novo coronavírus ou Covid-19 causa infecções respiratórias e intestinais em humanos e animais, sendo altamente patogênicos (SARS e MERS). A transmissão ocorre por meio da propagação de pessoa para pessoa, por meio de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra, podendo atingir a boca ou o nariz das pessoas próximas ou possivelmente entrar nos pulmões ao respirar e por contato por meio de objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos (FIOCRUZ, 2021).

# DEFINIÇÕES GERAIS



## D. COVID-19 RELACIONADA AO TRABALHO

Caso de COVID-19 confirmado e ou registrado na Comissão Interna do seu órgão, em que a investigação epidemiológica evidenciou exposição/contato com pessoas (usuários, clientela dos serviços) ou outro(s) trabalhador(es) COVID-19 positivo(s) no ambiente de trabalho E/OU condições de trabalho propícias para essa exposição/contaminação OU provável(is) contato(s) no trajeto de casa para o trabalho e vice-versa, porém, sem histórico de caso confirmado no domicílio e ou em contato comunitário, cronologicamente compatíveis (BRASIL, 2020).

## E. INFLUENZA

A influenza ou gripe é uma infecção viral aguda do sistema respiratório que tem distribuição global e elevada transmissibilidade. Classicamente, apresenta-se com início abrupto de febre, mialgia e tosse seca. Em geral, tem evolução auto-limitada, de poucos dias. Sua importância deve-se ao seu caráter epidêmico, caracterizado por disseminação rápida e marcada morbidade nas populações atingidas. Nos vírus influenza A humanos estão caracterizados três subtipos de hemaglutinina imunologicamente distintos (H1, H2 e H3) e duas neuraminidases (N1 e N2) (BRASIL, 2020).

## F. H3N2

O vírus H3N2 é uma variante do vírus Influenza A, que é um dos principais responsáveis pela gripe comum e pelos resfriados, sendo facilmente transmitido entre pessoas por meio de gotículas liberadas no ar quando a pessoa gripada tosse ou espirra. O período de incubação é de três a cinco dias, quando começa a manifestação dos sintomas. Porém, também é possível que uma pessoa tenha a doença sem apresentar nenhuma reação. Os sintomas são febre alta no início do contágio, inflamação na garganta, calafrios, perda de apetite, irritação nos olhos, vômito, dores articulares, tosse, mal-estar e diarreia, principalmente em crianças (BRASIL, 2021).

# RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI)



## A. USO ADEQUADO DE MÁSCARAS

- Colocar a máscara cuidadosamente para cobrir a boca e o nariz e ajustá-la corretamente para melhor adaptação ao formato do rosto;
- Evitar tocar na máscara durante o seu uso. Se tocar na máscara, para removê-la, por exemplo, higienizar as mãos utilizando água e sabão ou solução alcoólica a 70%;
- Trocar a máscara cirúrgica por uma nova máscara limpa e seca assim que a antiga torna-se úmida ou suja, ressaltando que são máscaras de uso descartáveis, portanto não devem ser lavadas e nem reutilizadas;
- A máscara N95/PFF2 pode ser reutilizada pelo mesmo trabalhador enquanto estiver em bom estado, isto é: com vedação aceitável, tirantes elásticos íntegros e não estiverem sujas ou contaminadas por fluidos corpóreos. Deve ser trocada quando estiver úmidas ou sujas. Devem ser inspecionadas antes de cada uso, devendo ser descartadas se estiverem amassadas, danificadas ou visivelmente sujas, seguir o passo a passo para colocar e retirar a máscara, bem como guardar para uso em outro turno.

***IMPORTANTE: Utilizar máscaras cirúrgicas e/ou N95/PFF2 de forma adequada. Não retirar para falar, atender telefone. O uso da máscara incorretamente poderá aumentar o risco de transmissão ao invés de reduzi-lo.***

# PASSO A PASSO

- Colocar a máscara N95/PPF2;
- Higienizar as mãos com água e sabão, preferencialmente, ou álcool em gel 70%;
- Seguir as orientações das fotos:



- Retirar a máscara;
- Higienizar as mãos com água e sabão, preferencialmente, ou álcool em gel 70%;
- Seguir as orientações das fotos:



**Fonte: Cartilha de Proteção Respiratória contra Agentes Biológicos para Trabalhadores de Saúde. (Anvisa, 2009)**

**IMPORTANTE:** Fechar a máscara sem tocar no seu interior e armazenar após uso, em um recipiente limpo e arejado como, por exemplo, um saco ou envelope de papel, embalagens plásticas ou de outro material desde que possuam orifícios para ventilação, identificado e exclusivo para esse uso, garantindo que não haja contato com outros objetos, nem o uso indevido da mesma por outro (a) trabalhador (a).

# HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS



Passo 1 - Retirar acessórios (anéis, pulseiras, relógio), uma vez que sob estes objetos acumulam-se microrganismos não removidos com a lavagem das mãos.

Passo 2 - Abrir a torneira e molhar as mãos, evitando encostar-se na pia.

Passo 3 - Aplicar na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).

Passo 4 - Ensaboar as palmas das mãos, friccionando-as entre si.

Passo 5 - Esfregar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e vice-versa.

Passo 6 - Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.

Passo 7 - Esfregar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.

Passo 8 - Esfregar o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda, utilizando-se movimento circular e vice-versa.

Passo 9 - Friccionar as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha, fazendo movimento circular e vice-versa.

Passo 10 - Os antebraços devem ser lavados cuidadosamente, também por 15 segundos.

Passo 11 - Enxaguar as mãos e antebraços, retirando os resíduos de sabonete. Evitar contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.

Passo 12 - Secar as mãos com papel toalha descartável. No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.

**IMPORTANTE:** As recomendações de EPI, para trabalhadores da saúde, devem considerar as diversas situações de exposição, os tipos de atividade e setores específicos existentes nos serviços de saúde. Deve-se sempre considerar como ocorre o trabalho real em cada unidade e a proximidade ou distanciamento do(a) trabalhador(a) que estará em contato, direto ou indireto, com os usuários atendidos que apresentem sinais e sintomas respiratórios.

# MEDIDAS AMBIENTAIS



## A. LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE SUPERFÍCIES E AMBIENTES

- Devem ser reforçados os procedimentos de limpeza e desinfecção com produtos desinfetantes, devidamente aprovados pela ANVISA, em todos os ambientes, superfícies e equipamentos, minimamente antes do início e ao término das atividades;
- A frequência da limpeza e desinfecção deve ser aumentada em áreas comuns e de grande circulação de pessoas durante o período de funcionamento, com controle do registro da realização dos procedimentos nos horários pré-definidos;
- Recomenda-se que os(as) trabalhadores(as) auxiliem na manutenção dos ambientes e superfícies realizando a higienização diária da sua estação de trabalho com solução alcoólica 70% principalmente quando houver o uso compartilhado. Deve ser conferida atenção especial às superfícies de contato frequente como mesa, bancada, teclado, mouse, telefone, scanners, impressoras, puxadores de gavetas, cadeira e encostos, dentre outros;
- Deve-se realizar o descarte adequado de resíduos provenientes do uso de objetos pessoais descartáveis como lenços e máscaras, preferencialmente separados em sacos e em lixeiras de acionamento não manual;
- Os ambientes de trabalho devem disponibilizar lavatórios, dispensadores para álcool em gel 70% e materiais para higienização das mãos em áreas comuns e próximas às estações de trabalho, incluindo sabão líquido, álcool em gel 70%, papel toalha, lixeira com tampa e abertura sem contato manual;
- Deve-se manter, sempre que possível, os ambientes com ventilação abundante e natural;
- Em caso de ambiente climatizado, deve ser realizada a manutenção regular dos aparelhos de ar condicionado e evitar a recirculação de ar, observadas as normatizações e orientações das autoridades de saúde.

**IMPORTANTE:** Em ambientes de trabalho fechado (sala de aula, sala de reunião, dentre outros) e a uma distância inferior a um metro entre trabalhadores, recomendamos o rodízio de pessoa

# MEDIDAS AMBIENTAIS



## B. ALIMENTAÇÃO

- Evitar fazer refeições dentro dos ambientes de trabalho, salas ou em espaços pequenos evitando aglomeração;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como copos, toalhas e alimentos;
- Lacrar as torneiras a jato que permitem a ingestão de água diretamente dos bebedouros, de forma que se evite o contato da boca do usuário com o equipamento. Caso não seja possível lacrar ou remover o sistema de torneiras com jato de água, o bebedouro deverá ser substituído por equipamento que possibilite retirada de água apenas em copos descartáveis ou recipientes de uso individual;
- Organizar de forma adequada os grupos de trabalhadores em intervalos de tempo específicos para uso do espaço reservado a alimentação, limitando contatos com outros grupos, possibilitando a redução na disseminação dos vírus.

## C. SINALIZAÇÃO

- Sinalizar piso, cadeiras e mesas com demarcações de, no mínimo, um metro e meio, garantindo o distanciamento social e orientando o sentido unidirecional de entrada e saída do estabelecimento.

# ORIENTAÇÕES P/ COMISSÃO INTERNA



## 1. TODOS OS TRABALHADORES

- Uso de máscara cirúrgica e/ou N95 é mais seguro do que máscaras de tecido ou malha, frente ao cenário pandêmico.

## 2. TRABALHADORAS GESTANTES

- Afastamento imediato das grávidas do trabalho presencial, enquanto durar a pandemia, sem prejuízo de sua remuneração, trabalhadora gestante ficará à disposição do empregador para exercer tarefas em domicílio, trabalho remoto, teletrabalho, home office ou outra forma de trabalho à distância.

## 3. VACINAÇÃO

- O estabelecimento deve ter o controle do esquema vacinal de todos(as) trabalhadores(as), de forma a apresentar quando solicitado pelos órgãos de Vigilância em Saúde;
- Promover a conscientização da necessidade da vacinação aos trabalhadores que não apresentam esquema vacinal completo, podendo o empregador exigir o comprovante de vacina de seus empregadores;
- Recomenda ao estabelecimento requerer de seus clientes o passaporte vacinal.

# ORIENTAÇÕES P/ COMISSÃO INTERNA



## 4. TESTAGEM E ISOLAMENTO SOCIAL PARA CONTER A COVID-19 E H3N2

- Monitorar sinais e sintomas gripais em trabalhadores e seus contatos familiares ou no domicílio, na comunidade e no próprio ambiente de trabalho;
- Em caso de trabalhador(a) sintomático, afastar imediatamente e monitorar seus contatos próximos;
- Realizar testagem TR-Ag ou RT-PCR para Covid-19, preferencialmente no 3º dia;
- Se confirmado para Covid-19, o(a) trabalhador(a), afastamento das atividades laborais por 7 (sete) dias, a partir do INÍCIO DOS SINTOMAS. Retorno no 8º (oitavo) dia se 24h assintomático (sem febre ou sintomas respiratórios). Em caso de persistência dos sintomas, completar os 10 (dez) dias de afastamento e retornar às atividades. **Não sendo necessário reteste para retorno ao trabalho;**
- Em caso negativo e se sintomas gripais, o ideal é permanecer em home office por 5 (cinco) dias, a partir do início dos sintomas gripais e não retornar ao trabalho se ainda apresentar sintomas.
- Para trabalhadores que no 7º dia ainda apresentem sintomas, é recomendado a realização da testagem. Caso o resultado seja negativo, o(a) trabalhador(a) deverá aguardar 24h sem sintomas respiratórios e febre, e sem o uso de antitérmico, para sair do isolamento.

## REFERÊNCIAS

- ANVISA. Nota Técnica GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 04/2020 Orientações Para Serviços De Saúde: Medidas de Prevenção e Controle que devem ser adotadas durante a assistência aos Casos Suspeitos ou Confirmados de Infecção pelo Novo Coronavírus (SARS-CoV-2). (atualizada em 08/05/2020).
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Cartilha de Proteção Respiratória Contra Agentes Biológicos para Trabalhadores de Saúde – Brasília: Anvisa, 2009.
- BRASIL Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. GUIA DE VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA. Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019. Vigilância integrada de Síndromes Respiratórias Agudas. Doença pelo Coronavírus 2019, Influenza e outros vírus respiratórios. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.
- BRASIL. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, nº 165, Seção I, p. 46-51, 24 de agosto de 2012. BRASIL. Ministério da saúde. Biblioteca virtual em saúde. 2021. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/h3n2-novo-virus-influenza-em-circulacao-no-pais/>
- BRASIL Ministério da Saúde. Orientações de Vigilância Epidemiológica da Covid-19 Relacionada ao Trabalho. Brasília, Agosto, 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/08/1116664/covid-orienta-es-trabalho.pdf>
- CEARÁ. Secretaria Estadual de Saúde. Nota Técnica - Classificação de risco ocupacional à exposição ao SARS-COV-2 em Trabalhadores da Saúde, Ceará – 16 de abril 2021. Disponível em: [https://www.saude.ce.gov.br/wpcontent/uploads/sites/9/2020/02/NOTA\\_TECNICA\\_Classificacao\\_de\\_risco\\_ocupacional\\_a\\_exposicao.pdf](https://www.saude.ce.gov.br/wpcontent/uploads/sites/9/2020/02/NOTA_TECNICA_Classificacao_de_risco_ocupacional_a_exposicao.pdf)
- CEARÁ; Secretaria Estadual de Saúde. Nota Técnica orienta sobre rastreamento e monitoramento de contatos de casos e Covid-19. Publicado em 08 de dezembro de 2021. <https://coronavirus.ceara.gov.br/project/nota-tecnica-orienta-sobre-rastreamento-emonitoramento-de-contatos-de-casos-e-covid-19/>
- FIOCRUZ. Boletim Observatório Covid-19. Retrospectiva 2021. Disponível em: [https://agencia.fiocruz.br/sites/agencia.fiocruz.br/files/u34/boletim\\_covid\\_2021-semanas\\_49-50-red.pdf](https://agencia.fiocruz.br/sites/agencia.fiocruz.br/files/u34/boletim_covid_2021-semanas_49-50-red.pdf)
- MINAS GERAIS. Nota Técnica COES Minas Covid-19 nº 23/2020 – 08/04/2020 Orientações da vigilância sanitária sobre o uso de máscaras para profissionais da saúde e pacientes durante a pandemia de Covid-19 Governo do Estado de Minas Gerais - Secretaria de Estado de Saúde - Centro de Operações de Emergência em Saúde – COES Minas covid-19. Disponível em: [08- 04\\_nota-tecnica-coes-n23.pdf](https://saude.mg.gov.br/08-04_nota-tecnica-coes-n23.pdf) (saude.mg.gov.br).
- Nota Técnica “Prevenção relacionada à Exposição de Trabalhadores e Trabalhadoras ao Covid-19 e Influenza (H1N1 e H3N2)” da Secretaria Executiva de Vigilância e Regulação em Saúde (SEVIR) e da Coordenadoria de Vigilância Ambiental e Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (COVAT)



**Fortaleza**  
PREFEITURA

